Informe Nutrición y Dietética

Centro de Bienestar del Anciano, Santa Ana.

Mayo del 2023

Para el mes correspondiente a Mayo como es habitual se realizan diferentes actividades enfocadas en mejorar hábitos y estilos de vida de acuerdo a la alimentación del adulto mayor del CBA Santa Ana, para eso se plantearon las siguientes actividades.

Se realiza para este mes una actividad educativa en conjunto con el equipo interdisciplinario del CBA, gerontóloga y preparador físico, sobre los buenos hábitos, cada profesional tocando un punto importante desde su área, en este caso para el área de nutrición, se habló sobre el semáforo de la alimentación en donde se expusieron diferentes tipos y grupos de alimentos, con la finalidad de que cada adulto mayor identificara cuales eran beneficiosos y no tan beneficiosos para la salud, y estos a su vez se ubicaban según su color correspondiente, además como parte de la actividad se realizo ejercicios de estiramiento, reconocimiento de roles, porciones adecuadas de los alimentos entre otros temas que tiene que ver con la mejora de los hábitos y estilos de vida.

También, se continua para mayo realizando la debida evaluación nutricional a los usuarios con bajo peso, o que en el mes presentaron alguna alteración en su estado nutricional o en la frecuencia y consumo de los alimentos, a estos se les realiza el debido seguimiento y evaluación para mejora de su diagnóstico nutricional.

Seguido, se realiza los debidos ingresos mensuales a los residentes que llegan nuevos al CBA, con respectiva toma de medidas antropométricas según sea el caso y creación de su historia nutricional, donde se evalúan los diferentes puntos desde el área nutricional además se realiza proyección de plan de trabajo y alimentario con el usuario, para el mes de mayo ingresaron:

- Clara Inés Bernal, Ricardo Caviedes, Manuel Jairo Peláez, Abigail Triana.

Semanal se realiza la vigilancia nutricional en los comedores tanto principal como auxiliares, para evaluar el consumo de alimentos, la aceptación por las preparaciones, además de las características organolépticas de cada plato, su composición etc. Para el mes de mayo, la mayoría de adultos mayores presentaron adecuado consumo de alimentos, sin rechazos o intolerancias presentes. Además, en el servicio también se genera acompañamiento continuo para apoyar los procesos de mejora con la finalidad de brindar una alimentación adecuada, suficiente, inocua, equilibrada y balanceada.

En conjunto con la gerontóloga, para este mes se realiza la reunión de familiares del CBA, donde se da la presentación del equipo interdisciplinario, socialización de actividades y procesos, se realizan recomendaciones desde las áreas, en este caso para nutrición se tocaron las siguientes:

-Optar por enviar frutas, ya que son una fuente importante de vitaminas, minerales, fibra que ayudaran al correcto funcionamiento del sistema inmunológico y por ende a mantener un buen estado de salud. Y estas son apetecidas por ellos, en su porción entera o por medio de papillas.

-Además de preferir productos como yogurt, kumis, avena, gelatinas, que tienen un aporte importante de calcio y vitaminas provechosos para su salud, evitando a su vez el suministro y consumo de gaseosas, maltas o demás bebidas con alto contenido de azucares y aditivos perjudiciales para la salud.

-Evitar enviar continuamente alimentos altos en harinas o productos de panadería (Buñuelos, pasteles, galletas, empanadas) ya que en el CBA se le suelen suministrar constantemente este tipo de alimentos y aumentar su consumo puede estar directamente relacionado con el incremento en su peso y descompensación en sus patologías. Y si es el caso, optar por enviar producto “no tan malos” por ejemplo galletas de vainilla, miel o avena, rosquitas, evitando las que tienen alto contenido de azúcar como las de chocolate, arequipe y otros sabores. Y por otros lado evitáremos los empaquetados, procesados, e industrializados, priorizando y optando por lo natural, saludable ya que se viene trabajando en adquirir hábitos saludables, mediante el aumento del consumo de frutas y verduras, por tal motivo se les pide su ayuda, acatando las recomendaciones de no enviar mecato, harinas, productos llenos de grasa y sal, que no proporcionan nada bueno a nuestro cuerpo y salud, por el contrario, enviemos alimentos ricos en nutrientes, que nos aporten vitaminas y contribuyan a mejorar de nuestra salud.

Para este mes se continuo con el tamizaje nutricional a el personal que labora en el CBA, donde se tomaron medidas antropométricas como peso y talla, se espera finalizar el proceso para generar el espacio de retroalimentación y capacitación nutricional, según los resultados obtenidos.

Finalmente, se hace acompañamiento en las diferentes actividades lúdico/pedagógicas que se llevan a cabo en el CBA, donde se da la integración del personal y de los usuarios para crean espacios de armonización, se participa de comité general y staff clínico como parte de las actividades administrativas.

REGISTRO FOTOGRAFICO.

NOMBRE	FUNCIONALIDAD	PESO (Kg)	Talla	IMC NHANES III (adulto mayor)
Clara Bernal	Autonoma	55	1,52	**23,80540166**
Ricardo Caviedes	Autonomo	50	1,55	**20,81165453**
Abigail Triana	Autonoma	49	1,54	**20,66115702**
Manuel Pelaez	Autonomo	48	1,62	**18,28989483**



Párrafo Estilos Edición

	CENTRO DE BIENESTAR DEL ANCIANO SANTA ANA FORMATO DE VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL	1/11/2020 Página 1

1. DATOS GENERALES			
Nombre del usuario:	**Clara Bernal**		
Tipo valoración:	■ Inicial ☐ Seguimiento ☐ Egreso		
2. ANTECEDENTES PERSONALES DE SALUD			
¿El usuario ha presentado hospitalizaciones o requeridos procedimientos quirúrgicos?	No ha presentado		
¿El usuario ha presentado alguna enfermedad relevante? ¿Cuál (es)?	N/A		
¿El usuario presenta alergia o intolerancia (medicamentos y/o alimentos? ¿Cuál (es)?	Sin presencia de intolerancias		
3. INFORMACIÓN DE SALUD			
Sintomatología del usuario	Reflujo: No Emesis: No Diarrea: No Constipación: No		
Signos Clínicos	Sin presencia de signos clínicos		
4. VALORACIÓN ALIMENTARIA			
¿Quién es la persona encargada de apoyar el proceso de alimentación del	Servicio de Alimentación	¿Cuál es la vía de alimentación del usuario?	_X_ Vía oral sin apoyo __Vía oral con apoyo __Alimentación mixta: vía oral y enteral















