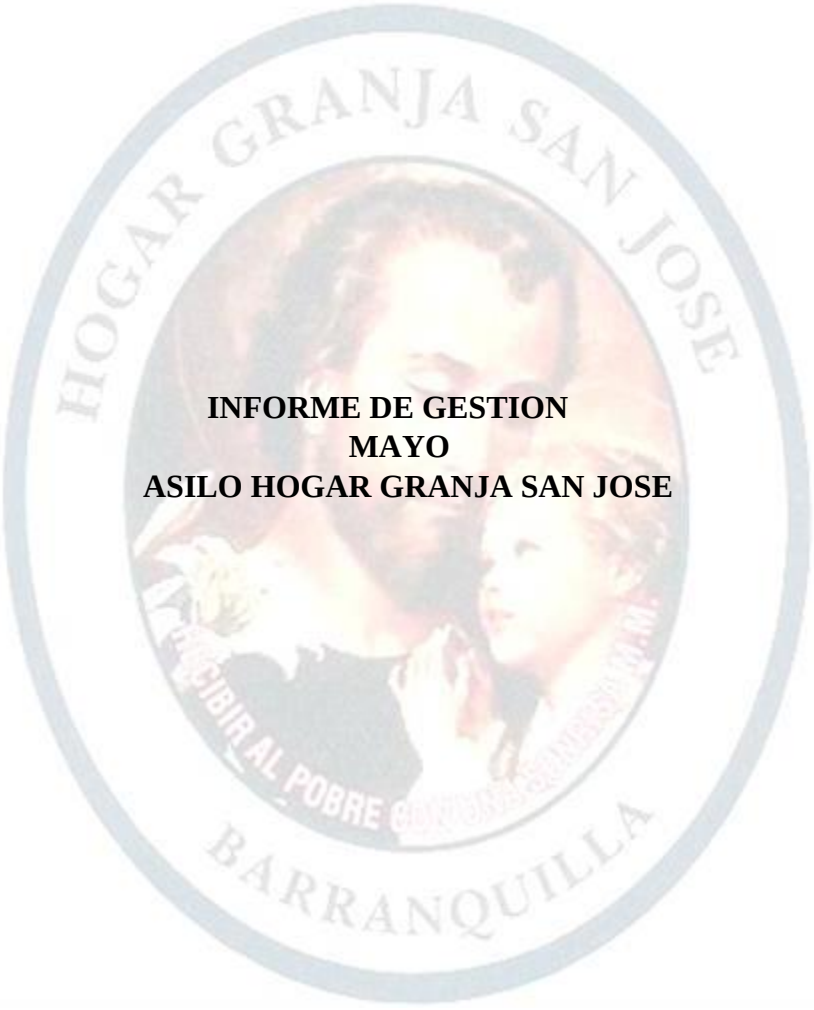
SECRETARIA DISTRITAL DE GESTIÓN SOCIAL

VIGENCIA AÑO 2023



INFORME DE GESTION
MAYO
ASILO HOGAR GRANJA SAN JOSE

1. Introducción

En el informe de gestión en los procesos de la institución, los profesionales fueron clasificados como un apoyo, su objetivo fue el de generar estrategias terapéuticas e implementar planes y programas; cada uno de ellos en su área; dando respuesta al cronograma establecido en el PAI, bajo el principio de justicia, equidad y transparencia, al realizar, asistencias, capacitaciones, educación, seguimientos, controles, evaluación, e incentivos; desarrollados y generados como aporte a la salud de las personas mayores beneficiarias, bajo el marco de la normatividad legal vigente que conlleva al cumplimiento de los objetivos estratégicos de la institución, para ofrecer una calidad de vida en ellos.

2. Beneficiarios

Durante este mes se atendieron a 45 personas mayores, todos hombres.

2.1. Caracterización

En la institución, se encuentran personas mayores beneficiarias:

- 45 personas mayores, masculinas, equivalente a un 100% de la población. Entre las edades de 63 años hasta los 97 años.
- En condición de vulnerabilidad, se registra:
    - ✓ En condición de discapacidad, 13 personas mayores, equivalente a un 29%.
        - ➢ Discapacidad física 3, con equivalencia a 23 %.
        - ➢ Discapacidad psicosocial 1, equivalencia 8%
        - ➢ Discapacidad sensorial 2, equivalencia a 15%
        - ➢ Discapacidad cognitiva 4, equivalencia a 31%.
        - ➢ Discapacidad múltiple 3, equivalencia a 23%.
    - ✓ En condición de Sisbén, verificado en la página: 42 personas mayores, equivalente a 93%.
    - ✓ En condición de cabeza de hogar, verificado en la página Adres: 42 personas mayores, equivalente a 93%.
- En reconocimiento de etnias, se encontró:
    - ✓ 12 personas mayores se reconocen como afrodescendientes,

CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN BENEFICIARIA Atención en Centros de Bienestar					
VARIABLES		HOMBRE	MUJER	LGTBIQ+	TOTAL
Género	Número De Beneficiarios	45			45
Condición de vulnerabilidad	En condición de Discapacidad	13			13
	Sisbén	42			42
	Red Unidos	0			0
	Cabeza De Hogar	42			42
	Víctimas De Violencia De Género	0			0
	Desplazados	0			0
	Inmigrantes	0			0
	Retornados de Venezuela	0			0
Etnia	Afrodescendientes	12			12
	Palenque	0			0
	Mujer Rural	-	-	-	-
	Campesino/a	-	-	-	-
	Rom	-	-	-	-
	Indígena	-			
	Raizal	28			28
Localidad	Riomar	-	-	-	-
	Metropolitana	-	-	-	-
	Suroccidente				
	Suroriente	45			45
	Norte Centro Histórico				

Tabla No. 1 Caracterización de las Personas Mayores residenciadas

3. Ejecución de actividades

3.1. Componente Salud

Actividades y cuidados de enfermería

Las actividades y cuidados de enfermería a las personas mayores implican la participación integral y activa en la promoción de la salud mediante medidas preventivas para evitar enfermedades,asegurando el autocuidado específico y realizando acciones encaminadas, en el centro de bienestar se realizó este periodo las siguientes acciones: la administración de medicamentos correcto, control de signos vitales,acompañamiento a controles médicos, toma de glucometría: esta actividad es realizada semanalmente a una población específica diagnosticada de diabetes en caso de las personas mayores insulinodependientes se realizó diariamente.

En cuanto a la administración de medicamentos son generalmente tratamientos vía oral que se administran por horario siguiendo las indicaciones médicas dadas en sus controles, en el caso de las curaciones se realizan diariamente a los pacientes portadores de sonda de gastrostomía, y los pacientes que tienen curaciones domiciliarias reciben esta atención 2 veces por semana con tecnología avanzada, las asistencias en aseo personal, alimentación, movilidad son actividades que se realizan siempre y cuando sean requeridas por la persona mayor.

ACTIVIDADES Y CUIDADOS DE ENFERMERÍA	MES ACTUAL
Control de signos vitales	45
Toma de Glucometría	6
Administración de medicamentos	45
Curaciones	3
Asistencia de aseo personal	16
Total, actividades y cuidados de enfermería	**115**

Tabla No. 2 Actividades y cuidados de enfermería

3.2. Componente Nutrición

Las personas mayores es uno de los grupos poblacionales más vulnerables a nivel nutricional en Colombia; esto se debe en parte a factores como procesos de envejecimientos, patologías

propias de la edad y estados de carencias nutricionales que vienen arrastrando desde su vida adulta; en la institución se realizan, actividades que buscan mejorar y/o mantener un estado nutricional que les permitan lograr su independencia e involucra aspectos como la planeación de menús acordes con los requerimientos propios de la población además se enlazan actividades encaminadas al monitoreo, evaluación y desarrollo de acciones de mejora nutricional en este grupo poblacional.

Valoración nutricional

La valoración nutricional es una de las actividades de monitoreo que implica que a las personas mayores se les tomen medidas antropométricas, se realizó la encuesta MNA, que permitió obtener el siguiente resultado; 10 residentes, se encontraron en un estado nutricional normal, 21 en riesgo de malnutrición y 8 en malnutrición, en la cual se visualizó el estado a nivel alimentario, funcional, físico en ese momento.

En cada caso permitió redireccionar las acciones a nivel individual y grupal; en este mes se valoró a 39 residentes y se completó el 100% de la valoración en la población.

Aprovechamiento de las raciones alimentarias

El estado nutricional es el resultado del equilibrio entre el consumo alimentario y el aprovechamiento de raciones que el organismo tiene de los alimentos.

En el presente mes el aprovechamiento de raciones de los residentes fue de 6975 raciones servidas y 6898 raciones consumidas para un 98,8% de aprovechamiento.

Raciones servidas	Raciones consumidas	% de aprovechamientos de las raciones
6975	**6898**	**98,8%**

Tabla No. 3 Aprovechamiento de raciones alimentarias

Seguimiento ciclos de minutas

Mensualmente se desarrollan en la institución actividades en las cuales se mide en los residentes la aceptación de las preparaciones, esta información se recolecta de manera

formal a través de la encuesta de satisfacción, aplicada: aleatoriamente y al azar al 10% (4) de las personas mayores, en la cual se califica de manera cualitativa una preparación, que previamente es seleccionada, donde ellos manifestaron la aceptación o no de la preparación.

En este mes se escogió una preparación ofrecida en el tiempo del desayuno (bistec de carne), que se vio que las personas mayores no la consumían en su totalidad; de las 4 encuetas realizadas 3 refirieron no consumir la preparación, por no estar acostumbrados a este consumo en el primer tiempo de comida, prefiriendo esta, en el almuerzo o la cena, se determinó sacar esta preparación.

En este periodo las frutas de cosecha más consumidas fueron; el mango, patilla y papaya.

3.3. Psicología

En el componente de psicología realizaron actividades de promoción y fortalecimiento de hábitos de vida saludable en la salud mental de los beneficiarios, en el transcurso del mes se llevaron a cabo acciones individuales y grupales direccionadas a la estimulación de las funciones cognitivas, mediante juegos, la gestión emocional a través de experiencias vivenciales, y actividades que suscitaron un ambiente de sana convivencia, con la finalidad de favorecer un envejecimiento activo en esta etapa del ciclo vital.

Proceso de adaptación a los beneficiarios

Durante el mes se llevaron a cabo cuatro sesiones individuales con la persona mayor que recientemente ingresó al programa, lo cual generó que se convirtiera en un espacio de acompañamiento y adaptación a este por medio de reconocimiento de los beneficios que posee y los deberes que tiene al ser parte de este, explicándosele de manera clara que, es nuevo beneficiario del mismo, y que habrá un equipo interdisciplinario que le brindara apoyo profesional constante.

De esta forma se hizo una resocialización del manual de convivencia, se recorrió con él nuevamente las instalaciones, lo que llevó al reconocimiento y/o redescubrimiento de todos los espacios institucionales e infraestructuras en donde puede desarrollarse libremente a

nivel personal y social, así como las diferentes actividades, de las cuales puede ser participe y vincularse, entre ellas las brindadas por el componente de psicología y las otras especialidades.

Actividades lúdico-pedagógicas dirigidas a la promoción de la salud mental

Las actividades grupales lúdico-pedagógicas fueron un espacio donde las personas mayores desarrollaron habilidades de comunicación para una sana convivencia, además fueron conscientes de la importancia de los buenos hábitos de sueño y tuvieron un encuentro con emociones positivas que les favoreció en el estado del ánimo.

Juegos de mesa para la estimulación de la concentración, atención y velocidad de procesamiento de la información

Se inició la actividad saludando a las personas mayores, motivándolos a ser competitivos y explicando todos los beneficios que trae participar de juegos de mesa. Luego se les pidió que se ubicarán en la mesa de juego, que más les llamará la atención y una vez ubicados empezaron a jugar, lo hicieron durante varias partidas, al final se felicitó por la participación y se incentivó a tener espacios más seguidos de este tipo de actividades, en un compartir con los compañeros donde se estimuló las funciones cognitivas.

Se utilizó apoyo de: Mesas, sillas, parqués, dominó, fichas y listado de asistencia para el desarrollo de la actividad.

Fue una actividad significativa y aprovechada, ya que las personas mayores por medio del juego se divirtieron, crearon cohesión de grupo y fortalecieron funciones cognitivas como: atención y velocidad de procesamiento de la información.

3.4. Salud Física

La fisioterapia es mantener, restablecer y aumentar las capacidades físicas de las personas mayores, buscando que ellos mejoren su calidad de vida.

Rutinas grupales de acondicionamiento físico

El acondicionamiento físico es el desarrollo de capacidades condicionales y coordinativas para mejorar el rendimiento físico a través del ejercicio.

Es importante realizar ejercicio porque aumenta la capacidad física de las personas mayores ayudando a mantener el cuerpo saludable y más fuerte.

Durante este mes se llevaron a cabo 3 rutinas de acondicionamiento físico, donde se desarrollaron:

- ✓ **Fortalecer los músculos de la espalda y los hombros**

  Posición bípeda, con pesas en cada una de sus manos, piernas separadas y rodillas ligeramente flexionadas, flexión de tronco; en esa posición, realizaron abducción y aducción de hombros acompañado de ejercicios de respiración. Realizando 8 repeticiones.

  Las personas mayores lograron fortalecer los músculos para tener una buena postura y así prevenir lesiones.

  Recursos: Silla, pesas, recursos humanos y recursos locativos

- ✓ **Estirar los músculos erectores de la columna**

  Personas mayores sentadas en una silla, con las piernas separadas y las manos sobre las rodillas, tronco en flexión. Realizan inclinaciones de tronco, manteniendo una respiración rítmica. Ejecutaron 8 repeticiones.

  Se logró que las personas mayores elongaran los músculos y mantuvieran la postura correcta, reduciendo así los dolores de la columna lumbar.

  Recursos: Sillas, recursos humanos y recursos locativos

- ✓ **Estirar los músculos de los pectorales**

  Sentadas en una silla, las personas mayores con la espalda erguida unieron las manos y levantaron los brazos hacia el techo, contaron hasta 10 en esa posición, luego bajaron los brazos, hicieron ejercicios de respiración, repitieron el ejercicio 8 veces.

  Se logró que las personas mayores estiraran los pectorales logrando la relajación de

estos músculos.

Recursos: Silla, recursos humanos y recursos locativos

Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad

Las actividades promovieron el estado dinámico, motivacional de la persona mayor para favorecer y mantener la independencia, potenciando sus habilidades y destrezas generando un envejecimiento activo.

Durante el mes se desarrollaron las siguientes actividades:

✓ Promoción de actividad lúdica el ula ula picante

Las personas mayores, estaban ubicadas en posición bípeda de manera adecuada, se le hizo entrega de ula ula, la cual sostuvieron en sus manos, seguido a esto a cada uno de ellos se le colocó una botella plástica al frente, donde lanzaron la ula ula. Esta actividad requirió apoyo constante para recordar los pasos de la actividad. El desarrollo de esta permitió que las personas mayores, encestaran los ula ula en las botellas plásticas. Produciéndose satisfacción.

✓ Aumentar la integración social mediante juego "mi tren"

Ubicados en fila las personas mayores, sosteniéndose del hombro del compañero que estaba al frente, espalda recta, se les entregó una cartulina en forma de tren, el cual se colgó de su cuello el primero de la fila, seguido a esto se realizó caminata alrededor de la institución, liderados por el terapeuta. Con esta actividad se logró mantener actitud positiva y alegres, en la medida que ellos pasaron por los lugares de la institución y saludaban a cada persona que encontraron, le invitaron a ser parte del tren.

✓ Promoción de la destreza manual mediante elaboración de ramo de flores

Las personas mayores se colocaron frente a una mesa, en posición sedente, con adecuada postura, se les entregó materiales de trabajo, donde cada uno logró elaborar ramos de flores con las instrucciones y ejemplos que brindó el profesional. En esta actividad se observó dificultad para seguir el ejemplo y recordar paso a paso el armado del ramo de flores. Con

el apoyo de: mesa, silla, cartulina, foamy y goma. Se logró que la persona mayor aumentara la destreza manual y memoria de trabajo, favoreciendo las actividades que realiza en su rutina diaria.

✓ Aumento de la actividad productiva mediante elaboración de bisutería.

Se inició el proyecto de bisutería con las personas mayores, en el área de la cafetería. Elaboración de manillas, lo que les motivó a seguir realizando actividades productivas. Las manillas fueron para personas especiales para ellos, en la elaboración se conservaron las relaciones interpersonales con un gesto de amabilidad como lo fue entregar la manilla elaborada por ellos mismos.

Con apoyo de: hilo chino, chaquiras, tijeras y logística para el desarrollo de la actividad.

Durante la actividad productiva, se logró que las personas mayores se motivaran a la elaboración de bisutería; A pesar de las altas dificultades durante la elaboración de las manillas cada uno logró terminarla y querer realizar más.

Pausas activas

Las pausas activas son un periodo de recuperación del cuerpo, posterior a los estados de tensión, por consecuencia de carga física, por tanto son una opción sencilla e importante para mejorar la salud.

Estas pausas periódicas **generan mayor productividad, inspiran la creatividad y mejoran la actitud de las personas mayores,** además de ser un ejercicio recomendado para evitar que el cuerpo se atrofie o sufra lesiones que generan malos hábitos posturales.

Estas debieron realizarse **con una duración de 5 a 10 minutos** para que el cuerpo obtuviera la energía necesaria y lograra continuar con las actividades del día.

Durante este mes se realizaron 30 Pausas Activas, promoviendo ejercicios de estiramiento

de brazos, espalda y del cuerpo en general; además se incluyeron ejercicio de gimnasia cerebral, con el objetivo de mantener la fuerza muscular, aumentar la flexibilidad y mejorar la atención.

3.5. Dirección Técnica - Trabajo Social

Las actividades llevadas a cabo tienen como objetivo evidenciar los resultados logrados durante el mes; las gestiones son el resultado al cumplimiento del cronograma y meta establecida. Aportando al envejecimiento saludable, con calidad de vida a las personas mayores.

Gestión documental y trámite ante la EPS

Consiste en documentos dados por la EPS, que benefician a la persona mayor en las necesidades que se presentaron en el mes, para ser gestionadas y cumplidas, dando calidad de vida en la salud de cada uno de ellos.

Durante el mes se realizó los siguientes trámites:

- ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos autorizados por psiquiatría de 17 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 38%.
- ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos autorizados por el programa de todo corazón de 9 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un %
- ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos autorizados por médico general de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%.
- ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos autorizados por médico internista de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%.
- ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos autorizados por oftalmología de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%.
- ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos autorizados por urología de 5 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 11%.
- ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos autorizados por neurología de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%.
- ✓ Autorización de cita con especialista en neurología de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%.

✓ Autorización de cita para resección transuretral de adenoma próstata de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%

✓ Autorización de cita plan domiciliario para medicina general de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%.

✓ Gestión para el pago del adulto mayor con super giro de 12 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 27%.

Documentación de beneficiarios

En la Institución se llevan varias carpetas, donde se guarda la información del beneficiario desde el momento en el que ingresa a esta. Se encuentran en los sitios donde los diferentes profesionales registran la información requerida. Además, a estas las acompaña un software, de registro diario a necesidad de la información de cada uno de ellos.

Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos

Las actividades recreativas y de integración están enfocadas al fortalecimiento de los valores, se buscó que las personas mayores definieran la importancia de estos.

➢ Transportando lo positivo, teniendo en cuenta los valores y antivalores

Se realizó una breve explicación, posteriormente cada Persona Mayor participante tomó una imagen, que representó un artículo del hogar, donde también encontraron los valores y antivalores, seguidamente, tenían que introducir dentro del carro de mudanza un valor y un objeto del hogar, desecharon los antivalores. El participante tuvo que estar muy pendiente de los objetos y valores que obtuvo el compañero para no repetir, al momento que saco, la misma imagen y valor cumplió una penitencia. Las personas mayores realizaron la actividad mientras sonaba la música.

Materiales utilizados: imágenes de artículo de vivienda, valores y antivalores en hojas, espacios amplios.

Al finalizar la actividad se realizó una retroalimentación con los participantes acerca de cómo se sintieron durante el desarrollo de esta, los cuales manifestaron sentirse bien, debido a que experimentaron un momento de esparcimiento y aprendizaje.

Capacitación al personal contratado

Durante el mes en transcurso la profesional de Enfermería realizó la capacitación sobre la Actuación general ante una situación de emergencia, la importancia de este; es conocer las técnicas a implementar durante esta situación presentada para prevenir afectaciones a nuestra salud. A continuación se le dio inició con un saludo y bienvenida, seguido de la ambientación con sonido de ambulancias, una canción relacionada con emergencias, como preámbulo al tema, Se socializo el tema brevemente a través de diapositivas con imágenes, seguido a esto se inicia actividad de operaciones matemáticas realizadas por los participantes, el número obtenido como resultado, miro en el espaldar de la silla de cada persona para obtener las personas que participaron en el dramatizado relacionado con el tema, los participantes escogidos adoptaron cada uno un rol dentro de la dramatización y expusieron una situación de acción ante una emergencia, las implicaciones y la prevención de la misma. El equipo interdisciplinario participó activamente en la actividad de manera positiva.

Actividades recreativas internas y externas

Estas actividades recreativas son todas aquellas acciones que desarrollan las personas mayores con el propósito de divertirse, relajarse, distraerse, de su cotidianidad en responsabilidad diaria. Ejecutadas de manera entusiasta, sin ningún tipo de obligación, de forma interna y/o externa. Este proceso para llevar a cabo las actividades obedece a la intervención de varios factores:

- Elaboración de un cronograma: el profesional debe resolver la factibilidad de la actividad pensada. Estas van ligadas a aspectos como: la capacidad de las personas mayores para afrontarla, la motivación que pueda generar y la captación de información.

- Presentación en la Planeación estratégica anual: tras seleccionar las mejores ideas anteriores, se presenta en la primera reunión interdisciplinaria del año, para darle aprobación y viabilidad e integrarla en la Programación General de la Institución.
- Preparativos: Las profesionales, con la suficiente antelación, deben empezar a poner en marcha lo necesario para realizar la actividad (transporte, sitios, costos, meriendas, materiales e insumos, etc.,)
- La actividad: es el momento de poner en práctica todo lo preparado teniendo en cuenta todos los factores organizativos. Es tiempo de disfrutar y aprender con las actividades que se les proponen.
- Evaluación de la actividad: tanto Las profesionales como las personas mayores implicadas en la actividad deben exponer sus puntos de vista acerca de la esta. Para establecer conclusiones pertinentes.

✓ Presentar y reconocer los signos y síntomas de la prostatitis - Medicina

Con los residentes reunidos, de manera sencilla, se da información clara y concisa sobre patología de prostatitis; se utiliza imagen en cartulina de próstata normal y una inflamada. Las personas mayores, activamente participaron con preguntas relacionadas al tema, y a su vez se despejaron dudas.

Terminada la charla, sentados en sus sillas, se coloca en cada uno de sus lugares de la mesa, un crucigrama con palabras mencionadas de la patología, el cual desarrollaron.

Se utilizó para esta actividad sillas, mesas, crucigramas en cartulina, lápices.

Al final de la actividad, se evidencia que los residentes elaboraron correctamente el crucigrama; y hubo apoyo entre ellos. Se logra el objetivo.

✓ Orientar y reconocer cómo se manifiesta la incontinencia urinaria - Medicina

Brevemente se da charla concisa, con un lenguaje sencillo a los residentes; se explica

sobre la incontinencia urinaria y se utiliza cartulina con imágenes en donde se les muestra que ocurre en los músculos de la vejiga cuando se produce la micción y los tipos de incontinencia.

Durante la explicación del tema, la mayoría participó activamente haciendo preguntas y despejando dudas. Terminada la charla, se continúa con la explicación y demostración de los ejercicios de kegel, los cuales ayudan al fortalecimiento de los músculos del suelo pélvico.

Residentes acostados en colchonetas, con las rodillas flexionadas, se levanta la pelvis al inhalar y a la exhalación se indica contraer los músculos y esfínteres. Se realiza el ejercicio por 10 minutos. Los residentes que pudieron realizar los ejercicios comprendieron y lograron el objetivo.

✓ Información brindada para conocer los cuidados generales y preventivos de la insuficiencia vascular periférica - Medicina

Inicialmente se brinda información sobre la insuficiencia vascular periférica, con un lenguaje fácil, comprensible y se muestra la imagen en cartulina, para explicar las causas que llevan a la patología en mención.

Los residentes activos, mostrando interés, hicieron preguntas y comentaron situaciones relacionadas al tema. Luego de terminada la charla, se realizó como método de prevención ejercicio: caminando uno detrás de otro residente dando vuelta en la zona durante 15 minutos.

Se evidenció al finalizar la actividad, que el tema había sido comprendido, y que los residentes positivamente lograron el objetivo.

✓ Descubrir, encontrar y señalar la otra pareja dental idéntica - Odontología

Juego para el cual se dibujaron 35 casillas en el papelógrafo y se basó en pegar en cada casilla una de las 35 fichas elaboradas con imágenes dentales y éstas a su vez

cubiertas con números que iban del 1 al 35. Luego, por turnos, cada persona mayor fue participando, escogiendo y destapando un primer número; decía y mostraba el nombre dental escrito y escogía al azar otro número para ver si atinaba a descubrir la ficha idéntica o pareja dental. Así continuó el juego y finalizó hasta cuando lograron descubrir todas las parejas dentales.

Con el apoyo de un papelógrafo, fichas con nombres dentales, fichas con números, cinta pegante y sillas se realizó la actividad.

Resultó ser un juego muy dinámico, entretenido y activo donde las personas mayores alcanzaron a culminar con éxito el objetivo, consiguiendo descubrir poco a poco y en su momento todas las parejas dentales. El juego les demostró su capacidad a través de la observación, concentración y basados en sus conocimientos sobre los temas de salud oral, el poder buscar y encontrar las fichas con las parejas dentales idénticas.

✓ Ampliar conocimientos sobre el dentífrico, elemento importante de la higiene bucal – Odontología

Dinámica en la cual se reunieron a las personas mayores en salón de tv del pabellón San José, se les explicó el término "dentífrico", su etimología, orígenes, usos, mecanismo de acción y propiedades. Seguidamente se les señaló mediante un cartel la palabra escrita “dentífrico” para que observaran como se escribía y se les enseñó una crema o pasta dental para que la asociaran con el término enseñado.

Luego se jugó al "pasa, pasa con stop" donde se iba rotando el dentífrico de mano en mano y una vez se dijera la palabra “stop”, quien quedara con la pasta dental en sus manos debía responder una pregunta relacionada con la explicación dada del tema. Una vez respondida, se continuó con la rotación del dentífrico y nuevamente la palabra “stop” para así dar la oportunidad a que todos pudieran participar.

Con la ayuda de un dentífrico, el texto, un cuestionario de preguntas, cartel y sillas se llevó a cabo la actividad.

Se evidenció un notado interés en corregir y pronunciar bien el término "dentífrico" ya que usualmente dicen es dentrífico.

Se observó muy concentradas a las personas mayores, escuchando sobre el tema y aclarando dudas sobre el mismo. Se cumplió el propósito al poder verificar mediante sus respuestas que aprendieron un poco más sobre este principal elemento utilizado en la rutina de la higiene bucal diaria.

✓ Comprender por qué se presentan los dientes manchados o amarillos y sus tratamientos – Odontología

Para esta dinámica se elaboró una caja de cartón forrada con papel de color, en la cual dos de sus superficies fueron cubiertas con la imagen de una muela con los letreros "dientes manchados"/"dientes amarillos". Se les enseñó el por qué se presentan estos casos, los alimentos, bebidas y hábitos que facilitan esta condición. Dentro de la caja se introdujeron fichas con las letras correspondientes a estos letreros para que cada participante eligiera al azar una letra y pronunciara 3 palabras que iniciaran con dicha letra. Así se rotó la caja y se dio la oportunidad para que todos los asistentes participaran en esta dinámica.

Con el apoyo de una caja decorada con imágenes de muelas amarillas, fichas de letras, sillas y mesa se desarrolló la actividad.

Una dinámica con buenos resultados al poner en contexto a las personas mayores con el tema de los dientes manchados o amarillos y surgieron muchas preguntas las cuales fueron respondidas y aclaradas sus dudas. Se creó conciencia en ellos de la importancia de realizar una buena higiene dental luego de cada comida y cada bebida ingerida para evitar que sus dientes se manchen. Lo mismo, se les hizo énfasis en el efecto nocivo en los dientes, a largo plazo, del cigarrillo y bebidas alcohólicas.

✓ Importancia de una buena masticación - Nutrición

Se realizo actividad encaminada a enseñar al residente los beneficios y pasos para una buena masticación, como medio la demostración.

Con los siguientes materiales: imágenes, listado de preguntas.

A cada residente se le indago con las siguientes preguntas ¿Cuánto demora masticando un bocado?, ¿Qué tanto llena usted la cuchara?, ¿Número de veces que mastica un bocado? ¿Qué dificultad presenta durante la masticación? una vez el residente contesto, se le mostro imágenes alusivas al tema explicándole los beneficios y los pasos correctos de una buena masticación.

Al final de la actividad los participantes lograron entender los beneficios que tiene la masticación de los alimentos para la salud y mejorar algunas complicaciones como el estreñimiento.

✓ Respuesta del organismo a la reducción de sal en el plan alimentario – Nutrición

Mediante la concientización, orienta da a reconocer las bondades de la reducción de la sal en la alimentación, se utilizó un video.

Materiales; computador y video alusivo al tema.

A los participantes se les mostro un video con la temática propuesta, donde este presenta una respuesta positiva que tiene el organismo cuando se reduce el aporte de sal, los beneficios que conlleva para la salud y la prevención de enfermedades crónicas.

Cada participante debió identificar 5 respuestas que el cuerpo da cuando hay reducción de sal. Al final de la actividad cada persona mayor, solo logro identificar 3 respuestas.

✓ Alimentos hipotensores - Nutrición

La actividad se propuso hacer que las personas mayores reconocieran los alimentos hipotensores y las preparaciones en las que estos están inmersos dentro de las minutas, para ello se utilizó: materiales visuales, lápiz negro; a través de la formación de parejas.

A cada participante se le entrego material visual impreso, consistente en 2 columnas: derecha, contenía los alimentos. La otra las preparaciones en las cuales estos alimentos son utilizados. Cada participante formo parejas entre los alimentos y preparaciones. El residente que termino en el menor tiempo, y formo el mayor número de parejas sin cometer errores le fue entregado un incentivo.

Al final de la actividad los participantes lograron entender el cómo ayuda, el consumo de este tipo de alimentos y sus preparaciones en el bienestar en salud.

✓ Ruleta del sueño: Actividad recreativa para prevenir trastorno del sueño – Psicología

Se inició la actividad realizando una pequeña introducción referente al trastorno del sueño, posteriormente se indagaron cuáles son sus hábitos de sueño. Asimismo, se dividió al grupo en dos, a cada uno se le asignó un nombre creativo. Se les entregó una hoja numerada, las cuales contenían ocho estrategias para sensibilizar a la población respecto a los trastornos del sueño. Ellos debían seleccionar qué participante de su equipo pasaba a la ruleta, la cual contenía ocho números, una vez la giraban, el número seleccionado les daba la pauta para representar una escena sobre lo que les correspondió, sólo que debían decidir si lo hacían de forma positiva (es decir lo que se debe hacer) o negativa (lo que no se debe hacer); de tal forma que los demás expectantes adivinaran si era correcta o no la opción. Cada grupo lo hizo en varios turnos hasta completar las ocho estrategias. Se finalizó haciendo una reflexión personal acerca de las estrategias que deben acoger mayormente.

Materiales utilizados: Cartón, cartulina de colores, marcadores, lana, impresiones, sillas y listado de asistencia para el desarrollo de la actividad.

La actividad realizada tuvo excelente acogida por los participantes, lo cual quedó en evidencia al momento de la retroalimentación. La dinámica permitió que se movilizaran a su realidad de forma recreativa, asimismo, quedó en evidencia sus fortalezas de trabajo en equipo, liderazgo, participación y creatividad.

- ✓ **Desarrollar resistencia, mejorar la salud del corazón y el sistema circulatorio – Fisioterapia**

En los lados izquierdo y derecho del lugar, se colocó una persona mayor, el resto de ellos se ubicó en el centro, las personas de los lados se tiraron la pelota entre ellos con la intención de golpear con esta a los que se encontraban en el centro.

A quien la pelota le pegó se le colocó una penitencia, la que fue dirigir un ejercicio a sus compañeros, en el espacio de la penitencia se realizó ejercicios de respiración para continuar con la actividad donde todos fueron tocados con la pelota.

Las personas mayores lograron físicamente activarse reduciendo el riesgo de enfermedades cardiacas.

Recursos: pelota, recurso humano, recurso locativo

- ✓ **Promoción de la destreza óculo-manual mediante juego "Encéstame" – Terapia Ocupacional**

Se reunieron a las personas mayores en un espacio amplio, se sentaron con postura cómoda, a cada uno se les entrego quince bolas de pimpón, las cuales encestaron en la canasta que se encontraba al frente de ellos en diferentes distancias y posiciones.

Con apoyo de: canasta y bolitas de pimpón.

Durante la actividad recreativa, se logró mantener a la persona mayor activa, interesada, motivada y con adecuada destreza óculo-manual.

✓ Identificando todo lo que está a nuestro alrededor – Trabajo Social

Se convocó a los residentes frente al comedor de San José, para iniciar una caminata; identificando espacios nuevos para compartir, las personas mayores detallaron: colores, olores, árboles, animales, entre otros, identificaron a las personas que se encontraron a su alrededor, compartiendo un saludo de buenos días, dando las gracias.

Finalizado con un compartir donde se ofreció una merienda.

Las personas mayores expresaron lo agradable que fue para ellos, la caminata y el poder aportar significativamente su conocimiento en el cuidado de las zonas verdes.

✓ Lanzamiento de pelota – Trabajo Social

Lanzando una pelota donde se encontraron botellas, las cuales tenían letras del abecedario, el participante que tumbó la botella, escogió una letra con la que dijo 5 palabras con esta.

Las personas mayores estuvieron participando muy animados, pendientes, contentos y dispuestos durante la actividad.

✓ Celebración del día de las madres en la Fundación Asilo de San Antonio - Trabajo social

Invitación recibida para compartir y festejar, fecha importante para todas las personas. Los residentes se vistieron elegantes, perfumados y dispuestos a compartir la mañana y un almuerzo, con las mujeres, que los esperaron emocionadas para iniciar la fiesta.

Ellos llevaron detalles para todas las mujeres, la disposición y entrega a la diversión. Expresaron mensajes alusivos a las madres, dedicaron canciones, bailaron y compartieron el almuerzo.

Todos participaron de las actividades, gozando y disfrutando con ellas. Un compartir para no olvidar.

La actividad externa; fomento la socialización, integración entre los géneros, contacto con otros ambientes, fuera del ambiente cotidiano, mayor conocimiento vivencial y cultural, fue una actividad motivante, de grandes posibilidades, favoreciendo las relaciones entre las personas mayores.

Implementación del Plan de Atencion Personalizada (PAP)

El conjunto de actividades necesarias que atendió las necesidades de las personas mayores tuvo como objetivo mejorar la calidad de vida durante este mes, el cual fue liderado por el equipo de profesionales: Medicina, odontología, enfermería, nutrición, psicología, fisioterapia, terapia ocupacional y trabajo social.

VALORACIÓN	REGISTRO
Atención y necesidad de cuidados	**Enfermería** ✓ 100 % de personas mayores a las que se les ha realizado el PAP. ✓ 6 personas mayores a las que se le hacen Glucometrías diarias ✓ 100% personas mayores a las que se le suministra medicamentos diariamente ✓ 3 personas mayores a las que se les realizó curaciones. ✓ 16 personas mayores que se les asistió en cuidado personal ✓ 5 personas mayores se les asistió en alimentación: de las cuales 2 son por sonda de gastrostomía ✓ 9 personas mayores se asistieron en la movilización ✓ 39 personas mayores, asistieron a citas médicas
Clínica preventiva	**Medicina** ✓ 42% personas mayores con seguimiento y controles ante su EPS. ✓ 0% de personas mayores a las que se les ha realizado vacunación. ✓ 84% de personas mayores a las que se les ha identificado como tipología sana. ✓ 15% de personas mayores a las que se les ha identificado como tipología frágil. ✓ 4% de personas mayores a las que se les ha realizado valoración oftalmológica ✓ 48% de personas mayores a las que se les dio polimedicación y adecuación de prescripción (manejo institucional) y atención de procesos agudos intercurrentes.
	Odontología

	✓ 13 personas mayores fueron atendidas y equivalen al 29% en el mes. ✓ 7 personas mayores se les realizó educación en salud oral ✓ 10 personas mayores atendidas por control bucal ✓ 2 personas mayores atendidas por terapia oral ✓ 1 persona mayor atendida en tratamiento periodontal ✓ 2 personas mayores atendidas en tratamiento quirúrgico ✓ 1 persona mayor atendida en tratamiento de operatoria ✓ 7 personas mayores atendidas por mantenimiento de prótesis dentales
Nutricional	**Nutricionista Dietista** ✓ A 5 personas mayores se le aumento el aporte calórico y proteico por 3 meses, para mejorar el aumento de la masa magra y del tejido graso favoreciendo el peso puesto que de los 5 beneficiarios: 3 están ubicados en peso insuficiente, 1 en desnutrición leve, 1 en desnutrición severa ✓ Se ofreció a 2 residentes, un plan alimentario, modificado en consistencia para facilitar la masticación y deglución, a fin de mejorar el proceso de alimentación, con el fin de evitar complicaciones mecánicas: atragantamientos, broncoaspiraciones; que puedan afectar la salud del residente. ✓ Se aplico la escala MNA a 39 personas mayores completando el 100% de la valoración Nutricional. ✓ A 2 residentes se les ofreció un plan alimentario nefro protector que incluyo control de alimentos ricos en: fosforo y sodio, con el fin de detener el avance del daño renal. ✓ A 3 personas mayores se les ofreció una alimentación hiposódica con el objetivo de mantener cifras tensionales en meta, como estrategia a la terapia medicamentosa. ✓ A 1 residente se le ofrece un plan alimentario, hipo glúcido, con el fin de mantener glucometrías en meta y evitar complicaciones propias de la diabetes. ✓ Se realizo educación nutricional a 3 residentes para concientizar la importancia de mantener cifras tensionales en meta. ✓ A 5 residentes se les fomento el consumo de alimentos ricos en fibra, para favorecer la motilidad intestinal y a 2 de ellos, se les incremento por presentar constipación severa.
Física	**Fisioterapeuta** ✓ Al 100 % de las personas mayores se les realizó el PAP. ✓ 42 % de las personas mayores cuentan con ayuda para la movilidad. ✓ 78 % de las personas mayores a las que se les ha realizado acondicionamiento físico. ✓ 9 % de las personas mayores se les ha realizado fortalecimiento de los músculos del cuello. ✓ 13 % de las personas mayores se les ha realizado fortalecimiento de miembros inferiores.

	✓ 9 % de las personas mayores se les ha realizado ejercicios de equilibrio. ✓ 7 % de las personas mayores se les ha realizado ejercicios de fortalecimiento de miembros superiores. ✓ 7 % de las personas mayores se les ha realizado estiramiento de miembros superiores. ✓ 7 % de las personas mayores se les ha realizado ejercicios de cuádriceps. ✓ 7 % de las personas mayores se les ha realizado ejercicios de estiramiento de los músculos de los brazos. ✓ 7 % de las personas mayores se le ha realizado estiramiento de los músculos del cuello ✓ 4 % de las personas mayores se les ha realizado ejercicios de estiramiento de miembros inferiores
Funcionalidad	**Terapia ocupacional** ✓ 1 persona mayor atendida por manejo en la actividad de la vida diaria y caminata con obstáculos ✓ 1 persona mayor atendida por indicaciones de ayuda técnica y gimnasia cerebral. ✓ 1 persona mayor atendida por ejercicios de estiramiento y caminata con música. ✓ 1 persona mayor atendida por ejercicios de relajación, sopa de letras y rutina de aseo personal. ✓ 2 personas mayores atendida por arteterapia y supervisión de integración. ✓ 2 personas mayores atendida por organización de hábitos saludables y reconocimiento de formas. ✓ 2 persona mayor atendida por higiene de vaso y organización de prendas.
Mental	**Psicología** ✓ 16 personas mayores recibieron atención por seguimiento psicológico. ✓ 11 personas mayores recibieron estimulación de orientación temporal, espacial y personal. ✓ 8 personas mayores recibieron estimulación de la memoria a corto y largo plazo. ✓ 10 personas mayores recibieron estimulación de la atención. ✓ 4 personas mayores recibieron estimulación de la percepción. ✓ 6 personas mayores recibieron estimulación del lenguaje. ✓ A 6 personas mayores se les brindó apoyo por gestión emocional. ✓ A 5 personas mayores se les realizó técnicas de relajación y respiración.
Social	**Trabajadora social** ✓ 17 personas mayores a quienes se les gestionó la reclamación de medicamentos autorizados por psiquiatría. ✓ 9 personas mayores a quienes se les gestionó la reclamación de medicamentos autorizados por el médico del programa de todo corazón.

	✓ 2 personas mayores a quienes se les gestionó la reclamación de medicamentos autorizados por el médico general. ✓ 1 persona mayor a quien se le gestionó la reclamación de medicamentos autorizados por el médico internista. ✓ 1 persona mayor a quien se le gestionó la reclamación de medicamentos autorizados por oftalmología. ✓ 5 personas mayores a quienes se les gestionó la reclamación de medicamentos autorizados por el especialista en urología. ✓ 1 persona mayor a quien se le gestionó la reclamación de medicamentos autorizados por el médico de neurología. ✓ 3 personas mayores a quienes se les autorizó órdenes de especialistas. ✓ 12 personas mayores a quienes se les gestionó el pago del adulto mayor con super giro.

Tabla No. 4 Plan de atención personalizada

Actualización digital de las personas mayores (CD- Archivo digital y /o físico

La actualización de los datos de las personas mayores se da agregando información, para cambiar la de un registro existente. Escritas en un formulario avanzado del cuadro de diálogo del software. Las consultas de actualización no se pueden usar para agregar nuevos registros a la base de datos del software, ni para eliminar registros de él.

Cada profesional cuenta con una clave personal, para poder acceder al sistema y registrar las actividades realizadas con cada una de las personas mayores: valoraciones iniciales, seguimientos, controles, interconsultas, instrumentos, informes de instrumentos, diagnósticos, recursos comunes, evoluciones, historia general entre otros.

Hospedaje en espacios humanizados

Como objetivo se realizó revisión y supervisión algunos conceptos de mejora de las áreas o espacios libres como un aporte a la optimización tanto de los Planes y Programas recreativos y formativos que lleva la institución; arquitectura e Infraestructura.

Se realizaron indagaciones, como: "**¿Qué necesitan las personas mayores, para vivir con calidad de vida?",** algunas de las respuestas fueron: transitar libremente por espacios, en medio de la naturaleza, hacer ejercicio, contemplar las iguanas, ardillas que hacen parte del ambiente que nos rodea, encontrarnos con otras personas, disfrutar del amanecer al aire

libre.

Los espacios libres, deben tener características que faciliten y propicien actividades y contactos, continuo y homogéneo en cuanto a su accesibilidad y derecho de uso. En definitiva, lo que se determinó ni más ni menos, es la optimización de instrumentos de diseño arquitectónico que ayuden a las personas mayores a disfrutar del ocio, tiempo libre, recreación y formación.

4. Avance y resultados de ejecución

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
COMPONENTE SALUD				
Valoración inicial - Medicina -Odontología	Marzo	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Valoración final – Medicina - Odontología	Diciembre	**100%**	**0**	**No aplica para el periodo**
Actividades y cuidados de enfermería	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Capacitación de primeros auxilios a los beneficiarios	Junio, julio, septiembre, octubre	**4**	**0**	**No aplica para el periodo**
COMPONENTE NUTRICIÓN				
Tamizaje inicial	Marzo	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Tamizaje final	Diciembre	**100%**	**0%**	**No aplica para el periodo**
Valoración nutricional	Abril, mayo	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Aprovechamiento de las raciones alimentaria	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**90%**	**99,04 %**	**En cumplimiento**
Diseño de ciclo de minutas	Marzo	**1**	**1**	**Finalizado**
Seguimiento ciclos de minutas	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre,	**9**	**2**	**En cumplimiento**

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
	noviembre, diciembre			
Taller nutricional	Junio, agosto, octubre, diciembre	**4**	**0**	**No aplica para el periodo**
Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos	Junio, julio, septiembre, octubre	**4**	**0**	**No aplica para el periodo**
PSICOLOGÍA				
Valoración inicial	Marzo	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Valoración final	Diciembre	**100%**	**0%**	**No aplica para el periodo**
Proceso de adaptación a los beneficiarios	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**100%**	**100%**	**No aplica para el periodo**
Actividades lúdico-pedagógicas dirigidas a la promoción de la salud mental	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**9**	**2**	**En cumplimiento**
SALUD FÍSICA				
Valoración inicial	Marzo	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Valoración final	Diciembre	**100%**	**0%**	**No aplica para el periodo**
Rutinas grupales de acondicionamiento físico	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**27**	**6**	**En cumplimiento**
Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre	**27**	**6**	**En cumplimiento**
Pausas activas	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**270**	**60**	**En cumplimiento**
Talleres para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico	Julio, agosto, octubre, noviembre	**4**	**0**	**No aplica para el periodo**
DIRECCIÓN TÉCNICA – TRABAJO SOCIAL				

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
Acompañamiento del ingreso de la Persona Mayor al Centro de Bienestar	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**100%**	**0%**	**No aplica para el periodo**
Gestión documental y trámite ante EPS	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Visita domiciliaria de ingreso	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**100%**	**0%**	**No aplica para el periodo**
Documentos de beneficiarios	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**9**	**2**	**En cumplimiento**
Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad	Junio, julio, agosto, octubre, noviembre, diciembre	**6**	**0**	**No aplica para el periodo**
Actividades lúdico-pedagógicas de promoción y prevención dirigidas a la fragilidad	Julio, agosto, septiembre, octubre,	**4**	**0**	**No aplica para el periodo**
Capacitación al personal de trabajo	Mayo, junio, agosto, octubre, noviembre	**5**	**1**	**En cumplimiento**
Actividades recreativas internas y externas	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**9**	**2**	**En cumplimiento**
Implementación del plan de atención personalizada (PAP)	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre,	**9**	**2**	**En cumplimiento**

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
	octubre, noviembre, diciembre			
Actualización digital de las personas mayores (CD-Arch digital y/o físico)	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**9**	**2**	**En cumplimiento**
Hospedaje en espacios humanizados	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**9**	**2**	**En cumplimiento**

Tabla No. 5 Avance y resultado de ejecución

5. Anexos fotográficos

	**Actividades y cuidados de enfermeria – Administración de medicamento** Persona mayor a la que se le está administrando medicamento por vía subcutánea para manejo de sus patologías según orden médica, en el marco del componente de enfermería.

	**Valoracion nutricional – Aplicación de escala MNA** Persona mayor que atiende a las preguntas que le realizan de la escala MNA, en el marco de del componente nutricional.
	**Seguimiento al ciclo de minutas – Encuesta de satisfacción** Persona mayor que responde al cuestionario de la encuesta de satisfacción, en el marco de del componente nutricional.
	**Suplemento – Ingesta** Persona mayor consumiendo suplemento nefro protector para aumentar aporte calórico diario y mantener estable la función renal, en el marco de del componente nutricional.
	**Aprovechamiento de raciones diarias** Persona mayor, consumiendo un tiempo de comida almuerzo, en el marco de del componente nutricional.

	**Actividades Recreativas internas y externas - Importancia de una buena masticación** Persona mayor explicando el proceso que realiza durante la masticación, los problemas que experimenta durante la alimentación, en el marco de del componente nutricional.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Respuesta del organismo a la reducción de sal en el plan alimentario** El participante observando y escuchando el video que muestra como el organismo reacciona positivamente a la reducción de sal en la alimentación, en el marco del componente de nutrición.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Alimentos hipotensores** Los participantes analizando la formación de parejas entre alimentos y preparaciones hipotensores, en el marco del componente de nutrición.
	**Actividades lúdico – pedagógica dirigida a la promoción de la salud mental - Juegos de mesas para la estimulación de la concentración, atención y velocidad de procesamiento de la información** Las personas mayores jugaban a dominó mientras conversaban con la profesional sobre cuáles son las mejores estrategias para ganar, en el marco del componente de psicología.

	**Actividades Recreativas internas y externas - Presentar y reconocer los signos y síntomas de la prostatitis** Personas mayores realizando crucigrama con palabras relacionados al tema dado, en el marco del componente de medicina.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Orientar y reconocer como se manifiesta la incontinencia urinaria** Personas mayores, realizando ejercicios de kegel para ayudar al fortalecimiento de los músculos del suelo pélvico, en el marco del componente de medicina.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Información brindada para conocer los cuidados generales y preventivos de la insuficiencia vascular periférica** Personas mayores, realizando ejercicio en prevención a la patología: caminando por 15 minutos, en el marco del componente de medicina.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Descubrir, encontrar y señalar la otra pareja dental idéntica** Persona mayor participando de la dinámica, escogiendo al azar un número y destapando la imagen dental, en el marco del componente de odontología.

	**Actividades Recreativas internas y externas - Ampliar conocimientos sobre el dentífrico, elemento importante de la higiene bucal** Personas mayores participando de la dinámica, pasando de mano en mano el dentífrico y contestando las preguntas, en el marco del componente de odontología.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Comprender por qué se presentan los dientes manchados o amarillos y sus tratamientos** Personas mayores, volteando las fichas para encontrar la pareja, en el marco del componente de odontología.
	**Actividades Recreativas internas y externas – Ruleta del sueño** Persona mayor gira la ruleta para que su equipo represente una de las estrategias de la prevención de los trastornos del sueño, en el marco del componente de psicología.
	**Rutinas grupales de acondicionamiento físico- Fortalecer los músculos de la espalda y los hombros** Las personas mayores se encuentran de pie, levantando pesas con ambos brazos, con la frente en dirección al piso, en el marco del componente de fisioterapia.

	**Rutinas grupales de acondicionamiento físico - Estirar los músculos erectores de la columna vertebral** Las personas mayores se encuentran sentadas en una silla, con las manos sobre las rodillas y el tronco hacia adelante, en el marco del componente de fisioterapia.
	**Rutinas grupales de acondicionamiento físico - Estirar los músculos pectorales** Sentadas en una silla las personas mayores, levantando los brazos al techo con las manos entrelazada, en el marco del componente de fisioterapia.
	**Actividades recreativas internas y externa- Desarrollar resistencia, mejorar la salud del corazón y el sistema circulatorio** Personas mayores, de pie, esquivando el balón que va de extremo a extremo, en el marco del componente de fisioterapia.
	**Actividades para el mantenimiento y/0 incremento de la funcionalidad - Promoción de actividad lúdica el ula ula picante** Personas mayores, sosteniendo ula ula para lanzar en las botellas plásticas, en el marco del componente de terapia ocupacional.

	**Actividades para el mantenimiento y/0 incremento de la funcionalidad - Aumentar la integración social mediante juego "Mi tren"** Personas mayores, que se encuentran caminando por el pabellón de San José, en el marco del componente de terapia ocupacional.
	**Actividades para el mantenimiento y/0 incremento de la funcionalidad - Promoción de la destreza manual mediante elaboración de ramo de flores** Personas mayores, sentada y con el apoyo de la mesa de trabajo, pegan y arman ramo de flores, en el marco del componente de terapia ocupacional.
	**Actividades para el mantenimiento y/0 incremento de la funcionalidad – Aumento de la actividad productiva mediante elaboración de bisutería** Persona mayor, ensartando las chaquiras en un hilo, en el marco del componente de terapia ocupacional.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Promoción de la destreza óculo-manual mediante juego "Encéstame"** Persona mayor, en posición sedente, realizando lanzamientos de bolitas de pimpón a canasta, en el marco del componente de terapia ocupacional.

	**Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos - Transportando lo positivo, teniendo en cuenta los valores y antivalores** Persona mayor, que tomo una imagen, en el marco del componente de Trabajo Social.
	**Capacitación al personal contratado - Actuación general ante una situación de emergencia** Trabajadores que acuden ante una situación de emergencia, en el marco de la Dirección Técnica.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Identificando todo lo que está a nuestro alrededor** Personas mayores saludando a conocidos, en el marco del componente de Trabajo Social.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Lanzamiento de pelota** Persona mayor, preparándose para el lanzamiento de pelota, en el marco del componente de Trabajo Social.
	**Actividades Recreativas internas y externas - Celebración del día de las madres en la Fundación Asilo de San Antonio** Personas mayores, participando en concurso, en el marco del componente de Trabajo Social.

	**Pausas activas – Estiramiento de músculos del cuerpo** Personas mayores reduciendo la tensión muscular, articulaciones y tendones, en el marco del componente de fisioterapia.
	**Hospedaje en espacios humanizados – Kiosco pequeño en el Parque de San José** Construcción formada por varias columnas, que sostiene una cubierta, que propicia una relativa protección del sol y de la lluvia a las personas mayores, con piso antideslizante, rampas y pasa manos, en el marco del componente de Dirección Técnica – Trabajo social.

Tabla No. 6 Anexos fotográficos