INFORME TÉCNICO

GESTIÓN SOCIAL –

PROYECTO CENTROS DE BIENESTAR

CANITAS DE VIDA S.A.S

NOVIEMBRE

VIGENCIA

2023

1. Introducción.

Dadas la demanda en las necesidades de las personas mayores en condición de vulnerabilidad y abandono que se encuentran en el distrito de Barranquilla, el Centro de Bienestar Canitas de Vida viene ejecutando acciones encaminadas al restablecimiento de una red de apoyo para esta población brindando de manera integral los servicios que tienen que ver con el suplemento de sus necesidades básicas como lo es vivienda, alimentación, higiene personal, vestimenta e incluso suplir sus necesidades en salud con seguimientos y tratamientos de acuerdo a sus diagnósticos de base.

Es por todo lo anterior que se continúa llevando a cabo las acciones propias de la oferta de servicio para el sano disfrute de los servicios de hospedaje, nutrición, higiene personal, actividades recreativas y educativas dirigidas por los profesionales que de manera diaria y constante actúan en el desarrollo de estas.

Para las personas nuevas que ingresan al programa se implementa de manera prioritaria toda la atención, cubrimiento en valoraciones, acompañamientos y seguimientos en sus procesos de adaptación lo que les permita sentirse en un entorno sano y tranquilo.

2. Beneficiarios.

El centro de bienestar cuenta con un cupo asignado de treinta y cuatro (34) Personas Mayores, actualmente la institución reporta treinta y tres (33) beneficiarios atendidos en el actual periodo, finaliza el reporte del mes contando con un (1) cupo disponible. Presentando un acumulado de cuarenta (40) beneficiarios atendidos en lo que va corrido del año 2023.

2.1 Caracterización.

Dentro de la población de personas mayores atendidas se relacionan los siguientes reportes de caracterización, en la cual se encuentran veintiún (21) hombres y doce (12) mujeres indicando que el 62% de la población es de género masculino y el 35% de género femenino, dentro de las condiciones de vulnerabilidad se presentó que en condición de discapacidad se encuentra el 73% de los residentes, siendo la mayor parte de estos hombres, el 62% cuenta con registro en Sisbén y ninguno en red unidos, 94% de las personas con registro en cabeza de hogar y una persona mujer que equivale al 3% registra como retornado de Venezuela, así mismo se identifica que el 100% de la población se encuentra ubicada en la localidad norte centro histórico de la ciudad de Barranquilla.

CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN BENEFICIARIA				
VARIABLES		HOMBRE	MUJER	TOTAL
Género	Número de Beneficiarios	21	12	33
Condición de vulnerabilidad	En condición de Discapacidad	17	8	25
	Sisbén	12	9	21
	Red Unidos	0	0	0
	Cabeza De Hogar	21	11	32
	Víctimas De violencia De Género	0	0	0
	Desplazados	0	0	0
	Inmigrantes	0	0	0
	Retornados de Venezuela	0	1	1
Etnia	Afrodescendientes	1	0	1
	Palenque	0	0	0
	Mujer Rural	0	0	0
	Campesino/a	0	0	0
	Rom	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	21	12	33

Tabla N° 1. Caracterización de la población beneficiaria

3. Ejecución de actividades

Se llevaron a cabo las acciones planteadas como actividades recreativas, lúdicas, educativas, valoraciones, seguimientos a los estados de salud, citas eps, tareas del área de enfermería, todas dirigidas por los profesionales de salud, líderes de los componentes como psicología, nutrición, fisioterapia y medicina general y así mismo se registra el proceso de admisión y acompañamiento de nuevos ingresos a la institución.

3.1 Componente de salud

El centro de bienestar cuenta con profesional médico que permite garantizar la evaluación y constante vigilancia de los estados de salud de las personas mayores. En el periodo actual se llevó a cabo una (1) valoración inicial, se realizaron seis (6) seguimientos a los estados de salud en revisión y acompañamiento del área de enfermería ejecutando tareas como toma de signos vitales, curaciones de algunas lesiones y administración de los tratamientos para que haya una buena adherencia al manejo de sus patologías de base.

- **Valoración inicial Medicina**

Para el presente periodo se realizó una (1) valoración inicial a una persona mayor de sexo femenino de 95 años de edad la cual presento los siguientes diagnósticos hipertensión arterial, constipación y sífilis tratada, se realizó abordaje desde signos vitales y revisión de historia clínica e indicaciones de formula médica para manejo de constipación crónica.

- **Actividades y cuidados de enfermería**

El equipo de enfermería diariamente garantiza que los beneficiarios reciban su tratamiento de base de manera oportuna, que se lleve a cabo el cronograma correcto y ruta para cumplir con las asistencias a citas médicas, reclamo de medicamentos, realización de laboratorios, procedimientos y todo aquel trámite correspondiente del seguimiento de sus diagnósticos. Dentro de las acciones realizadas en el período se atendieron a catorce (14) beneficiarios en la higiene personal, se tomaron los signos vitales diariamente a treinta a treinta y tres 33) personas, registrando parámetros normales, en casos presentados como hipotensión fue necesario solicitar servicio de asistencia médica AMI; Teniendo en cuenta su estado de salud fue trasladado y hospitaliza egresado de manera satisfactoria. Se controló la glucosa en sangre de una persona mayor mediante glucometría. Suministraron medicamentos a veinticinco (25) beneficiarios para manejo y adherencia para sus patologías o trastornos subyacentes promoviendo la salud.

Se realizaron curaciones en cinco (5) residentes siguiendo protocolos de asepsia para facilitar la cicatrización, tres (3) de estos por parte de plan domiciliario, clínica de heridas de sus EPS.

Asimismo, se brindó asistencia en la movilidad a diez (10) residentes por diversas razones, y cuatro (4) de ellos requirieron ayuda para su alimentación.

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

Se brinda conocimiento a las personas mayores en la manera de cómo afrontar situaciones que pongan en riesgo la vida de sus compañeros. Así mismo, se les resalta la importancia que hacer y que no ante distintas emergencias o urgencias.

Nombre de Las Rutinas	Objetivos	Metodología	Resultados
Convulsiones	Educar a la persona mayor en medio de una convulsión garantizando la detección oportuna permitiendo reducir riesgos y secuelas.	Se inicia la charla explicativa en donde hubo intercambio de preguntas en donde cada persona dio su aporte, finalizaron con una dramatizado quienes representaron un caso clínico de convulsiones	Las personas mayores lograron comprender por medio de la práctica y dramatización entre compañeros de una situación donde se presentan los síntomas y maniobras ante un episodio convulsivo e identificaron la importancia de saber cómo actuar ante una crisis como esta.

Tabla n° 2. Capacitación de primeros auxilios a los beneficiarios

3.2 Componente nutrición.

El componente de nutrición en la persona mayor es importante para dar el asesoramiento personalizado sobre nutrición y alimentación. Un nutricionista puede ayudar a identificar los hábitos alimentarios que pueden estar afectando la salud y a diseñar planes de alimentación adaptados a las necesidades individuales. Además, un nutricionista puede ayudar a prevenir enfermedades no transmisibles como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares, y a mejorar el bienestar físico y mental.

- **Tamizaje inicial**

El tamizaje nutricional es un proceso que se realiza mediante la evaluación de factores como la edad, el peso, la altura, el índice de masa corporal, la presencia de enfermedades crónicas, la ingesta de alimentos y la actividad física. El objetivo es identificar a las personas que tienen un mayor riesgo de sufrir malnutrición y diseñar planes de alimentación adaptados a sus necesidades individuales. Es importante tener en cuenta que el tamizaje nutricional no es un diagnóstico, sino una herramienta de detección temprana. Si se identifica un riesgo de malnutrición, se debe realizar una evaluación más detallada y un tratamiento que vaya acompañado de una asesoría familiar.

Para este periodo se realizó tamizaje inicial a una persona mayor presentando diagnóstico nutricional de normalidad, con peso actual a su ingreso de 47.2 k, talla 1.55 m, para un Índice de Masa Corporal (I.M.C) de 20 k/m², a la valoración física se observó piel hidratada, cabello

bien plantados y sin signos de desnutrición, se encuentra en buen estado general de salud.

- **Valoración nutricional**

La valoración es una evaluación ampliada y complementaria al cribado nutricional que permite determinar el estado nutricional del individuo mediante la incorporación de variables sociales, funcionales, físicas, metabólicas, dietéticas, bioquímicas y farmacológicas. La evaluación del estado nutricional de un individuo permite conocer el grado en que la alimentación cubre las necesidades del organismo. La historia clínica y psicosocial ayuda a detectar posibles deficiencias y a conocer los factores que influyen en los hábitos alimentarios.

Esta valoración nutricional se realiza con la toma de peso, talla y la utilización del instrumento de valoración Mini Nutritional Assessment. Para este mes de noviembre se valoraron a tres personas mayores, de los cuales dos a su ingreso en el mes octubre presentaron en su tamizaje inicial peso insuficiente, un mes después con la valoración se puede observar aumento de peso satisfactorio en ellos de 2 y 3 kg, pasando a estado nutricional de peso insuficiente a normalidad. La tercera se mantiene en estado de normalidad.

- **Aprovechamiento de las raciones alimentarias.**

El aprovechamiento de las raciones alimentarias es importante porque una porción adecuada de alimentos evitará excesos o deficiencias en la nutrición de las personas mayores. Esto permitirá cuidar su salud, lo que repercutirá en una mejor calidad de vida. El aprovechamiento de las raciones a nivel nutricional, se ve reflejado en los alimentos que se brindan en el servicio de alimentación y que estos deben aportar los nutrientes necesarios para mantener una buena salud y prevenir enfermedades.
A continuación, el detalle de los resultados alcanzados en el periodo actual: Total raciones servidas 4.879 y total de raciones consumidas 4.803 para un 98,85% de aprovechamiento total. Con un acumulado para este periodo de 40.019 en raciones servidas y 39.529 raciones consumidas.

- **Seguimiento ciclos de minutas**

Por medio del seguimiento de ciclos de minutas verificamos el cumplimiento de las minutas establecida en el servicio de alimentación para las personas mayores, esto se realizó observando que las preparaciones y los alimentos que se ofrecen cumplan con los requerimientos nutricionales y las recomendaciones de salud pública para este grupo etario, de igual forma se vigila si se están entregando los cincos tiempos de comidas y las cantidades asignadas. Se realizaron ajustes a las minutas según las necesidades especiales teniendo en cuenta la aceptabilidad de las raciones alimentarias suministradas y los diagnósticos nutricionales y

médicos así también las tradiciones culturales de los residentes.

3.3 Componente psicología

Las personas mayores, están propensas a la adquisición de diferentes enfermedades crónicas propias de la edad, afectando su nivel físico como el psicológico, por lo tanto, desde el componente de psicología se brindó una atención encaminada a optimizar la calidad de vida. Se facilita a los beneficiarios la posibilidad de enfrentar esta etapa hallando momentos de bienestar gozando de buena salud emocional. Se creó un vínculo entre el residente y el profesional de Psicología siendo este un apoyo para un óptimo bienestar psicológico.

En este periodo se brindaron los siguientes servicios desde el área de psicología tales como: valoraciones iniciales, actividades lúdico-pedagógicas dirigidas a la promoción de la salud mental de las personas mayores, jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, proceso de adaptación a beneficiarios y planes de atención personalizados.

- **Valoración inicial psicológica**

Se llevaron a cabo las valoraciones iniciales utilizando como herramientas un protocolo de aplicación de dos instrumentos evaluadores (Test Minimental y Escala de Depresión Geriátrica Yesavage), por medio de las cuales se logra identificar factores de compromiso que pueden afectar la salud mental de las personas mayores, aspectos tales como funciones cognitivas y grados de depresión; registrando estas valoraciones iniciales desde el ingreso de las personas mayores al proyecto, en este periodo se registró una (1) valoración inicial, la cual arrojó con resultado en el test minimental una persona con puntuación de 21 encontrándose en deterioro cognitivo leve a moderado; mediante la aplicación del instrumento escala de depresión yesavage arrojó resultado de 9 puntos indicando un estado de depresión leve para la beneficiaria.

- **Proceso de adaptación a los beneficiarios**

Mediante este proceso se busca minimizar el efecto del cambio y nuevo estilo de vida al que se enfrentan los beneficiarios al ser un espacio desconocido para estos, por esta razón es importante el acompañamiento por parte de los profesionales y relacionarse con las demás persona mayores. La adaptación al entorno en el centro de bienestar es de vital importancia ya que para que se sientan cómodos y motivados, el espacio debe encontrase en las condiciones adecuadas y lo más importante, tener buena armonía; un ambiente agradable favorece la autonomía propiciando el bienestar físico y psicológico de la persona.

La adaptación de la persona mayor a su nuevo entorno está compuesto desde que inicia su

proceso de pre ingreso, ingreso, adaptación y por último su integración dentro del Centro de bienestar. Es clave dentro de este proceso la actitud del beneficiario tanto como la de los profesionales y/o cuidadores. Se realizó en el periodo actual proceso de adaptación a doce (12) personas mayores con un total de sesenta y nueve (69) sesiones realizadas.

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

En el actual periodo se realizó una (1) actividad lúdico-pedagógica dirigida a las personas mayores, la cual se realizó con el propósito de sensibilizarlos frente a la importancia de mejorar la convivencia a través de estrategias claves, contando a la fecha con ocho (8) actividades realizadas.

Se desarrolló con la finalidad de mejorar la comunicación entre las personas mayores facilitando las relaciones afectivas y haciendo más agradable la convivencia. Con ello, se espera generar un impacto en el bienestar emocional de los beneficiarios. El tema del período fue COMUNICACIÓN ASERTIVA con el cual se busca lograr un ambiente sano que conduzca a relaciones sanas.

Nombre de la actividad	Objetivo	Metodología	Resultados
Comunicación asertiva	Mejorar la comunicación entre las personas mayores del CDB facilitando la interrelación haciendo más agradable la convivencia	Se da inicio a la actividad con una psi coeducación sensibilizándolos acerca de la comunicación asertiva, brindándoles estrategias y habilidades para mejorar relaciones y saberse comunicar de una manera adecuada. Se observa vídeo didáctico y cortometraje. Posterior, se abre debate escuchando opiniones de las personas mayores. Luego se trasladan al patio continuando la actividad con una dinámica llamada "El puente de la asertividad" en donde se mostraban ejemplos de una comunicación pasiva y agresiva, sacando diferencias y enfocándonos en la comunicación pasiva y sus beneficios. **Recurso humano:** personas mayores, Psicóloga. **Recurso material:** televisor, vídeo "¿Qué es la comunicación asertiva?" https://www.youtube.com/watch?v=ZqmSfdE2y-s. "El Puente de la asertividad" https://www.youtube.com/watch?v=rJQiE_7lFaq	La actividad generó un impacto en los beneficiarios, participando y escuchando activamente, en donde por medio de experiencias vividas lograron diferenciar la comunicación pasiva con la agresiva, en medio de la dinámica se divirtieron compartiendo ideas y a la vez reflexionando acerca del tema

Tabla N° 3. Actividades lúdico - pedagógicas dirigidas a la promoción de la salud mental

3.4 Componente de Salud Física.

La salud física no es solo un tratamiento para enfermedades, sino un pilar esencial para preservar la autonomía de las personas mayores. En esta etapa de la vida, es crucial promover la actividad física, ya que fortalece sus habilidades funcionales, mentales y emocionales.

El movimiento es esencial en todas las etapas, pero en la edad avanzada, las limitaciones en la movilidad se vuelven más notables; por lo tanto, debemos fomentar el ejercicio y la actividad física, junto con las rutinas y actividades adecuadas, para abordar tempranamente los trastornos que afectan la movilidad. Beneficios de realizar actividad física:

- ✓ Reforzar la confianza personal.
- ✓ Potenciar la independencia en la vida cotidiana.
- ✓ Mejorar el equilibrio y la marcha, reduciendo el riesgo de caídas.
- ✓ Aliviar molestias causadas por enfermedades crónicas.
- ✓ Acelerar la recuperación de lesiones.
- ✓ Aumentar la salud mental y emocional.
- ✓ Fortalecer el sistema cardiorrespiratorio.

El ejercicio reduce el estrés y la ansiedad, proporcionando una calidad de vida excepcional. Cuidar la salud física en la edad avanzada es un regalo que permite disfrutar cada día con vitalidad y plenitud. Es importante mantener la actividad física como un aliado para las personas mayores.

- **Valoración inicial.**

La valoración inicial es el paso esencial antes de iniciar cualquier tratamiento. Desde el primer encuentro, se recopila información crítica y relevante de las personas mayores mediante un exhaustivo examen físico. Esto sienta las bases para un diagnóstico fisioterapéutico preciso, un pronóstico, y la creación de un enfoque de tratamiento personalizado que se adapte a sus necesidades únicas. En el mes de noviembre se realizó una (1) valoración inicial la cual arrojó como resultado una persona mayor mujer con dependencia moderada y riesgo alto de caídas respectivamente.

- **Rutinas grupales de Acondicionamiento físico.**

Las rutinas de acondicionamiento físico es un hábito que se debe mantener en todas la etapas de la vida, más aún cuando se llega a la tercera edad proporcionando grandes beneficios y a su vez mejorando la calidad de vida de las personas mayores En el mes de octubre se realizaron tres (3) rutinas de acondicionamiento físico.

Nombre de las rutinas	Objetivos	Metodología	Resultados
Ejercicios funcionales	Mejorar equilibrio, postura y resistencia mediante un circuito de bajo y moderada intensidad durante 30 minutos	Iniciaron la rutina trabajando tren superior por la primera estación del circuito extensión de brazos sin peso inicialmente y luego con peso alternado con bandas elásticas .después el trabajo de tren inferior en posición sedente extendiendo las piernas luego la siguiente estación sentadillas con silla y por último ejercicios de rotación de cadera.	La rutina fue satisfactoria debido a que las personas mayores realizaron con mínimo grado de dificultad la mayoría de los participantes realizaron la actividad sin ayuda lograron completar cada uno de los ejercicios del circuito mientras que otros con mínima ayuda
Caminata	mejorar la capacidad aeróbica coordinación y balance mediante una caminata de media a alta intensidad durante 30 minutos	Iniciaron la rutina con ejercicios de elongación muscular y ejercicios respiratorios seguido a esto realizan caminata en la terraza del centro de bienestar durante 30 minuto realizamos vuelta a la calma y fin de la rutina	Las personas mayores realizaron la rutina la mayoría sin ningún tipo de ayudas mientras que otros necesitaron ayuda técnica.

Zumba fitness	Ejercitar el sistema cardiovascular ,mejorar la circulación sanguínea evitar el sedentarismo	Iniciamos la rutina con ejercicios de elongación muscular realizaron la zumba al ritmo de la música ,terminaron con vuelta a la calma	La rutina se realizó en el patio del centro de bienestar las personas mayores disfrutaron al ritmo de la música, con ejercicios respiratorios, movilidad articular. Algunos necesitaron apoyo para realizar la rutina.

Tabla N° 4. Rutinas grupales de Acondicionamiento físico

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

Las actividades destinadas a potenciar la funcionalidad en personas mayores preservan y mejoran las habilidades. Estas actividades están diseñadas para permitirles llevar a cabo las tareas diarias con mayor independencia y confianza, al mismo tiempo que se nutren tanto física como mentalmente. Desde un punto de vista fisiológico, se busca mantener a las personas mayores en constante movimiento, lo que no solo fortalece sus capacidades físicas, como la fuerza y la flexibilidad, sino también sus funciones cognitivas, como la agudeza mental y la memoria.

Este enfoque integral no solo les brinda calidad de vida, sino que también celebra su vitalidad y experiencia, mientras se traduce en notables mejoras fisiológicas. En el mes de noviembre se realizaron tres (3) actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad.

Nombre de las Actividades	Objetivos	Metodología	Resultados
Dinámicas	Promover la socialización de las personas mayores y fomentar el trabajo en equipo mediante los juegos de mesa por equipos	Las personas mayores se dividieron en equipos cada grupo con diferentes juego(parques, castas, domino)	Las personas mayores participaron en la actividad aprovechando al máximo disfrutando de los juegos y compartiendo entre risas y trabajo en equipo logrando así el objetivo trazado
Recortar	Mejorar la coordinación manual y la habilidad de seguimiento en líneas mejorar la presión manual y el agarre a través de una actividad de recorte con la utilización de las tijeras.	La actividad se realizó con apoyo de psicología las personas mayores se ubicaron de manera grupal pero a su vez de forma independiente se les entregaron sus implementos como (foamy, tijeras) cada uno terminó su actividad.	Se logró completar la actividad la mayoría de las personas mayores la realizaron por si solos mientras que otros la minoría terminaron con ayuda.
Manualidades navideñas	Estimular las diferentes partes del cerebro para evitar el deterioro cognitivo, disminuir la ansiedad reducir los sentimientos de asilamiento y depresión mediante una actividad manual decorativa.	Cada persona mayor tenía que decorar un vaso con tiras de yute y silicona líquida en forma de canasta para colgar en el árbol de navidad.	Las personas mayores realizaron la actividad grupal en mesas algunos con leve dificultad otros sin ningún tipo de ayuda. Además de estimular sus habilidades cognitivas también se afianzaron los lazos de amistad y compañerismo entre ellos.

Tabla N° 5. Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad

- **Pausas Activas**

Las pausas activas representan interrupciones estratégicas en medio de las tareas diarias o las actividades físicas, incorporando ejercicios específicos diseñados no solo para prevenir lesiones,

sino también para aliviar el estrés psicológico y muscular, y fomentar la salud física en general. Estos intervalos ofrecen una serie de ventajas notables, como la prevención de lesiones, la liberación de tensiones musculares, la mejora de la postura, el mantenimiento de la movilidad, la estimulación de la circulación sanguínea, y muchos otros beneficios. Estas pausas activas son de gran importancia para las personas mayores del centro de bienestar debido a que permite cambiar la rutina y aprovechar todos estos múltiples beneficios mencionados anteriormente.

3.5 Componente dirección técnica – Trabajo Social

El profesional de trabajo social crea una base para la construcción de la metodología más adecuada para las personas mayores, apuntando a sus necesidades y de las circunstancias que lo rodean tanto a nivel emocional, como de salud y si es posible en el ámbito familiar. El objetivo es ayudar al desarrollo de relaciones humanas saludables y fomentar los cambios sociales que permitan a las personas mayores tener una mejor calidad de vida. Ayudar a las personas a desarrollar capacidades que le permitan afrontar sus problemas sociales, individuales y colectivos. Se vela por los derechos de los beneficiarios haciéndolo sentir importante para nosotros, así como también supervisar el cumplimento de normas dentro del centro.

- **Acompañamiento del ingreso de la persona mayor del centro de bienestar**

Dentro de la gestión del mes actual se realizó intervención y acompañamiento a una (1) persona mayor mujer, a esta se recibe por parte de dirección técnica, profesional de psicología y de enfermería, la cual ingresa en compañía de un familiar, se informa sobre las condiciones de hospedaje, entorno en comunidad, actividades a realizar, espacio de su habitación y acomodación de pertenencias personales y se realiza la respectiva presentación de esta a todo el personal, brindándole seguridad y confianza en su nuevo estilo de vida.

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

Se realizó validación en sistema de registraduría nacional a cargo de funcionario de esta, logrando determinar que cuatro (4) personas mayores sin cédula en físico ya registran en sistema para lograr hacer proceso de duplicado una (1) persona mayor hombre no registra en sistema de registraduría, tres (3) personas que registran con código censal no registran y no es posible validar sus identidades, seguimiento a solicitud radicada para registro en sisbén 4 de nueve (9) personas mayores, se realiza una gestión de portabilidad a cajacopi eps para un (1) beneficiario y para una beneficiaria mujer se radica derecho de petición ante prestador de EPS para entrega de mipres (Pañales), siendo este exitoso. En total se hizo gestión para diecinueve (19) beneficiarios.

Gestión de documento de identidad (físico)	Ante la EPS	Gestión Sisbén iv	Total trámites gestionados en el periodo
8	2	9	19

Tabla N° 6. Gestión documental.

- **Visitas domiciliarias**

Como parte del proceso de admisión de la persona mayor, se realizó la respectiva visita domiciliaria, en la cual se valida estado de salud, entorno familiar, y así mismo se brinda información del nuevo entorno en el que estará, garantizando que sea de agrado para esta y reciba los servicios propios del Centro de Bienestar. Se registra una (1) visita domiciliaria a cargo de profesional de psicología de la institución siendo esta satisfactoria.

- **Documentación de beneficiarios**

Dado el ingreso de la persona mayor se crea carpeta con todos los documentos e información inherente a su historial clínico, cuenta con documento de identidad en físico, afiliación a eps y registra en sisbén 4, todo queda reposado en carpeta rotulada.

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

La recreación es la actitud positiva del individuo hacia la vida en el desarrollo de actividades para el tiempo libre, que le permitan trascender los límites de la conciencia y el logro del equilibrio biológico, psicológico y social, que dan como resultado una buena salud y una mejor calidad de vida. Durante el presente mes se realizó una (1) actividad contando a la fecha con nueve (9) actividades realizadas enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos dirigida a las personas mayores. El tema de este mes fue LECTURA RECREATIVA con la cual se busca mejorar el estilo de vida en los residentes.

Nombre de la actividad	Objetivo	Metodología	Resultados
Lectura recreativa	Propiciar la reflexión y análisis de textos a través de la comprensión lectora en las personas mayores del CDB	Se inicia la actividad con una charla educativa en donde se explican los beneficios de leer y comprender textos, se les facilita a los participantes textos en los cuáles reflexionaban acerca de la moraleja, leyendo en voz alta. Posteriormente, realizan actividad escrita de comprensión lectora**. Recurso humano:** personas mayores, psicóloga. **Recurso material:** Texto. Hojas de Block. Ejercicio de comprensión de lectura	Se logró de manera satisfactoria la actividad ya que estuvieron atentos a la lectura compartiendo la moraleja enseñada y durante la comprensión de lectura intercambiaron ideas trabajando en equipo

Tabla N° 7. Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos

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

Estas jornadas se realizan con el objetivo de fomentar las relaciones interpersonales y de

convivencia de las personas mayores en su propio entorno, a su vez para promover actividades que involucren el conocimiento, la investigación, el estado físico y cognitivo para prevenir su deterioro que se presenta en el proceso de envejecimiento. Durante el presente mes se realizó (1) jornada interdisciplinaria con el tema VEJEZ VS ENVEJECIMIENTO liderada por los profesionales en Psicología y Fisioterapia.

Nombre de la actividad	Objetivo	Metodología	Resultados
Vejez y Envejecimiento	Educar a las personas mayores acerca de la diferencia entre vejez como la última etapa de la vida y que forma parte del envejecimiento	Se da inicio a la jornada socializando todas las diferencias que existen entre vejez y envejecimiento desde el componente de fisioterapia enfatizando la importancia de la actividad física durante esta etapa de la vida, se finaliza con un debate aportando ideas y participando de una dinámica en la cual pasaban al frente y en un tablero escribían las diferencias, otros participaron desde sus asientos. Recurso humano: psicóloga y fisioterapeuta, Personas mayores. Recurso material: Tablero, tizas.	Se llevó a cabo la jordana de manera activa, ya que participaron haciendo sus aportes y reconociendo las diferencias acerca del tema

Tabla N° 8. Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad

- **Actividades recreativas internas y externas**

Las actividades recreativas en la vejez, brindan grandes beneficios a nivel físico, social y emocional. Cuando las personas mayores interactúan con el medio externo se sienten oxigenados, les agrada compartir en grupo cambiando un poco su diario vivir. Potenciar la creatividad, fomenta las relaciones interpersonales, fortaleciendo los vínculos sociales y la autoestima en la persona mayor.

Nombre De La Actividad	Objetivo	Metodología	Resultados
Tarde de pizza	Favorecer actividades de recreación y esparcimiento mediante la realización de salidas externas para mejorar la situación emocional y afectiva de las personas mayores, mediante la convivencia con los demás	Se realiza salida recreativa externa con un grupo de personas mayores a disfrutar una tarde de pizza, a la vez, realizan juego del teléfono roto. **Recurso humano:** personas mayores, psicóloga y fisioterapeuta. **Recurso material:** Pizza, bebidas.	La salida fue del total agrado para las personas mayores ya que disfrutaron otro ambiente, se relacionaban durante el juego del teléfono roto, y reían con anécdotas de su pasado

Tabla N° 9. Actividades recreativas internas y externas

- **Implementación del plan de atención personalizada (PAP)**

Para el proceso de intervención de las personas mayores y el tratamiento de sus diagnósticos de base, durante la vigencia se llevaron a cabo seguimientos por parte de las áreas de psicología, salud, nutrición, salud física y trabajo social:

✓ <u>Componente Psicología:</u>

Se brindó en el plan de atención personalizada estrategias para el bienestar psicológico de los beneficiarios, con variables como la autoestima y autoeficacia que es de vital importancia para obtener un envejecimiento exitoso. Se trabajó el fortalecimiento de sus funciones mentales de manera individual y grupal, a la vez, manejo de habilidades sociales, autoestima,

autocuidado, gestión emocional, a través de técnicas como psi coeducación, sensibilización, y reestructuración cognitiva buscando con estas estrategias, mejorar en ellos su forma de apreciarse como ser humano. A fines de corte del presente informe se realizaron por parte de psicología tres (3) PAP, logrando con esto veintitrés (31) personas mayores que han recibido esta intervención.

✓ Componente Salud:

Se realizó el plan de atención personalizada por parte de medicina a cuatro (4) personas mayores, una (1) de sexo femenino y tres (3) de sexo masculino, valoradas según sus diagnósticos clínicos y de fragilidad, se les realizó la intervención médico, funcional, social y cognitivo para ofrecerles un plan de cuidados médicos individualizados; las cuales se ejecutaron en compañía del personal profesional de fisioterapia, psicología, enfermería mejorando su condición en la calidad de vida con seguimiento por parte de su eps por las diferentes especialidades las cuales son de manera individualizada.

✓ Componente Nutrición:

El objetivo de un plan de atención individual nutricional es proporcionar una intervención nutricional personalizada, que se adapte a las necesidades, preferencias y condiciones de cada persona mayor, con el fin de mejorar su estado nutricional, su calidad de vida y su salud. Por lo que en este mes se realizó dentro del PAP el seguimiento nutricional de seis (6) personas mayores, de los cuales cuatro son por control por segunda vez, donde tres (3) se mantienen en su estado de normalidad, un (1) beneficiario pasa de peso insuficiente a peso normal, oros dos (2) se les realizó seguimiento por vez primera con estado nutricional de normalidad y peso insuficiente.

Se realiza seguimiento al ciclo de menús y verificación de los planes alimentarios, para que estos se adapten de acuerdo a los resultados clínicos de laboratorios y diagnósticos clínicos que van surgiendo a medidas que ellos asisten a sus citas médicas.

De igual manera se hace entrega de suplementos nutricionales a una persona mayor, suministrado por donación de un familiar. Este suplemento es NUTRI+ 1000GR – SAVIFAR, dosificación diaria de 20 gr, para un total de entrega al mes 600 gr.

✓ Componente salud física:

En el mes de noviembre se realizaron cinco (5) atenciones individualizadas a las personas mayores se llevaron a cabo con el objetivo de mejorar, conservar y mantener la autonomía e independencia de estos, se realizaron ejercicios terapéuticos para mejorar y mantener las capacidades funcionales de las personas mayores.

✓ Componente Trabajo Social

Durante la vigencia del presente informe se reciben cuatro (4) visitas familiares y dos (2) llamadas telefónicas. Una persona mayor recibió por parte de familiares celebración de su cumpleaños. Se registra un (1) ingreso al CDB. Se realizó una (1) solicitud de portabilidad a cajacopi eps para un beneficiario.

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

Se actualiza la base de datos e información documental tanto física como digital. En base de datos se registra la totalidad de treinta y tres (33) personas mayores, así mismo se cuenta para el total de los residentes con treinta y tres carpetas donde se agrupan todo su historial clínico e información personal de manera de archivo físico, arrojando para las actualizaciones anteriores un cumplimiento del 100%, se cuenta con toda la información digitalizada, con un cumplimiento al 100%, esta actualización se encuentra cumplida por parte del centro de bienestar.

- **Hospedaje en espacios humanizados**

Continuamos con labores de higiene y limpieza en superficies de la institución, jornadas de fumigación, por parte de los profesionales de la institución se brindan pautas mediante charlas grupales e individuales sobre la convivencia en comunidad para minimizar entre los residentes algunos inconvenientes que perturben la sana convivencia, se verifican que los guardarropas estén debidamente evitando almacenar objetos que no corresponden, en general las áreas de la institución se encuentran en buenas condiciones.

4. Avances y resultados de Ejecución.

Se relacionan todas las actividades ejecutadas y próximas a ejecutar según cronograma establecido:

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 el periodo
Actividades y cuidados de Enfermería	Marzo a Diciembre	100%	100%	En cumplimiento
Capacitación de primeros auxilios a los beneficiarios	Mayo, Julio, Septiembre y Noviembre	4	4	Finalizado
Nutrición				
Tamizaje Inicial	Marzo	100%	100%	En cumplimiento
Tamizaje Final	Diciembre	100%	0	No aplica para el periodo
Valoración nutricional	Abril	100%	100%	En

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META ANUAL TOTAL	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
				cumplimiento
Aprovechamiento de las raciones alimentaria	Marzo a Diciembre	90%	98,91 %	En cumplimiento
Diseño ciclos de minutas	Marzo	1	1	Finalizado
Seguimiento ciclos de minutas	Abril a Diciembre	9	8	En cumplimiento
Taller nutricional	Mayo, Junio, Septiembre y Octubre	4	4	Finalizado
Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos	Junio, Julio, Agosto, Septiembre y Octubre.	5	5	Finalizado
Psicología				
Valoración inicial Psicología	Marzo	100%	100%	En cumplimiento
Valoración final Psicología	Diciembre	100%	0	No aplica para el periodo
Proceso de adaptación a los beneficiarios	Marzo a Diciembre	100%	100 %	En cumplimiento
Actividades lúdico - pedagógicas dirigidas a la promoción de la salud mental	Abril a a Diciembre	9	8	En cumplimiento
Fisioterapia				
Valoración inicial Fisioterapia	Marzo	100%	100%	En cumplimiento
Valoración final Fisioterapia	Diciembre	100%	0	No aplica para el periodo
Rutinas grupales de acondicionamiento o físico	Abril a Diciembre	27	24	En cumplimiento
Actividades para el mantenimiento y/o incremento d la funcionalidad	Abril a Diciembre	27	24	En cumplimiento
Pausas activas	Abril a Diciembre	270	240	En cumplimiento
Talleres para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico	Junio, Agosto, Octubre y Diciembre	4	3	En cumplimiento
Dirección técnica y trabajo social				
Acompañamiento del ingreso de la Persona mayor al Centro de Bienestar	Marzo a Diciembre	100%	100%	En cumplimiento
Gestión documental y trámite ante la EPS	Abril a Diciembre	100%	100%	En cumplimiento
Visitas domiciliarias de ingreso	Marzo a Diciembre	100%	100%	En cumplimiento
Documentación de beneficiarios	Marzo a Diciembre	100%	100%	En cumplimiento
Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos	Abril a Diciembre	9	8	En cumplimiento

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META ANUAL TOTAL	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad	Mayo, Junio, Julio, Septiembre, Octubre y Noviembre	6	6	Finalizado
Actividades Lúdico-Pedagógicas de Promoción y Prevención dirigidas a la fragilidad	Junio, Julio, Septiembre y Octubre	4	4	Finalizado
Capacitación al personal contratado	Junio, Julio, Agosto y Septiembre, octubre	5	5	Finalizado
Actividades Recreativas internas y externas	Abril a Diciembre	9	8	En cumplimiento
Implementación del plan de atención personalizada (PAP)	Abril a Diciembre	9	8	En cumplimiento
Actualización digital de las personas mayores (BD-Archivo digital y/o físico)	Abril a Diciembre	100%	100%	En cumplimiento
Hospedaje en Espacios humanizados	Abril a Diciembre	9	8	En cumplimiento

Tabla n° 10. Avances y resultados de ejecución

Es importante resaltar, que las metas de las actividades presentadas porcentualmente se miden o referencian teniendo en cuenta el total de las personas mayores atendidas; las cuales deben recibir al 100% el beneficio según cada tiempo de ejecución establecido. El objetivo es garantizar que todas las Personas Mayores del Centro de Bienestar accedan al beneficio de acuerdo a la formulación del Plan de Atención Integral PAI.

5. Anexos fotográficos.



Ilustración n°1. Valoración inicial medicina



Ilustración N° 2. Actividades y cuidados de enfermería



Ilustración N° 3. Capacitación de primeros auxilios a los beneficiarios



Ilustración N° 4. Tamizaje inicial nutricional



Ilustración N° 5. Valoración Nutricional



Ilustración N° 6. Aprovechamiento de las raciones alimentarias



Ilustración N° 7. Suplemento nutricional



Ilustración N°8. Valoración inicial psicología



Ilustración N° 9. Procesos de adaptación a los beneficiarios



Ilustración N° 10. Actividades lúdico - pedagógicas dirigidas a la promoción de la salud mental



Ilustración N° 11. Actividad grupal cognitiva "Memoria visual"



Ilustración N° 12. Actividad grupal cognitiva "Lateralidad y habilidad visoespacial"



Ilustración N° 13. Actividad Libre de psicología - Dinámica "Puente de la asertividad"



Ilustración N° 14. Valoración inicial de salud física



Ilustración N° 15. Rutinas grupales de acondicionamiento físico



Ilustración N° 16. Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad



Ilustración N° 17. Pausas activas



Ilustración N° 18. Acompañamiento del ingreso de la persona mayor del centro de bienestar



Ilustración N° 19. Visitas domiciliarias



Ilustración N° 20. Actividad enfocada a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos



Ilustración N° 21. Reporte de Visitas y llamadas



Ilustración N° 22. Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad



Ilustración N° 23. Actividad recreativa externa



Ilustración N° 24. Implementación plan de atención personalizada (PAP) – Medicina



Ilustración N° 25. Implementación plan de atención personalizada (PAP) – Nutrición



Ilustración N° 26. Implementación plan de atención personalizada (PAP) – Psicología



Ilustración N° 27. Implementación plan de atención personalizada (PAP) – Fisioterapia



Ilustracion N° 28. Implementacion plan de atencion personalizada (PAP) – Trabajo Social



Ilustración N° 29. Hospedaje en espacios humanizados