ASILO DE SAN ANTONIO

PROYECTO CENTROS DE BIENESTAR

Informe de Gestión Mensual

JUNIO

VIGENCIA 2023

1. Introducción

En este documento se presentarán una serie de actividades realizadas durante el mes actual en el Asilo de San Antonio. Esta institución, fundada por las Hermanitas de los Pobres de San Pedro Claver, tiene como objetivo brindar apoyo a aquellos que más lo necesitan y son vulnerables. Cuenta con un equipo interdisciplinario compuesto por profesionales en medicina, odontología, enfermería, psicología, nutrición, trabajo social, fisioterapia y terapia ocupacional. Este equipo se encarga de llevar a cabo las actividades planificadas dentro del plan de atención integral.

Durante este mes, se realizaron actividades enfocadas en promover el bienestar físico, social y psicológico de las personas mayores. También se organizó una actividad fuera de las instalaciones con el objetivo principal de fomentar la interacción social en las personas mayores.

Es importante destacar la importancia de brindar atención personalizada dando cumplimiento al plan de atención personalizado (P.A.P). Esta atención se caracteriza por abordar de manera oportuna las necesidades integrales de manera interdisciplinaria de las personas mayores, teniendo en cuenta el plan de intervención y los objetivos establecidos durante las evaluaciones iniciales se da ejecución de este.

2. Beneficiarios

La población de residentes que conforma la institución o centro de bienestar es de un total de **46** personas mayores atendidas, con la novedad de **1** fallecimiento, dando lugar a un **1** cupo dentro del centro de bienestar. La población activa es de **44** personas mayores.

2.1 Caracterización.

En la siguiente tabla, se presentan diversas variables, como género, condiciones de vulnerabilidad, etnia y localidad, que proporcionan información sobre las características y particularidades de las residentes. Esto nos permite obtener una visión más detallada y comprensiva de cada una de ellas.

CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN BENEFICIARIA				
VARIABLES		**HOMBRE**	**MUJER**	**TOTAL**
Género	Número de Beneficiarios	0	46	**46**
Condición de Vulnerabilidad	En Condición de Discapacidad	0	46	**46**
	Sisbén	0	46	**46**
	Red Unidos	0	0	0
	Cabeza De Hogar	0	46	**46**
	Víctima De Violencia De Género	0	0	**0**
	Desplazados	0	0	**0**
	Inmigrantes	0	0	**0**
	Retornados de Venezuela	0	0	**0**
Etnia	Afrodescendiente	0	0	**0**
	Palenque	0	0	**0**
	Indígena	0	0	**0**
	Raizal	0	0	**0**
Localidad	Riomar	0	0	**0**
	Metropolitana	0	0	**0**
	Suroccidente	0	0	**0**
	Suroriente	0	0	**0**
	Norte Centro Histórico	0	46	**46**

Tabla 1 Caracterización de la población beneficiaria

2. Ejecución de actividades.

En este informe se detallarán las actividades llevadas a cabo en cada componente, así como las diferentes dinámicas implementadas en cada área para promover la participación de las personas mayores en los talleres. Además, se mencionan las intervenciones individuales realizadas, siguiendo el Plan de Atención Personalizado (PAP) como referencia guía.

- **Componente salud**

En el Asilo de San Antonio, a través del componente de salud (medicina, odontología

y enfermería), se busca brindar una atención integral a la persona mayor, de tal manera que nuestros usuarios logren asumir esta etapa del ciclo vital con independencia, autonomía y productividad.

El componente de salud propende a la promoción de la salud, el manejo de enfermedades crónicas y el cuidado integral de los residentes en la institución, impactando positivamente su calidad de vida.

- **Actividades y cuidados de enfermería**

Las acciones de enfermería desempeñan un papel fundamental en el centro de bienestar, al mejorar la calidad de vida de la persona mayor, previniendo complicaciones, promoviendo la autonomía, brindando cuidado individualizado e integral, contribuyendo así a mantener la salud de los residentes, permitiéndoles vivir de manera digna y confortable en su entorno garantizando una atención adecuada y un apoyo integral para enfrentar los desafíos propios del envejecimiento.
En constante colaboración con el equipo interdisciplinario se garantiza una atención de calidad lo que facilita la toma de decisiones, seguimiento y ejecución de los planes de cuidado. generando como resultado una atención más eficiente. La administración de medicamentos es bajo prescripción médica, se realizan cambios de posición cada 2 horas, para prevenir úlceras por presión a quienes no pueden movilizarse por sí solas. Estas actividades reducen los riesgos y las complicaciones médicas, así mismo dentro de las funciones de enfermería esta la asistencia en las actividades de la vida diaria de los residentes (higiene personal, el baño, vestirse y comer, movilidad.
Es de vital importancia la prevención de enfermedades por lo cual se realiza las siguientes acciones: **control de signos vitales 44, glucometrías 3, suministro de medicamentos 44, asistencia alimenticia 44, asistencia al baño 44, asistencia en movilidad 27, curaciones 10, hospitalizaciones 2.**

- **Capacitación de primeros auxilios a los beneficiarios**

Actividad No 1.
Fecha: 10/06/2023

Nombre de la Actividad: "Seguridad y Autonomía: Primeros Auxilios en Incendios y Ruta de Evacuación"

Objetivo de la Actividad: Concientizar a las personas mayores sobre la importancia de conocer los primeros auxilios en caso de incendios y la ruta de evacuación en el

asilo de san Antonio, para que puedan tomar medidas preventivas, actuar de manera segura y preservar su autonomía, aprender cómo intervenir para así proteger nuestra vida y la de los demás en caso de un incendio.

Número de participantes: 20

Resultados: Los residentes pueden identificar los riesgos potenciales de incendio en el centro de bienestar, ya que a través de la capacitación se logró que identificaran los pasos básicos de los primeros auxilios en caso de incendio y familiarizarlos con la ruta de evacuación, mostraron sentirse más seguros, preparados para actuar de manera adecuada en caso de una emergencia relacionada con incendios y poder garantizar la seguridad, el bienestar propio y de los residentes en caso de una emergencia.

- **Componente nutrición**

A través del área de nutrición, se trabaja por mantener el bienestar de las personas mayores. Es por medio de la alimentación y el cumplimiento de sus características como es la inocuidad, que este acto de consumo se convierte en eje del cuidado pues a través de los alimentos se aportan nutrientes que son importantes en la etapa del envejecimiento.

- **Aprovechamiento de las raciones**

La aceptabilidad de los alimentos preparados en el Asilo de San Antonio están asociados al aprovechamiento del consumo de las mismas, en el menú semanal se relacionan las preparaciones programas; este se convierte en un herramienta para vigilar la aprobación de las diferentes preparaciones y presentación de los alimentos; con los marcadores de sabor, color, textura, presentación del plato servido, olor, participan en la estimulación de los sentidos que en la persona mayor ya son menos agudos, manteniendo el equilibrio energético que la persona mayor debe consumir. Las raciones servidas en el presente mes son **6.624**, raciones consumidas de **6.475**, acumulando raciones servidas de **21.813** y raciones consumidas de **21.192**

- **Seguimiento ciclo de minutas**

La minuta patrón tiene como objetivo principal mostrar a las personas mayores el equilibrio energético presente en los alimentos utilizados en las comidas servidas en el centro de bienestar. Para lograr esto, se tienen en cuenta los alimentos disponibles en la región, que sean asequibles y que formen parte de la dieta diaria de las personas mayores.

En casos especiales, como cuando existen enfermedades específicas en las personas mayores, se realiza una adaptación en la preparación de las comidas para satisfacer las necesidades nutricionales requeridas por esta población, sin comprometer la calidad de los nutrientes.

Durante las interacciones con las personas mayores, se llevó a cabo una socialización que permitió evaluar su percepción sobre la alimentación. El profesional en nutrición atendió las sugerencias emitidas por las personas mayores para mejorar el menú semanal. Estas sugerencias se basaron en las propias palabras de los participantes, como por ejemplo si los platos servidos contenían alimentos coloridos, si la textura facilitaba la masticación y si el aroma de la comida resultaba apetitoso, lo que generaba un consumo agradable de los alimentos durante las diferentes comidas.

- **Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos**

Los talleres de formación nutricional brindados al personal manipulador de alimentos se implementan de forma educativa en lo referente, a cuidar la calidad e inocuidad del alimento desde su forma de materia prima hasta su transformación. A continuación, se mencionará el taller ejecutado este mes.

Actividad No 1.
Fecha: 06/06/2023
Personal: Manipuladores de alimentos
Nombre de la Actividad: Enfermedades Transmitidas por los Alimentos
Objetivo de la Actividad: prevenir enfermedades causadas por los alimentos o agua contaminada o por el contacto con animales, detectar y contener las infecciones micóticas.
Descripción de la actividad: la actividad se basó en presentar diapositivas con la información relacionada al tema expuesto. Se realizó entre los presentes una conversación acerca del tema abordado, cada uno de los manipuladores aportó información del tema de lo aprendido. Al finalizar la actividad se realizaron preguntas reflexivas para evaluar la comprensión del tema y esclarecer dudas.
No de participantes: 5
Resultados: se desarrolló la actividad de manera efectiva, reforzando en el personal la responsabilidad, que en su rol de manipulador de alimentos tiene en el cuidado directo, a través de la preparación de los alimentos con la población de personas mayores de la institución. Se obtuvo como resultado incremento en los

conocimientos y se aclararon dudas relacionadas con las buenas prácticas de manipulación.

- **Componente psicología**

El componente de psicología ofrece apoyo integral y especializado a las personas mayores. Brindando atención individualizada, ayudando a los residentes a gestionar emociones, superar dificultades y promover un bienestar mental y emocional óptimo. Se realizan evaluaciones psicológicas, se ofrecen terapias de apoyo y se fomenta la participación en actividades que estimulen la cognición y la socialización. El objetivo principal es mejorar la calidad de vida de las personas mayores, promoviendo su autonomía, autoestima y bienestar psicológico en esta etapa de sus vidas.

- **Proceso de adaptación a los beneficiarios**

Se ofrece un apoyo especializado en el proceso de adaptación de las personas mayores. El profesional de psicología trabaja de manera individualizada con los residentes, brindándoles herramientas y estrategias para enfrentar los desafíos y cambios propios de esta etapa de la vida. Se ofrecen espacios seguros para expresar emociones y preocupaciones, se trabajan técnicas de manejo del estrés y se promueve la resiliencia. El objetivo principal es facilitar una transición satisfactoria al nuevo entorno, promoviendo una adaptación saludable y una mayor calidad de vida en el centro de bienestar.

Siguiendo lo mencionado anteriormente, se realizaron **4** sesiones de acompañamiento que consistió en visitar a las personas mayores en sus habitaciones. Durante estas visitas se llevó a cabo una entrevista semiestructurada que permitió evaluar su nivel de adaptación al entorno y su relación con los compañeros de pabellón, así como su estabilidad emocional.

- **Actividades lúdico- pedagógica dirigidas a la promoción de la salud mental**

Un psicólogo desempeña un papel fundamental en el desarrollo de actividades lúdico-pedagógicas dirigidas a la promoción de la salud mental. El profesional diseña y facilita actividades recreativas y educativas que estimulan la mente, fomentan la socialización y promueven el bienestar emocional de las personas mayores. A través de juegos, talleres, ejercicios cognitivos y dinámicas grupales, el psicólogo ayuda a fortalecer la memoria, la concentración y las habilidades cognitivas, al tiempo que

brinda un espacio de interacción social y diversión. El objetivo principal es mejorar la calidad de vida de los residentes, fortalecer su autoestima y proporcionarles herramientas para mantener una salud mental positiva en esta etapa de sus vidas.

Nombre: " Explorando Nuestros Recuerdos: Un Viaje a través de la Fotografía"

Objetivo: Utilizar la fotografía como herramienta para estimular la memoria, fomentar la interacción social y promover el bienestar emocional en las personas mayores.

Descripción de la actividad: Se inicia el taller presentando el tema y la importancia de los recuerdos, y cómo la fotografía puede evocar emociones promoviendo la nostalgia positiva. Se anima a los participantes a compartir brevemente sus propias experiencias y el significado que tienen las fotografías en sus vidas. Se distribuye una fotografía a cada participante y solicita que observen detenidamente la imagen durante unos minutos. Luego, se pide que escriban en la tarjeta de papel una breve historia, recuerdo o emoción que les evoca esa fotografía. Así mismo, se proporciona a cada participante una tarjeta en blanco y lápices de colores, solicitando a los participantes a dibujar o escribir una representación visual de un recuerdo especial o significativo en sus vidas, basado en lo compartido durante la dinámica anterior.

Número de participantes: 30

Resultado: se obtuvo como resultado la estimulación de la memoria y la capacidad de evocar recuerdos significativos. El fomento de la interacción social y la conexión emocional entre los participantes. La promoción de la expresión creativa y la reflexión personal. La mejora del bienestar emocional y la sensación de satisfacción al compartir experiencias significativas. Esta actividad ofrece una experiencia dinámica y divertida a través de la fotografía, promoviendo la estimulación cognitiva, la conexión emocional y el bienestar de las personas mayores. El método que se usó para evaluar los resultados fue la retórica complementada a la experiencia vivida por cada uno de los participantes.

- **Componente Salud física**

La salud física es esencial para el mantenimiento y la prevención de las enfermedades o alteraciones osteomusculares. La actividad física contribuye a la prolongación de la vida y a mejorar su calidad, a través de beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales generando bienestar y óptimo funcionamiento del organismo, por lo tanto, es de gran importancia realizar ejercicios aeróbicos y anaeróbicos como parte de nuestro diario vivir.

- **Rutinas grupales de acondicionamiento físico**

El Acondicionamiento Físico consistió en el desarrollo de las cualidades físicas a través del ejercicio, con el objetivo de mejorar el estado psico-físico general. Se llevaron a cabo ejercicios cardiovasculares, de tonificación, equilibrio, coordinación, estiramientos y relajación. En la sección de Estiramiento se presentaron diversos ejercicios que ayudaban a mantener la flexibilidad y prevenir lesiones, como el sobre estiramiento muscular. Se abordó la resistencia aeróbica, que involucra a numerosos grupos musculares y permite realizar esfuerzos físicos prolongados, así como la resistencia anaeróbica, que se refiere a la capacidad de resistir esfuerzos físicos intensos de menos de cuatro minutos.

Las rutinas de acondicionamiento físico en las personas mayores adquirieron gran importancia, ya que de ello dependía su autonomía e independencia en las actividades diarias, así como la adquisición de habilidades motoras durante esta etapa de la vida.

Actividad No 1

Fecha: 06/06/2023
Pabellón: Maria Auxiliadora

Nombre de la Actividad: Bolitos

Objetivo de la Actividad: Favorecer coordinación visomotora y agarre en manos y fortalecer musculatura de tren superior.

No de participantes: 10

Descripción de la actividad: En equipo de dos, las personas mayores derribaron desde un extremo a otro los bolos con ayuda de pelotas teniendo en cuenta una distancia considerada por el profesional, contaron con tres oportunidades por participante para derribar todos los bolos, la persona mayor que menos derribó bolos en esas tres oportunidades se le realizaron preguntas de contexto semántico como, por ejemplo: "menciona 3 nombres con la letra A"

Resultados: se logró mejorar la coordinación visomotora de las personas mayores y a la vez la velocidad y equilibrio en posición sedente o bípeda ejecutando la acción de lanzado, favoreciendo así el control postural en tren superior e inferior. La actividad tuvo una duración de 30 minutos, se resalta la participación activa y disposición durante la dinámica.

Actividad No 2 Fecha:
15/06/2023
Pabellón: María Auxiliadora

Nombre de la Actividad: Rutinas de acondicionamiento físico

Objetivo de la Actividad: utilizar el cuerpo para seleccionar los colores y números de las estructuras mostradas¸ favoreciendo la salud física.
No de participantes: 8

Descripción de la actividad: En una caja de indicación de colores y números la persona mayor por suerte dentro de una balota saldrá el número y el color en el cual deberá colocar el pimpón y traspasar al otro extremo.

Resultados: se logró finalizar la actividad donde las personas mayores identificaron de manera exacta y precisa los colores y números, realizando los traslados de un extremo a otro según su condición física actual, se mostraron entusiastas y colaboradoras durante y después de la actividad. La actividad tuvo una duración de 30 a 40 minutos.

Actividad No 3 Fecha: 20/06/2023
Pabellón: Madre Marcelina

Nombre de la Actividad: Laberinto

Objetivo de la Actividad: Favorecer amplitud articular y coordinación en miembros inferiores

Descripción de la actividad: A través de un camino creado con cinta en superficie plana, la persona mayor con ayuda del bastón recalco el camino hasta llegar al final y traslado las fichas de colores y al mismo tiempo tuvo que identificarlos.

No de participantes: 12

Resultados: Se logró mejorar arcos de movilidad articular en miembros inferiores, favoreciendo así los desplazamientos en su entorno y actividades de la vida diaria. La actividad tuvo una intensidad de 30 minutos con una frecuencia de 5 minutos, las personas mayores se mostraron participativas y receptivas durante la actividad.

- **Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad**

Terapia ocupacional tiene como objetivo promover la mayor participación de la persona mayor en las actividades de la vida diaria**:** básicas, instrumentales o avanzadas. A través de escalas de valoración estandarizadas, para poder diseñar un plan personalizado que brinde los mejores resultados, para mantener la independencia, autonomía y funcionalidad.

La evidencia obtenida demuestra la eficacia y efectividad de la terapia ocupacional en el retraso de la progresión de las distintas disfunciones, especialmente cuando se utilizan programas estructurados demostrando beneficios en el desempeño de actividades de la vida diaria, en el funcionamiento cognitivo, motor y sensorial.

Actividad No 1

Fecha: 05 de junio 2023

Pabellón: Madre Marcelina, Fátima.

Nombre de la Actividad: Pintura artesanal la letra de mi nombre.

Objetivo de la Actividad: Promover y desarrollar habilidades psicomotrices por medio de actividades práxico manuales que favorezcan la precisión y coordinación visomotora de la persona mayor.

Descripción de la actividad: Se dio inicio a la sesión con un ejercicio de memoria y creatividad, en el que se les solicitó a los participantes que cerraran los ojos y pensaran en un lugar que les brindara felicidad o paz. A continuación, se les pidió que mencionaran en voz alta el color más predominante en esa imagen mental. Luego, se les entregó un pincel y un cartón paja en blanco, en el cual plasmaron ese color mencionado.

Una vez finalizada la pintura del cartón paja, se les proporcionó la inicial de su nombre, la cual presentaba círculos en blanco como decoración. A continuación, se les solicitó que pintaran la letra con el segundo color más prominente de su imagen mental. Finalmente, se les indicó que colorearan los círculos en blanco con el tercer color más relevante de la imagen mental.

No de participantes: 12

Resultados: El objetivo de la actividad se cumplió el cual fue mantener las destrezas manuales, se evidenció que algunas personas mayores requieren apoyo mano a mano constante, culmina la actividad con éxito y se trasladan a su lugar habitual.

ACTIVIDAD No 2

Fecha: 8 de junio 2023

Pabellón: Madre Marcelina, María Auxiliadora

Nombre de la Actividad: Abanicos de Girasoles

Objetivo de la Actividad: Promover un envejecimiento saludable en la persona mayor por medio de la actividad de integración bimanual como medio de estimulación psicomotriz en manos y dedos.

Descripción de la actividad: Primer paso se entregaron unas cartulinas amarillas se le da la instrucción a la persona mayor de doblarla hasta finalizar el tamaño de la lámina, luego se unen las hojas hasta formar un círculo, luego se pega dos palos de paleta pintadas anteriormente de color verde y en el centro se hace un círculo de color café para finalizar el girasol.

No de participantes: 15

Resultados: se refleja la participación de las personas mayores, se cumplió con el objetivo de la actividad ya que realizaron movimientos de integración bimanual, se finaliza la actividad con éxito.

ACTIVIDAD No 3

Fecha: 14 de junio 2023

Pabellón: María auxiliadora, Madre Marcelina, Fátima.

Nombre de la Actividad: Interacción con la virtualidad

Objetivo de la Actividad:

1. Permitir a la persona mayor tener conexión entre el mundo y la realidad, mejorando la interacción y cooperación con otras personas.
2. Mantener las capacidades sensoriales y motoras finas a través del juego virtual conectándose con las nuevas tecnologías.
3. Fortalecer el control en su cuerpo, emociones y estimular el proceso comunicativo en las personas mayores.

Descripción de la actividad: La actividad se desarrolló en el salón de conferencias dividiéndolo en tres ares, la primera estaban las Tablet con juegos de estimulación sensorial de cocina, en el Segundo espacio estaba Nintendo switch con juego de coordinación Mario cars y en la última área play station 5, se realizó grupos donde podían circular teniendo la experiencia de interactuar en cada juego.

No de participantes: 19

Resultados: se trasladó al grupo de personas mayores al lugar donde se hizo la actividad la cual consistió en participar en los diferentes juegos con el fin de mantener

la interacción social y grupal, destrezas como la motricidad fina y habilidades cognitivas superiores, movimiento, equilibrio, planeamiento motor, se destacó que varias personas mayores requieren apoyo mano a mano por momentos, culmino la actividad con éxito y se trasladó a su lugar habitual.

- **Pausas activas**

Cuando los músculos permanecen estáticos, en ellos se acumulan desechos tóxicos que producen fatiga. Cuando se tiene una labor sedentaria, el cansancio y las molestias musculares se concentran comúnmente en el cuello y los hombros; también se presenta en las piernas al disminuir el retorno venoso, generando calambres y dolor en los pies. Por eso son importantes las pausas activas ya que reducen la tensión muscular, previene lesiones osteomusculares, disminuyen el estrés y la sensación de fatiga, mejoran la atención, concentración y postura.

Las personas mayores se mostraron receptivas y con iniciativa en la realización de las pausas activas, bajo instrucciones sencillas verbales con ejercicios de estiramientos en miembros superiores e inferiores en posición sedente y bípeda con un tiempo de 15 minutos.

En este mes se llevaron a cabo **30 pausas activas** permitiendo en las personas mayores minimizar las alteraciones posturales y movimientos repetitivos durante las actividades de la vida diaria.

- **Talleres para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico**

Al aumentar la actividad física de forma relativamente sencilla a lo largo del día, las personas mayores pueden alcanzar fácilmente los niveles de actividad recomendados ya que la inactividad física es uno de los principales factores de riesgo de mortalidad por enfermedades no transmisibles. Realizar y tener una vida activa físicamente permitirá mejorar el equilibrio y reducir el riesgo de tener caídas y lesiones relacionadas, el controlar y prevenir algunas enfermedades como la artritis, las enfermedades cardíacas, los accidentes cerebrovasculares, la diabetes tipo 2, la osteoporosis y ocho tipos de cáncer, incluyendo el cáncer de seno (mama) y de colon.

ACTIVIDAD No 1

Fecha: 07/07/2023

Pabellón: Madre Marcelina.

Nombre de la Actividad: Espacio y tiempo

Objetivo de la Actividad: promover la relación viso espacial a través de los

movimientos corporales en miembros superiores e inferiores con el fin de facilitar desplazamientos y cambios posicionales.

Descripción de la actividad: las personas mayores con ayuda de un balón en posición sedente en silla común o de ruedas lograron imitar e identificar los diferentes movimientos solicitados (arriba, abajo, derecha, izquierda atrás, adelante) y partes corporales (mano, pie, pierna) por el terapeuta consiguiendo la participación de relaciones humanas dentro de la misma actividad, creando ambientes favorables para evocar y ejecutar las nociones viso espaciales.

No de participantes: 19

Resultados: Experimentaron un aumento y activación motora y física, mediante el ejercicio de los miembros superiores, lo cual les permitió liberar tensiones musculares. Además, disfrutaron de la música y de un espacio divertido junto a sus compañeras de pabellón.

- **Dirección técnica y trabajo social**

El objetivo principal de trabajo social y dirección técnica es fomentar el bienestar integral para así mejorar la calidad de vida de las personas mayores, asegurándose de que sus necesidades físicas, emocionales y sociales estén atendidas; esto implica ayudarlos a adaptarse a su nueva vida en el hogar, brindarles información y recursos; promover la participación en actividades recreativas y terapéuticas, facilitar la comunicación, garantizando que se respeten sus derechos y preferencias.

- **Gestión documental y trámite ante la EPS**

Los trámites y gestiones documentales realizados a los residentes del Asilo de San Antonio, permiten garantizar y proteger los derechos de los cuales son inherentes a las personas mayores.

En el presente mes se realizaron **45** gestiones ante EPS, pertinente a cada residente.

- **Documentación de beneficiarios**

Durante el presente mes, se llevó a cabo la implementación del software "GERIÁTRICO" como parte integral del sistema de gestión del Centro de Bienestar. Este software abarca diversas secciones que van desde el ingreso y la historia clínica, hasta el seguimiento, evolución, fórmulas médicas y la aplicación de instrumentos estandarizados y escalas de evaluación, como el mini mental, Yesavage y medidas antropométricas. El objetivo principal de este sistema es identificar de manera integral el estado de salud de los residentes de la institución, brindando así un servicio

completo y personalizado a la persona mayor.

- **Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos**

Las actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos están direccionadas a crear espacios de interacción social que fortalezca las relaciones inter e intrapersonal.

ACTIVIDAD No 3

Fecha: 16/06/2023

Pabellón: Madre Marcelina- María Auxiliadora.

Nombre de la Actividad: Encuentro de historias y recuerdos

Objetivo de la Actividad: Facilitar la interacción y fortalecer los vínculos afectivos entre las personas mayores a través del intercambio de historias y recuerdos significativos

Descripción de la actividad: Se reunió a las residentes en mesas las cuales estuvieron previamente organizadas, se explicó la dinámica de la actividad: se hace entrega de dos tarjetas a cada uno de los participantes, los cuales tienen una serie de imágenes diversas y deben buscar su par similar, seguido se hizo entrega a cada participante de los cartones de lotería, y cerca de cada una se ubicó las fichas respectivas, las personas mayores observan el cartón y buscan las imágenes correspondientes a sus tarjetas, nombrando la figura que aparece en ella; las fichas encontradas se colocarán boca abajo en la tarjeta para evitar confusiones.

No de participantes: 28

Resultados: Se logró la participación e interacción de las residentes, evocando aquellas historias de vidas, cargadas de emociones, algunas de tristeza, dolor, otras de alegría y satisfacción; tuvieron la oportunidad de conocerse más a fondo, además, entender y comprender las realidades de cada una de sus compañeras.

- **Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad**

Con el objetivo de promover hábitos saludables y estilos de vida activos entre los residentes del centro geriátrico, se llevan a cabo jornadas interdisciplinarias. Estas jornadas proporcionan información y educación sobre diversos temas, como la importancia de una alimentación equilibrada, la práctica regular de actividad física, la gestión del estrés, el mantenimiento de un sueño adecuado y otros aspectos clave para el bienestar general. El enfoque principal es brindar a los residentes herramientas y conocimientos necesarios para mejorar su calidad de vida y disfrutar de un

envejecimiento saludable y activo.

ACTIVIDAD No 2

Fecha: 15/06/2023

Lugar: Madre Marcelina
Nombre de la Actividad: bailando por la vida

Objetivo de la Actividad: generar por medio del baile estimulación motora, coordinación auditiva y física en los residentes del centro de bienestar.

Descripción de la actividad: la actividad consistió en proporcionar globos de colores los cuales se utilizaron como herramientas didácticas durante la dinámica, se usó música movible y la instrucción consistió en escuchar, seguir al instructor que estaba delante y con el globo hacer los movimientos que se le indicaban.

No de participantes: 40
Resultados: se obtuvo como resultado activación motora y coordinación, seguimiento de instrucciones, seguido de estimulación de procesos atencionales, generando en las personas mayores un taller integral el cual fue dirigido por todo el equipo interdisciplinario.

- **Actividad lúdica – pedagógicas de promoción y prevención dirigidas a la fragilidad**

Las actividades lúdico pedagógicas generan en la persona mayor el mantenimiento de sus funciones mentales, motoras y cognitivas, desde el área de nutrición estas condiciones son de gran necesidad pues una persona mayor con funcionalidad mental capta con más atención las orientaciones que desde el programa de nutrición y dietética se brindan, de esta forma la persona mayor recibe información de la importancia de la alimentación y sus componentes para el óptimo aprovechamiento de los nutrientes que a diario obtienen de la dieta. A continuación, se mencionará la actividad realizada este mes.

Actividad No 1.

Fecha: 16/06/2023

Personal: Pabellón Fátima, María Auxiliadora y Madre Marcelina

Nombre de la Actividad: La persona mayor y los alimentos de importancia en su dieta

Objetivo de la Actividad: Estimular la memoria de la persona mayor a través de las imágenes de relación, identificando los alimentos que son de alto valor nutricional y son importantes en la dieta diaria, manteniendo por medio de estos un adecuado

estado nutricional.

Descripción de la actividad: Esta actividad se enfocó en la estimulación de la memoria y asociación de las imágenes, en un primer recuadro se presentó una imagen de una persona mayor llevando un carro de compras, frente a ella varios estantes con alimentos y en el carro de compra algunos artículos; el siguiente recuadro contenía imágenes de diferentes alimentos los cuales reconocieron y escogieron los indicados para llevar en el carro de compras, se preguntó a los participantes por qué escogió el alimento y cuál era la importancia de ese para la salud de la persona mayor; durante esta actividad recortaron los que ellos consideraron de alto valor nutricional y necesarios consumir en la dieta diaria, la actividad fue desarrollada en parejas.

No de participantes: 16

Resultados: se obtuvo como resultado el reconocimiento de los alimentos, la estimulación de la memoria y la atención, así mismo en la parte física se abordó la motricidad fina y gruesa en el recortado de las imágenes, por ultimo desde el componente de psicología se abordó el trabajo en equipo, la tolerancia y paciencia entre las residentes. Logrando un trabajo desde los diferentes componentes dirigidos a la fragilidad e integrándolos de manera interdisciplinaria durante la actividad.

- **Actividades recreativas internas y externas**

Las actividades recreativas son una valiosa estrategia para reducir el estrés, ya que brindan un respiro de las preocupaciones cotidianas y permiten a los residentes relajarse y disfrutar del momento presente. Estas actividades no solo tienen el poder de mejorar el estado de ánimo, sino que también liberan endorfinas, promoviendo así una sensación general de bienestar y satisfacción. Participar en actividades recreativas es una forma efectiva de cuidar el bienestar emocional y físico de las personas mayores.

ACTIVIDAD No 3

Fecha: 23/06/2023

Lugar: Granja San José

Nombre de la Actividad: Encontró con los míos

Objetivo de la Actividad: Brindar la oportunidad de compartir con personas de la tercera edad en otro espacio

Descripción de la actividad: La comunidad de hermanas dispuesto un vehículo para el desplazamiento de varias residentes al asilo Granja San José, al llegar allá tuvieron

un recibimiento especial por parte de los residentes de la institución, hubo prestaciones de baile y música, así mismo se realizaron dinámicas de esparcimiento, las cuales estuvieron a cargo del equipo interdisciplinario.

No de participantes: 20

Resultados: se obtuvo como resultado la alegría que generó este momento a las residentes, disfrutaron, salieron de la rutina, pudieron hablar con otras personas, cambiar interés y reflexiones, género en cada una de ellas la oportunidad de sentirse útil y activa.

- **Implementación del plan de atención personalizado**

Con el propósito de garantizar una atención integral y de calidad a cada residente, se lleva a cabo la implementación de un plan personalizado. Este plan se basa en las necesidades individuales de cada persona y tiene como objetivo promover su bienestar físico, mental y emocional. A través de este enfoque individualizado, se busca asegurar que cada residente reciba el cuidado y la atención adecuada, brindando un entorno propicio para su desarrollo y calidad de vida en todas las áreas de su bienestar

- **Medicina**

La atención personalizada desde el componente de medicina implica un enfoque centrado en el paciente, donde se consideran las necesidades individuales, las preferencias y las circunstancias únicas de cada persona. Se trata de brindar un cuidado médico adaptado a las características específicas de cada paciente, reconociendo que cada individuo es diferente y requiere una atención personalizada.

En el presente mes no se desarrollaron atenciones por primera vez, sin embargo, se realizaron **10** controles médicos para un total de **10** atenciones. Encontrando diversos diagnósticos, hipertensión arterial, diabetes, entre otras.

- **Odontología**

La implementación del Plan de Atención Personalizado en odontología es una estrategia que busca adaptar el servicio odontológico a las necesidades, preferencias y capacidades de cada persona mayor mediante acciones conjuntas, seguimientos y la evaluación de los resultados.

En el mes se ejecutó la atención odontológica a **12** personas mayores implementando las siguientes estrategias de tratamiento:

✓ Terapias orales

✓ Exodoncias

✓ Restauraciones dentales

- **Salud física**

En el componente de fisioterapia se ejecuta la atención individualizada en la persona mayor para restaurar o aumentar la fuerza muscular, el rango de movimiento, la flexibilidad, la coordinación y la resistencia, así como también reducir el dolor. El equilibrio es otro factor de riesgo en la persona mayor ya que requiere de muchos sistemas en el cuerpo: nutrición, oxigenación de la sangre receptores articulares, visión, oído interno, donde la fisioterapia puede afinar todas estas áreas, a través de un plan de manejo y de acondicionamiento físico bajo instrucciones sencillas y comandos verbales, ejercicios activos asistidos y resistidos, medio físicos y aparatología.

Durante este mes se realizó **atención individualizada** de terapia física a **24** personas mayores implementando las siguientes estrategias de tratamiento:

Se realizaron ejercicios activos resistidos en las personas mayores de forma asistida y libre según condición física actual de cada persona mayor con ayuda de pesas y mancuernas en posición sedente o bípeda favoreciendo fuerza muscular en las estructuras musculares y Oseas, conservación de arcos osteoarticulares en miembros superiores e inferiores.

Con el medio físico como el calor (termoterapia)I se permitió llevar la relajación de los músculos, ya que alivia la fatiga y evita los espasmos y estimula los termo receptores del calor (Vasodilatación) y estimula el flujo sanguíneo e interrumpe el proceso de transmisión de dolor. Se realiza la aplicación del calor con manta térmica eléctrica por un tiempo de 15 minutos.

Las movilizaciones pasivas se realizaron bajo el objetivo de movilizar las extremidades de la persona mayor a través del movimiento de las articulaciones con el objetivo de mejorar y mantener la capacidad de movimiento, evitar rigideces y dolor en las articulaciones y mantener el tono muscular en lo posible.

Se estableció como el tratamiento adecuado y preventivo para las personas mayores con discapacidad severa o con inmovilidad por enfermedades a nivel neurológico.

- **Nutrición**

El área de nutrición y dietética brinda a la persona mayor una atención

personalizada, con el objetivo de ofrecer un proceso preciso de las necesidades de la persona mayor con un trato más cercano.

Este mes se efectuó **control nutricional a 21 personas mayores** que arrojaron un resultado de clasificación en estado de normalidad y riesgo nutricional usando parámetros antropométricos estimados como la circunferencia braquial para obtener a través de fórmulas específicas el peso de la persona mayor en condición de discapacidad motora; en las personas mayores con capacidad de desplazarse por sí misma, se obtuvo el marcador de peso usando balanza digital, para mayor precisión del valor obtenido, otras medidas de ayuda como la altura de rodilla y circunferencia braquial determinantes de indicador de masa muscular .

En el presente periodo se **suplementaron** a **25 personas mayores**, la razón de empezar una terapia nutricional se liga a diagnósticos de estado de malnutrición, soporte nutricional enteral condiciones que afectan el estado nutricional de la persona mayor.

- **Psicología**

En el componente de psicología se llevan a cabo evaluaciones exhaustivas de los residentes, con el fin de comprender su estado emocional, cognitivo y social. Estas evaluaciones incluyen la utilización de entrevistas, pruebas y cuestionarios especializados, diseñados específicamente para identificar posibles trastornos mentales, deterioro cognitivo, problemas emocionales o dificultades de adaptación. A través de estos métodos, se busca obtener una visión completa de la salud psicológica de los residentes, permitiendo así brindarles un apoyo adecuado y personalizado para su bienestar emocional y mental.

En el presente mes se hicieron **8** seguimientos psicológicos y **4** controles para un total de **12** atenciones. Encontrando estados anímicos estables, adquisición de habilidades cognitivas y motoras.

- **Trabajo social**

Trabajo social fomenta el bienestar integral de las Personas Mayores residentes del CDB Asilo de San Antonio, promoviendo un entorno en el que puedan vivir con dignidad y satisfacción; desde una atención humanizada, visibilizando aquellas necesidades o carencias, a nivel individual y comunitario; mejorando así la calidad de vida de las personas residentes.

- **Actualización digital de las personas mayores (BD-Arch digital y/o físico)**

En el presente mes, se ha creado una tabla de Excel que contiene información

detallada sobre las diversas atenciones proporcionadas por el equipo de profesionales en el centro de bienestar. Además, se ha adjuntado una copia de esta tabla a cada historia clínica de los pacientes para su registro y seguimiento.

Esta tabla ha sido diligenciada de manera constante durante el período, registrando las atenciones individuales, seguimientos nutricionales, controles médicos, citas médicas, trámites documentales y otras actividades relevantes que se han llevado a cabo. De esta manera, se garantiza un registro completo y actualizado de las atenciones brindadas a cada paciente en el centro de bienestar.

- **Hospedaje en espacios humanizados**

El centro de bienestar cuenta con extensas áreas verdes, proporcionando espacios ideales para la socialización y la participación en actividades de entretenimiento. Cada residente dispone de una cama individual, colchón, sábanas, almohadas, así como un armario personal para almacenar sus pertenencias y un baño privado para su comodidad y privacidad. Además, se brinda un acompañamiento constante a cada persona mayor durante su estancia en la institución, asegurando así un seguimiento continuo y atento de todas sus necesidades esenciales.

4. Avances y resultados de Ejecución.

En la presente tabla se relacionaron los datos cuantitativos de las actividades ejecutadas por el equipo de profesionales del asilo de San Antonio.

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META ANUAL TOTAL	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
SALUD				
Valoración Inicial - Medicina	Marzo	100 %	100%	En cumplimiento
Valoración Final - Medicina	Diciembre	100 %	0%	No aplica para este periodo
Actividades y Cuidados de Enfermería	Marzo, A bril, Mayo, Junio, Julio, Agosto, Septiembre, Octubre, Noviembre, Diciembre	100 %	100%	En cumplimiento

Capacitación de primeros auxilios a los beneficiarios	mayo, junio, septiembre, octubre	4	2	En cumplimiento
Valoración inicial odontológica	Marzo	100 %	100%	En cumplimiento.
Valoración final odontológica	Diciembre	100 %	0%	No aplica para este periodo
NUTRICIÓN				
Tamizaje Inicial	Marzo,Abril, Mayo, Junio, Julio, Agosto, Septiembre, Octubre, Noviembre, diciembre	100%	100%	En cumplimiento.
Tamizaje final	Diciembre	100 %	0%	No aplica para este periodo.
Valoración nutricional	Marzo	100%	100%	En cumplimiento
Aprovechamiento de las raciones alimentaria	Marzo, Abril, Mayo, Junio, Julio, Agosto, Septiembre, Octubre,	90%	96,58	En cumplimiento

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META ANUAL TOTAL	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
	Noviembre, diciembre			
Diseño ciclo de minuta	Marzo	1	1	Finalizado
Seguimiento ciclos de minutas	Abril, Mayo, Junio, Julio, Agosto, Septiembre, Octubre, Noviembre, diciembre	9	2	En cumplimiento
Taller nutricional	mayo, julio, septiembre, noviembre	4	1	En cumplimiento
taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos	junio, julio, septiembre, octubre	4	1	En cumplimiento
PSICOLOGÍA				
Valoración inicial	Marzo	100%	100%	En cumplimiento
Valoración final	diciembre	100%	0%	No aplica para este periodo.
Proceso de adaptación a los beneficiarios	Marzo, Abril, Mayo, Junio, Julio, Agosto, Septiembre, Octubre, Noviembre, diciembre	100%	100%	En cumplimiento
Actividades lúdico - pedagógicas dirigidas a la promoción de la salud mental	Abril, Mayo, Junio, Julio,Agosto, Septiembre, Octubre, Noviembre, Diciembre	9	3	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	9	En cumplimiento
Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad	Abril, Mayo, Junio, Julio, Agosto, Septiembre, Octubre, Noviembre, Diciembre	27	9	En cumplimiento
Pausas activas	Abril, Mayo, Junio, Julio, Agosto,	270	90	En cumplimiento

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META ANUAL TOTAL	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
	Septiembre, Octubre, Noviembre, Diciembre			
talleres para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico	junio, agosto, octubre, diciembre	4	1	En cumplimiento
Dirección técnica – trabajo social				
Acompañamiento del ingreso de la Persona mayor al Centro de Bienestar	Marzo, Abril, Mayo, Junio, Julio, Agosto, Septiembre, Octubre, Noviembre.	100 %	100%	No aplica para este mes
Gestión documental y trámite ante la EPS	Abril, Junio, Agosto, Septiembre, Octubre, Diciembre.	100 %	100%	En cumplimiento
Visitas domiciliarias de ingreso	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre.	100 %	100%	No aplica para este mes
Documentación 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 afectivos	abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	9	3	En cumplimiento

jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad	mayo, junio, agosto, septiembre, noviembre, diciembre	6	2	En cumplimiento
actividades lúdico-pedagógicas de promoción y prevención dirigidas a la fragilidad	Junio, julio, septiembre, octubre	4	1	En cumplimiento.
capacitación al personal contratado	Mayo, julio, agosto, septiembre, noviembre	5	1	No aplica para este mes

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META ANUAL TOTAL	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
Actividades recreativas internas y externas	abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	9	3	En cumplimiento
Implementación del plan de atención personalizada (PAP)	Abril, Mayo, Junio, Julio, Agosto, Septiembre, Octubre, Noviembre, Diciembre.	9	3	En cumplimiento
Actualización digital de las personas mayores (BD-Arch digital y/o físico)	Abril, mayo, junio, Julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, Diciembre.	9	3	En cumplimiento
Hospedaje en Espacios humanizados	Abril, Mayo, Junio, Julio, Agosto, Septiembre, Octubre, Noviembre, Diciembre.	9	3	En cumplimiento

Tabla 4 Avances y resultados de ejecución.

El objetivo principal es garantizar que todas las personas mayores tengan acceso a la actividad dentro de los plazos previstos, asegurando así su participación y disfrute en igualdad de condiciones.

5. Anexos fotográficos

A continuación, se presenta una recopilación fotográfica de las diversas actividades llevadas a cabo en el centro de bienestar por parte de los profesionales, dirigidas a la población beneficiaria.

- **Odontología**

En la siguiente ilustración se puede apreciar la atención realizada desde el componente de Odontología a una persona mayor, en la cual se llevó a cabo una cirugía dental, exodoncia del #21, procedimiento quirúrgico basado según el plan de intervención personalizado.



Ilustración 1 Atención odontología



Ilustración 2 Atención odontológica

- **Nutrición**

Toma de medidas antropométricas durante el control nutricional



Ilustración 3 Control nutricional

Socialización del plan de minuta al pabellón Madre Marcelina



Ilustración 4 socialización minuta

Raciones consumidas por las personas mayores.



Ilustración 5 Raciones consumidas

Así mismo se pueden observan las raciones servidas distribuidas en los diferentes pabellones del centro de bienestar.



Ilustración 6 racione servidas

se puede apreciar la capacitación al personal de manipuladores



lustración 7 Capacitación al personal de manipuladores

Actividad lúdico-pedagógica de promoción y prevención dirigida a la fragilidad, con el apoyo de terapia ocupacional, fisioterapia y psicología



Ilustración 8 Actividad lúdico-pedagógica de promoción y prevención a la fragilidad

- **Psicología**

Actividad lúdica reactiva desde el área de psicología con el apoyo de la estudiante, se realizó actividad en el pabellón Madre Marcelina.



Ilustración 9 Actividad lúdico-recreativa

A continuación se puede observar una de los acompañamientos por parte de psicología.



Ilustración 10 Acompañamientos psicológicos

Fisioterapia

En la siguiente imagen se puede observar la ejecución de rutina de acondicionamiento físico en el pabellón de madre Marcelina a cargo del área de fisioterapia



Ilustración 11 Rutinas grupales de acondicionamiento físico. Bolos

Se observa el desarrollo de la rutina grupal realizada por el componente de fisioterapia en el pabellón María Auxiliadora



Ilustración 12 Rutinas grupales de acondicionamiento físico. Número y colores

En la ilustración se observa rutina de acondicionamiento físico en el pabellón Madre Marcelina.



Ilustración 13 Rutinas grupales de acondicionamiento físico. Laberinto

Ejecución de pausas activas en el pabellón Madre Marcelina



Ilustración 14 Pausas activas

Atención Individualizadas



Ilustración 15 Atención Individualizadas



Ilustración 16 Atención Individualizadas

Terapia ocupacional

La actividad desarrollada fue Pintura artesanal de letra inicial de nombres.



Ilustración 17 Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad "aretes primavera"

Trabajo social

Las residentes participaron, escucharon, interactuaron y recordaron sus experiencias, cargadas de emociones; tuvieron la oportunidad de conocerse más, además, entender y comprender las realidades de cada una de sus compañeras.



Ilustración 18 Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivo

Se realiza la jornada interdisciplinaria en el salón madre Marcelina.



Ilustración 19 jornada interdisciplinaria

Actividad recreativas internas y externas, en Granja San José.



Ilustración 21 Actividad recreativas internas y externas