SECRETARIA DISTRITAL DE GESTIÓN SOCIAL

VIGENCIA AÑO 2023

INFORME DE GESTION
30 DE NOVIEMBRE
ASILO HOGAR GRANJA SAN JOSE

1. Introducción

Las actividades desarrolladas en el mes han enfocado los esfuerzos en busca del bienestar de las personas mayores beneficiarias, ejecutando actividades interdisciplinarias para el bienestar físico, mental, social, recreativo, espiritual entre otros y un análisis para garantizar logros a mediano y largo plazo.

Con el equipo humano se ha elaborado un trabajo permanente para reforzar todos los parámetros básicos que soportan el funcionamiento de la persona mayor en busca de crear una cultura que lleve a reconocer que las estrategias planeadas al inicio del año son el elemento fundamental para la generación de la acción diaria y el desarrollo de la institución en la búsqueda de prestación de servicio de calidad.

En su evolución institucional se debe lograr ser coherente con los principios que generaron la decisión de esta programación, ampliando y cambiando estrategias de accionares que articulan una conexión clara entre la estrategia y la realidad de las necesidades de las personas mayores como son las condiciones necesarias. La identificación de estas plantea el Plan de Desarrollo, que es el paso clave en el progreso estructurado y sistemático del bienestar general, generando no solo valor social, ambiental, sino aprendizaje compartido entre los beneficiarios de la Institución.

Se destacó en este sentido, nuestros objetivos: desarrollar el talento humano, mejorar la calidad de vida de nuestros atendidos, así mismo satisfacer las necesidades para lograr que estén y se sientan bien.

La propuesta no es sólo atender interdisciplinariamente a las personas mayores, sino "Prestar la Mejor Atención", fortaleciendo el bienestar integral. Estamos decididos a aplicar y priorizar este propósito de acuerdo a las necesidades y expectativas de los beneficiarios; esperamos que nuestro accionar permita fortalecer las prácticas asistenciales, beneficiar a mayor número de personas mayores y mejores servicios integrales.

2. Beneficiarios

Personas mayores que han ingresado a la Institución para percibir los beneficios que se ofrecen. Han cumplido con el protocolo de preingreso y así poder ser atendidos como residentes beneficiarios.

En este mes son 43 activos, 1 retiro voluntario.

2.1. Caracterización

En la institución, se encuentran personas mayores beneficiarias:

- 43 personas mayores, masculinas, equivalente a un 95 % de la población. Entre las edades de 63 años hasta los 97 años.
- En condición de vulnerabilidad, se registra:
    - ✓ En condición de discapacidad, 12 personas mayores, equivalente a un 28%, el 72% de las personas mayores no presentan discapacidad, siendo 31 personas mayores.
        - ➢ Discapacidad física 3, con equivalencia a 7 %.
        - ➢ Discapacidad psicosocial 1, equivalencia 2 %
        - ➢ Discapacidad sensorial 2, equivalencia a 4 %
        - ➢ Discapacidad cognitiva 3, equivalencia a 7 %.
        - ➢ Discapacidad múltiple 3, equivalencia a 7 %.
    - ✓ Personas que cuenten con el Sisbén, verificado en la página: 40 personas mayores, equivalente a 93 %.
    - ✓ Personas como cabeza de hogar, verificadas en la página Adres: 38 personas mayores, equivalente a 88 %.
    - ✓ Persona mayor, que se encuentra como beneficiario 1, equivalente a 2%.

En reconocimiento de etnias, se encontró; que las personas mayores no tienen el reconocimiento certificado de ninguna etnia.

VARIABLES		HOMBRES	MUJER	TOTAL
Género	Número De Beneficiarios	43		43
Condición de vulnerabilidad	En condición de Discapacidad	12		12
	Sisbén	40		4
	Red Unidos	0		0
	Cabeza De Hogar	38		38
	Víctimas De Violencia De Género	0		0
	Desplazados	0		0
	Inmigrantes	0		0
	Retornados de Venezuela	0		0
Etnia	Afrodescendientes	0		0
	Palenque	0		0
	Mujer Rural	-	-	-
	Campesino/a	-	-	-
	Rom	-	-	-
	Indígena	-		
	Raizal	-		-
Localidad	Riomar	-	-	-
	Metropolitana	-	-	-
	Suroccidente			
	Suroriente	-	-	-
	Norte Centro Histórico			

Tabla No. 1 Caracterización de las Personas Mayores residenciadas

3. Ejecución de actividades

3.1. Componente Salud

El componente de salud: medicina, odontología y enfermería, ejecutó diferentes actividades, para identificar patologías frecuentes en las personas mayores; veló por la salud, la atención y el bienestar de la totalidad de sus residentes, por lo que en el

transcurso del mes se realizó promoción de la salud y prevención de la enfermedad, con su respectivo manejo y seguimiento de tratamientos a los diagnósticos emitidos por su EPS.

Actividades y cuidados de enfermería

Actividades y Cuidados de Enfermería

El rol de la enfermería en el apoyo a la persona mayor, generalmente, implica la interacción directa con la persona y sus necesidades, El rol involucra esfuerzos e iniciativas para generar cambios en la conducta individual o las actitudes de la persona mayor tratada en busca de una mejora en la calidad de su salud y bienestar.

De lo anterior surge una serie de actividades contantes que enfermería realiza teniendo en cuenta el PAI y el PAP; tales como, a la persona mayor, se le brindan cuidados permanentes de aseo general como baño en ducha o cama, aseo bucal, corte de uñas, corte de cabello, afeitado, lubricación de la piel, esta actividad puede ser como apoyo o asistencia completa, lo mismo ocurre para la movilidad, en algunos casos es asistencia completa y en otros es solo apoyo, en actividades de alimentación se brinda asistencia teniendo en cuentas las recomendaciones nutricionales y cuidados durante el proceso de alimentación, la administración de medicamentos es una actividad que se realiza diariamente según las indicaciones médicas de cada persona mayor, se realizan curaciones a pacientes con ostomías, se asiste en curaciones de ulceras varicosas que realiza la EPS por el servicio de curaciones domiciliarias y toda curación que sea requerida , se brinda acompañamiento a citas y valoraciones médicas, se realizan cambios de sondas vesicales según fecha indicada, además se cumplen con actividades de enfermería como limpieza y orden de la unidad de la persona mayor actividad que incluye limpieza de camas, mesas de noche, limpieza y orden de closet, limpieza y desinfección de pisingos, vasenillas, lavado diario de bolsas de sistoflo, limpieza rutinaria de sillas de ruedas y demás aditamentos, todas estas actividades se realizan en busca de mejorar la calidad de vida de la persona mayor ser un apoyo esencia y constante y así demostrar que alguien está disponible, a través de la presencia física dando muestras de afecto respetuoso y mostrando interés sobre las acciones que generan mejoras en su salud.

A las personas mayores de la institución se les realiza diariamente tamizaje de signos vitales, tensión arterial, continuando con saturación de oxígeno, frecuencia cardiaca, temperatura, a la población con diagnóstico de diabetes se hace diariamente la toma de glucometria, se hace semanalmente a aquellos pacientes que son diabéticos controlados con medicación y dieta, en caso de las personas mayores insulinodependientes se medirá diariamente, los medicamentos son generalmente tratamientos vía oral que se administran por horario siguiendo las indicaciones médicas dadas en sus controles, en el caso de las curaciones se realizan diariamente a los pacientes portadores de sonda de gastrostomía, y los pacientes que tienen curaciones domiciliarias reciben esta atención 2 veces a la semana con tecnología avanzada, las asistencias en aseo personal, alimentación, movilidad son actividades que se realizan siempre y cuando sean requeridas por la persona mayor.

A las personas mayores de la institución se les realiza diariamente tamizaje de signos vitales, tensión arterial, continuando con saturación de oxígeno, frecuencia cardiaca, temperatura, a la población con diagnóstico de diabetes se hace diariamente la toma de glucometría, se hace semanalmente a aquellos personas mayores que son diabéticos controlados con medicación y dieta, en caso de los insulinodependientes se midió diariamente, se administró tratamiento a través de la vía oral siguiendo las indicaciones médicas dadas en sus controles, en el caso de las curaciones se realizaron diariamente a los portadores de sonda de gastrostomía, las curaciones domiciliarias fueron2 veces a la semana con tecnología avanzada, las asistencias en aseo personal, alimentación, movilidad son actividades que se realizaron dependiendo de cada una de las necesidades básicas de cada residente.

CUIDADOS DE ENFERMERÍA	MES ACTUAL
Control de signos vitales	44
Toma de Glucometría	5
Administración de medicamentos	44
Curaciones	4
Asistencia de aseo personal	15
Total	112

Tabla No. 2 Actividades y cuidados de enfermería

Durante el mes de Noviembre se prestaron diferentes cuidados de enfermería a 44 personas mayores pertenecientes al convenio.

3.2. Componente Nutrición

El incremento de las expectativas de vida en los últimos tiempos ha aumentado es por esto, que la nutrición debe enfrentar nuevos retos y responder a esos cambios, él interés por la alimentación va ligado a la propia decisión por la vida, descubriendo y seleccionando los alimentos de mejor calidad e incorporando alimentos naturales a la dieta de las personas mayores.

Aprovechamiento de las raciones alimentarias

Dentro de la institución a las personas mayores se suministran 3 tiempos de comidas principales y 3 meriendas que aportan los requerimientos proteicos y calóricos diarios para un buen consumo alimentario además de otros factores externos como son adecuados servicios públicos indispensables en la higiene del individuo y en los proceso de preparación de la alimentación; existen otros factores a nivel interno en las personas mayores que se sincronizan con los externos para un estado nutricional adecuado, que es el resultando un buen aprovechamiento biológico .

En el mes el aprovechamiento biológico de las personas mayores en la institución fue de 6492 raciones servidas y 6400 raciones consumidas para un 99% de aprovechamiento biológico, con un acumulado en lo corrido del año de 56.499 raciones servidas y 55.470 raciones consumidas.

Raciones servidas	Raciones consumidas	% de aprovechamientos de las raciones	Acumulado de raciones servidas	Acumulado de raciones consumidas
6492	**6400**	**99%**	**56524**	**55499**

Tabla No. 3 Aprovechamiento de raciones alimentarias

Seguimiento ciclos de minutas

El seguimiento en el ciclo de minutas, es una de las actividades dentro de la institución que nos permite evaluar las preparaciones con mayor aceptación en el menú y aquellas que no tienen una buena acogida; esto se hace con el propósito de mejorar constantemente la minuta y se realizar planes de mejora realizando cambios que permitan que las preparaciones sean consumidas por un alto porcentaje de las personas mayores que reciben la alimentación y cumplan el objetivo de la alimentación deleitar a los comensales y tener un buen consumo alimentario dentro de la población beneficiaria.

En este mes se realizó seguimiento a las preparaciones de bebidas calientes (café, chocolate, coladas, te) acompañantes los tiempos de comida y meriendas.
La encuesta de satisfacción fue aplicada a 23 residentes con el siguiente resultado: a la pregunta como considera usted la presentación de las bebidas el 78.2% dice que es buena, el 17.4% dice que es regular y solo el 4.4% dice que es deficiente; en cuanto al sabor el 8.8% califica como excelente, 78.2% considera buena y el 13% dice que regular; la temperatura a la que se ofrecen las bebidas calientes el 47.9% considera que es regular y el 52,1% califica como buena la temperatura; la cocción fue otro ítem evaluado a lo cual responden como buena el 95,6% y regular 4.4%; con un 69.6% la variedad de las preparaciones es buena , el 26% la considera como regular y el 4.4% deficiente; a la pregunta si son bebidas saludables el 100% de la población responde como buena; con igual porcentaje de 100% respondieron que el tiempo de comida en que se ofrecen las bebidas calientes es buena; en aspectos de higiene los residentes respondieron con un porcentaje del 47.8% que es buena y excelente con el mismo porcentaje 47,8% , solo en 4,4% considero que la higiene es regular; el ambiente del comedor con el 60.8% considerado como bueno y el 39.2% excelente; a en la pregunta si le ofrecen bebidas acorde con la dieta establecida por sus patologías el 69.9% considera que es buena y el 30.1% excelente.

3.3. Componente de Psicología

La psicología es una ciencia que busca generar calidad de vida en las personas mayores, ocupándose así, de implementar los saberes teóricos y prácticos en las realidades cotidianas de quienes son intervenidos, para ello, se utilizan técnicas y estrategias psicoterapéuticas que permitan a los individuos afrontar los malestares, quejas y situaciones negativas surgen en el quehacer cotidiano y en su relación con los demás.

En este sentido, el componente de psicología durante el presente mes propició espacios individuales y grupales que estuvieron orientados a favorecer la salud mental de las personas mayores, de forma más específica, se motivó el surgimiento de espacios de comunicación y sana convivencia, además, se estimularon funciones cognitivas como el lenguaje y las sensopercepciones.

Proceso de adaptación a los beneficiarios

Durante el presente mes se realizaron cuatro sesiones de acompañamiento a persona mayor que recientemente ingresó a la Institución, como continuación de proceso de adaptación a nuevos beneficiarios. De esta forma, se siguió la ruta del protocolo que se implementa desde el componente de psicología en el segundo mes:

Acomp. 5	Acomp. 6	Acomp. 7	Acomp. 8
Motivar a la persona mayor a vincularse en las actividades grupales	Reforzar el conocimiento de los deberes y derechos	Acompañar a recorrer otros espacios de la Institución	Aplicación escala de Adaptación. Como post test.
PRIMER MES			

Tabla No. 4 Valoración inicial Psicología

En resumen, se motivó a la persona mayor a vincularse en las actividades grupales, se reforzó el conocimiento de los deberes y derechos de las personas que pertenecen al convenio. Se acompañó nuevamente a recorrer otros espacios de la Institución y se aplicó escala de Adaptación como post test, esta fue evaluación de la actividad global (EEAG) obtiene una puntuación nuevamente de

70 lo que indica que generalmente tiene relaciones interpersonales significativas, en este sentido, manifiesta que se siente acogido y ha encontrado amigos en la institución.

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

La actividad lúdico-pedagógica permitió que las personas mayores reconocieran la importancia de una adecuada comunicación entre pares y de esta manera haya espacios de sana convivencia.

Con la actividad "Malentendido" se impulsó en las personas mayores la comunicación creativa. Para ello, se inició con una introducción respecto a la temática y los conocimientos previos que tenían sobre ella, se proporcionó espacio para la intervención de algunos de los presentes. Luego, para aplicar lo dialogado, se les pidió que pasaran de dos en dos en frente, y de espaldas, una persona mayor describía la ficha presentada (animales, objetos, figuras, entre otros) y su compañero que estaba de espalda intentaba plasmar en la pizarra lo que él creía que era. Así, fueron pasando parejas de dos en dos, hasta que se agotaron las fichas.

Al finalizar, varios de los participantes lograron hacer un símil de las situaciones cotidianas que en muchas ocasiones no se asumen de forma correcta por una inadecuada comunicación, tal cual como pasó con los dibujos realizados, ya que varios de estos no coincidían con la descripción realizada.

Se utilizaron para esta actividad: Pizarra, marcadores, impresiones y listado de asistencia.

Luego del desarrollo de la actividad, por medio del método observacional y las apreciaciones hechas por ellos mismos, se logró que se reconociera la importancia de una adecuada comunicación y la existencia de alternativas de solución a los conflictos. De esta forma, más de la mitad de los asistentes consiguieron realizar la dinámica y participar activamente del encuentro grupal.

Hubo una participación de 25 personas mayores. Los no asistentes se encontraban en citas médicas, en atención por parte de otro profesional y algunos voluntariamente manifestaron que no se encontran dispuestos por asuntos personales.

3.4. Salud Física

La salud física es el conjunto de actividades, posturas y funciones que se deben tener para mantener un estado óptimo a nivel fisiológico, a su vez, involucra la condición general del cuerpo. Así, una persona físicamente sana tiene un buen funcionamiento de su organismo y de sus funciones vitales

Rutinas grupales de acondicionamiento físico

El acondicionamiento físico consiste en desarrollar y mantener un nivel óptimo de fuerza, resistencia, flexibilidad y agilidad para llevar a cabo las actividades diarias y participar en diversas actividades físicas.

Durante este mes se llevaron a cabo 3 rutinas de Acondicionamiento Físico, donde se desarrollaron:

- **Tonificando mis brazos**

Se realizó rutina de acondicionamiento "Tonificando mis brazos".
Se inició con un previo calentamiento y ejercicios de respiración.

✓ En posición bípeda con las piernas en abducción a lo ancho de la cadera, espalda recta, tomaron la pelota con ambas manos, brazos extendidos hacia abajo, inhalaron y llevaron la pelota hacia las piernas apretándola fuerte, exhalaron y llevaron los brazos extendidos hacia arriba sin soltar la pelota y regresaron a la posición de partida, inhalaron y exhalaron al terminar. Este ejercicio lo repitieron 10 veces.

✓ Conservando la posición bípeda con las piernas a lo ancho de la cadera, brazos extendidos hacia arriba (al techo) sostuvieron la pelota fuerte y flexionaron los codos pasando las manos por detrás de la cabeza, luego regresaron las manos hacia arriba completamente extendidas. Este ejercicio lo hicieron 10 veces.

✓ En la posición bípeda con las piernas en abducción, pasaron la pelota alrededor de la cintura (en círculo) en sentido de las manecillas del reloj, el ejercicio se repitió 10 veces a la derecha y luego 10 veces a la izquierda.

Durante esta rutina participaron 17 personas mayores.

En la primera fase todos los participantes realizaron sin problema el ejercicio.
En la segunda fase 14 de ellos lo pudieron realizar sin inconveniente, mientras que los otros 3 participantes no completaron el ejercicio.
En la tercera y última fase solo lograron realizar el ejercicio 11 participantes, los otros 6 no lograron pasar la pelota por detrás de su cuerpo.
Con esta serie de ejercicios se trabajó el bíceps braquial, la movilidad de los hombros y la coordinación, mejorando así la masa muscular de las personas mayores.
Recursos: pelotas, recurso humano y locativo

- **Pilates**

Se llevó a cabo una rutina de "Pilates".
Para la realización de este ejercicio se tuvo en cuenta lo siguiente.
Previo calentamiento y ejercicios de respiración antes de la rutina de acondicionamiento.

- ✓ De pie la persona mayor se colocó de lado a la pared, piernas separadas a lo ancho de la cadera, un brazo completamente extendido, palma de la mano apoyado en la pared, mientras que el otro brazo se encuentra extendido a lo largo del cuerpo, llevaron el brazo en extensión hacia arriba por encima de la cabeza tratando con la punta de los dedos tocar la pared, estirando completamente los oblicuos, realizaron 10 repeticiones de cada lado.
- ✓ De pie frente a la pared con los dos brazos extendidos hacia el frente a lo ancho de los hombros, palma de las manos apoyadas en ésta, espalda recta, piernas separadas a la anchura de las caderas, flexionando los brazos y empujaron las manos contra la pared, sintiendo la tensión de los tríceps. Realizaron 10 repeticiones.
- ✓ A cada una de las personas mayores se les entregó un bastón de madera el cual agarraron por los extremos, llevaron los brazos en extensión hacia arriba, flexionando el tronco hacia la derecha y realizaron una rotación hacia el suelo, regresaron al centro y arriba luego lo realizaron hacia el lado izquierdo, realizaron 10 repeticiones.

En esta actividad participaron 18 personas mayores, de los cuales 6 estaban en silla

de ruedas, 1 con caminador, 1 con bastón y 10 funcionales.
5 de los participantes no consiguieron realizar en su totalidad los ejercicios 1 y 3, mientras que los 13 restantes lo realizaron sin dificultad, logrando así aumentar la fuerza y flexibilidad de los músculos de los miembros superiores.
Recursos: bastón de madera, recurso humano y locativo

- **Ganando músculos**

Se trabajó con las personas mayores la rutina "Ganando músculos". Con el objetivo de aumentar el rango de movimiento, aumentar la resistencia y la fuerza.
Se inició con un previo calentamiento y ejercicios de respiración antes de comenzar la serie.

- ✓ Se le entregó a cada persona mayor 2 pesas artesanales, se les indicó que se colocaran de pie con las piernas en abducción a lo ancho de la cadera, espalda recta, tomaron 1 pesa en cada mano, llevaron el brazo derecho en extensión hacia el frente y el izquierdo en extensión hacia el lado, regresaron a la posición inicial, luego llevaron el brazo izquierdo al frente y el derecho de lado, regresaron a la posición inicial, sintiendo el esfuerzo en los hombros; realizaron 10 repeticiones.
- ✓ Tomando una pesa con las dos manos, piernas en abducción a lo ancho de la cadera, espalda recta, llevaron las manos al hombro derecho y arriba al techo y bajaron al hombro izquierdo, realizaron 10 repeticiones.
- ✓ Apoyados en una silla estable con una mano, y con la otra mano una pesa, tronco inclinado hacia adelante, espalda recta, un pie adelante y el otro al lado y atrás. Llevaron el codo en extensión hacia atrás, regresaron con la mano extendida hacia abajo, realizaron 10 repeticiones de cada lado.

La actividad contó con la participación de 15 personas mayores, de las cuales 5 de los participantes no lograron realizar el tercer ejercicio, mientras que los otros 10 realizaron los 3 ejercicios completos.
Recursos: pesas artesanales, silla, recurso humano y locativo

Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad

Las actividades promovieron y mantuvieron la participación de las personas mayores, permitiendo aumentar la integración y participación social de cada uno, favoreciendo la autonomía y el bienestar físico y/o mental; permitiendo mantener un vínculo más estrecho con la realidad, un aspecto esencial a la hora de evitar la exclusión y sea útil en su rutina diaria.

Durante el mes se desarrollaron las siguientes actividades:

- **Autocuidado**

La dinámica de autocuidado fue utilizada con el objetivo de mantener en la persona mayor la independencia en el aseo personal. Se realizó una invitación a participar del taller, cada uno se ubicó en posición cómoda frente al espejo y lavamanos, luego se explicó la dinámica que consistió en el cuidado facial. Se les colocó jabón y toalla al alcance de sus manos, se les indicó los movimientos circulares indicados para lavar la cara y posteriormente secado. Cada uno de los integrantes hizo la demostración como cuidaban y lavaban su cara, la terapeuta hizo la imitación del lavado y secado correcto, logrando que los participantes se autocorrigieran; así se continuó hasta que todos desarrollaron la dinámica.

Utilizando como un método evaluativo la observación, se detectó que en la población de personas mayores en un número de 14 asistentes, 5 participantes presentan dificultad para seguir el ejemplo y hacer la autocorrección, por lo que se tuvo que llevar a cabo de manera asistida, los 9 participantes restantes realizaron la actividad de manera independiente sin presentar alteración en el cuidado facial; por ende, las 30 personas mayores faltantes no asistieron a la actividad debido a que 3 se encuentran en cama, 5 en atención por consulta externa, 12 se les realizó la invitación a asistir al taller, pero refirieron “no quiero participar” y 10 se quedaron en la habitación sin referir motivo.

Paso al paso

La estrategia denominada paso al paso, fue utilizada con el objetivo de aumentar en las personas mayores la independencia en el sanitario. Se reunió a las personas

mayores en un espacio cómodo, seguido a esto se ubicaron en posición sedente frente a la mesa, luego se les facilitó y explicó una cartilla con ilustraciones del paso a paso del adecuado uso del sanitario, seguido a esto se les acompañó a cada persona mayor al baño de uso propio para realizar cada paso de la cartilla, al finalizar en cada inodoro en la parte superior se pegó la cartilla para ser visible siempre; así se continuó hasta que todos desarrollaron la dinámica.

Utilizando como método evaluativo el análisis de ejecución, se detectó que en la población de personas mayores en un número de 16 asistentes que, 13 participantes realizaron la estrategia de manera independiente siguiendo cada paso, 3 integrantes necesitaron ayuda en cada paso; por ende las 29 personas mayores faltantes, no asistieron a la actividad debido a que 4 se encontraban en citas médicas, 3 en visita de familiares, 13 se les realizó la invitación y motivación a asistir al taller pero refirieron "no quiero participar" y 9 se quedaron en habitación sin referir motivo.

Colócalo en su lugar

La actividad colócalo en su lugar, fue utilizada con el objetivo de mantener en la persona mayor la independencia en las actividades instrumentales de la vida diaria (AIVD). Se realizó invitación a participar de la actividad, cada uno se ubicó en posición sedente frente a la mesa, se les colocó goma, tijeras y hojas de trabajo. La actividad consistió en que cada participante tenía una hoja con la imagen de un closet y nevera, en otras cosas diversos objetos, cada uno recortó y pegó los objetos donde creyeron que iban ubicados al finalizar se socializó y demostró para que se usa cada objeto encontrado y colocado en su lugar, así se continuó hasta que todos desarrollaron la actividad.

Utilizando como un método evaluativo el análisis de ejecución, se detectó que en la población de personas mayores en un número de 15 asistentes que, 9 participantes realizaron la estrategia de manera independiente siguiendo cada paso con mínima dificultad, 6 integrantes presentaron dificultad al clasificar los objetos. por ende las 26 personas mayores faltantes, no asistieron a la actividad debido a que 4 se encontraban en citas médicas, 3 en visita de familiares, 10 se les realizó la invitación y motivación

a asistir al taller pero refirieron “no quiero participar” y 9 se quedaron en habitación sin referir motivo.

Pausas activas

Las pausas activas son un alto en la rutina diaria de la persona mayor, desarrollando en un espacio breve de tiempo ejercicios básicos y funcionales de movilidad articular, estiramiento, fortalecimiento y relajación, combatiendo de esta manera el sedentarismo.

Durante este mes se realizaron 30 pausa activas, donde se trabajó estiramiento de brazos, de los músculos de la espalda, del trapecio y pectorales, logrando mejorar la flexibilidad y el rango de movilidad de los músculos, reduciendo la rigidez muscular y dolores articulares en la persona mayor.

Talleres para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico

El mantenimiento físico, es cualquier actividad física, ya sea moderada o intensa para mejorar y mantener la salud y el bienestar de la persona (fortalecer los músculos, mejorar el sistema cardiovascular).

En el taller para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico, se realizó actividad física dirigida a las personas mayores, donde se buscó fortalecer los músculos del abdomen, mejorar la postura (los músculos de la pared abdominal (transverso del abdomen, oblicuos y recto anterior) junto con el psoas, músculos del piso pélvico y el diafragma son fundamentales para estabilizar la columna vertebral, disminuir la presión en los discos intervertebrales dorso-lumbares y evitar sobrecargas lumbares, además de ayudar a los movimientos del tronco y de las extremidades.

- **Abdominales en silla.**

Se inició taller para el mantenimiento “Abdominales en silla”, primero se pidió a los participantes que se sentaran en el centro de la silla con la espalda recta y despegada del espaldar de ésta.

- Sentados con las piernas abducción a lo ancho de la cadera, abdomen contraído, se les pidió que flexionaran el codo derecho y lo unieran con la rodilla izquierda, luego hicieron codo izquierdo, rodilla derecha, realizaron 12 repeticiones de este ejercicio
- Sentados bien erguidos con la espalda recta, abdomen contraído, brazos extendidos a cada lado del cuerpo, llevaron el tronco primero al lado derecho, con el brazo bien extendido hacia abajo que sintieron la contracción de los oblicuos, luego al lado izquierdo, lo hicieron alternadamente, este ejercicio lo repitieron 12 veces.
- Sentados en el borde de la silla con la espalda recta inclinada hacia atrás en un ángulo de 45 grados, abdomen contraído, manos apoyadas en el brazo de la silla, piernas extendidas hacia adelante, realizaron movimiento de tijeras (pasaron una pierna por encima de la otra de forma alternada). Realizaron 12 repeticiones.

En la actividad participaron 18 personas mayores, todas realizaron los ejercicios, 6 manifestaron que les costó trabajo realizar el ejercicio de la primera serie (no lograban a tiempo coordinar el movimiento codo-rodilla); 3 manifestaron que en el tercer ejercicio mantener la espalda inclinada hacia atrás se les dificultó levantar y mantener las piernas en esa posición; pero todos los participantes llegaron a la conclusión que los ejercicios les ayudaron a mejorar la postura y a fortalecer los músculos del abdomen.
Recursos: sillas, recurso humano y locativo.

3.5. Dirección Técnica - Trabajo Social

En este informe se consolidan los resultados obtenidos por las actividades y gestiones realizadas por trabajo social, también se evidencian acciones ejecutadas por el equipo interdisciplinario de la institución conformado por: medicina, odontología, enfermería, nutrición, psicología, fisioterapia, y terapia ocupacional.
Los profesionales realizan actividades cumpliendo sus objetivos desde cada área generando estrategias terapéuticas promoviendo un envejecimiento sano y activo además del fortalecimiento de los vínculos de las personas mayores.
Para la población beneficiaria el profesional de trabajo social brindó atención,

seguimiento, actividades de vínculos afectivos y recreativas. Se realizaron gestiones, autorizaciones para citas y medicamentos.

Con este informe de gestión se buscó tener información clara y oportuna de las gestiones realizadas a los beneficiarios.

Gestión documental y trámite ante la EPS

La gestión documental hace referencia a las necesidades básicas que presentan las personas mayores primordialmente con las EPS, y procesos con otras entidades.

Mensualmente se consulta en las páginas del SISBEN y ADRESS determinando el estado de registro y afiliación de cada una de las personas mayores, esto se hace con el fin de canalizar las inconsistencias que se lleguen a evidenciar en el momento de la consulta.

Además de las gestiones realizadas por el profesional se realizan:

- Consulta en la base de datos del SISBEN Y FOSYGA.
- Reclamación de medicamentos, pañales, alimentos.
- Autorización de citas o procedimientos médicos.
- Gestiones para la reclamación de subsidio del adulto mayor dentro del hogar.
- Seguimiento al proceso de PQR con la entidad SUPER GIROS.

El objetivo de esta actividad es garantizar que los procesos realizados a las personas mayores documentos se gestionen de manera eficiente.

- ✓ Gestión para la reclamación de lentes formulados oftalmología de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%
- ✓ Gestión para el pago del adulto mayor con súper giro de 14 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 31%.
- ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos autorizados por urología de 7 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 15%
- ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos autorizados por neumología de 2 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 4.4%
- ✓ Gestión para la reclamación de alimentos formulado por el programa de todo corazón de mutual, de 4 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 9 %
- ✓ Gestión para la reclamación de pañales formulado por el programa de todo

corazón de mutual, de 5 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 11%

- ✓ Gestión para tramite de reclamo ante la entidad SUPER giro para indagar cobro de persona mayor que fue realizado por un tercero que se desconoce la identidad de 1 persona mayor beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%
- ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos formulados por psiquiatría de 14 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 31 %
- ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos formulados por neurología de 7 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 15%
- ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos formulados por el programa de todo corazón de 16 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 35 %
- ✓ Gestión para la autorización de bolsas colostomía de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%
- ✓ Gestión para la autorización de laboratorios clínicos de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%
- ✓ Gestión para la autorización de bolsas colostomía de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%
- ✓ Gestión para la autorización de ecografías de vías urinarias de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%
- ✓ Gestión para la autorización de cita con neumología de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%
- ✓ Gestión para la autorización de cita con especialista en Infectología de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%

Documentación de beneficiarios

La organización de los documentos de los beneficiarios se aperturan desde el momento que realizan la solicitud para obtener un cupo.

1. **Protocolo de Preingreso:** Se solicita Historia clínica completa, exámenes de laboratorios y exámenes de diagnóstico. Se realiza la visita domiciliaria de la que se generan informes de las áreas que intervinieron en esta. Estos

documentos hacen parte del ingreso a la institución.

2. **Protocolo de ingreso:** Dándose la aprobación del cupo, inmediatamente se activa la ruta. Todas las estrategias encaminadas para recibir al nuevo beneficiario. La documentación recibida en el preingreso aportará a la estación de enfermería en la carpeta roja, perteneciente y ubicada en esta área. Se adiciona a esta: fotocopia de la cédula de ciudadanía, ADRES, SISBEN, Ficha general de antecedentes, entre otros. Al mismo tiempo se organiza la carpeta azul que contiene los documentos pertinentes a la administración institucional. Adicionando: ficha de admisión, Manual de convivencia, acta de ingreso (documento realizado por funcionario de la Alcaldía), fotocopias de: cédula de ciudadanía, SISBEN, ADRES, los informes de las profesionales que realizaron la visita domiciliaria, resumen del ingreso en el software, entre otros, esta se encuentra en el archivo de la administración.

En cada una de las áreas, se encuentra la carpeta de registros de valoraciones, seguimientos, evoluciones, actividades, entre otros.

Adicionalmente se cuenta con un software, donde se registra al igual que en físico, las novedades de cada uno de los beneficiarios.

Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos

Para las personas mayores es de gran importancia mantener vivos los lazos afectivos ya que cohabitan en un mismo espacio. Se interactúa con ellos y se utiliza la observación como mecanismo para conocer sus sentimientos, expresiones y necesidades de su vida diaria. En este periodo se realizó una actividad llamada **mis mejores recuerdos**, donde se reconocieron los sentimientos al evocar todos sus momentos vividos.

Mis mejores recuerdos.

Actividad que se realizó de forma individual donde se conoció sus mejores recuerdos

vividos hace muchos años. El objetivo de esta acción es reconocer las diversas formas que tienen las personas mayores al momento de expresar sus sentimientos y emociones.

El profesional se dirigió a cada persona mayor de forma individual, inició una conversación dinámica donde se recordó lo que los hizo feliz en su momento.
Sobre una hoja se escribió los recuerdos que llevan siempre en sus pensamientos, Por esta razón, pudimos convertir nuestra memoria en un aliado para ser más felices, aprendiendo a crear momentos gratificantes, a medida que vivimos nos quedan recuerdos positivos e imborrables, que se pueden evocar cuando nos haga falta o atravesemos una racha no demasiada buena.
Numero de participante: de 44 personas mayores participaron 30 beneficiarios, para equivalencia de un 67%.

Numero de participante: de 45 personas mayores participaron 30 beneficiarios, para equivalencia de un 67%.

.

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

Las jornadas interdisciplinarias son un espacio fundamental en la intervención de las personas mayores, ya que, por medio de ellas, de forma concatenada las profesionales aportan significativamente en la promoción y prevención en la salud física y mental de los beneficiarios. Es por ello por lo que, en el mes de noviembre se tuvo como tema central la Inteligencia Emocional, su objetivó fue fomentar la comprensión y práctica de habilidades relacionadas con la inteligencia emocional.
Fue elegido este tema ya que, en las personas mayores, es una tarea fundamental fomentar espacios que permitan potenciarla, debido a que, con el paso de los años y las situaciones de vida, se puede ver afectada la capacidad para regular las emociones y adaptase a los cambios del entorno. En este sentido, el reconocimiento y la implementación de las características o habilidades de inteligencia emocional, los

ayuda a que se reduzcan los niveles de estrés y se minimicen síntomas depresivos y ansiosos.

"Ruleta de la Inteligencia Emocional"

La jornada interdisciplinaria del mes tuvo como tema central la inteligencia emocional, su objetivó fue fomentar la comprensión y práctica de habilidades relacionadas con la inteligencia emocional.

La actividad inició dando la bienvenida a los asistentes, luego con la oración y se hizo una introducción al tema. De esta forma, se explicó cómo se llevaría a cabo la jornada, la cual estuvo dividida en 7 pequeñas actividades orientadas a implementar las habilidades o características de la inteligencia emocional.

En la "Ruleta de la Inteligencia emocional" cada profesional tuvo a cargo siete (7) personas mayores se convirtieron en su apoyo para desarrollar una pequeña dinámica a los grupos participantes. Por cada actividad hubo un pequeño incentivo que fue entregado al grupo que mejor desarrolló cada dinámica. El orden de participación según el giro de la ruleta fue:

- Manejo de conflictos: Se realizó el juego de la toalla a cargo de medicina. Para ello, salieron dos personas por equipos y se agarraron a dos toallas entrelazadas, luego según instrucciones dadas, intentaron liberarse la una de la otra sin soltarse ni una sola vez de las toallas, de esta forma, ganó el equipo que lo desarrolló primero. Con ello, las personas mayores utilizaron sus destrezas físicas, pero a la vez la habilidad de resolver una situación incierta, buscando una solución a la misma.
- Adaptabilidad: Se realizó el juego cambio de roles a cargo de terapia ocupacional. Con la cual, se le entregó a cada profesional un papel y lápiz en el cual escribieron los nombres de las personas mayores que iban a imitar, luego se seleccionó un participante por grupo quien de una bolsa saco un papel que contenía un nombre de otro participante el cual imitaron por medio de gestos y actitudes que representaba a la persona mayor escrita en el papel, seguido a esto cada grupo tuvo tres intentos para adivinar. Se repitió la dinámica hasta que cada participante cumplió el paso a paso.
- Autoconocimiento: Se realizó el juego "Adivina cómo te sientes" a cargo de enfermería. De esta forma, cada uno de los miembros del grupo a cargo, personificó

con mímicas y gestos, una emoción básica y los demás grupos levantaban la mano cuando creyeron que habían adivinado la emoción. Ganó el grupo que obtuvo tres puntos.

- Trabajo en equipo: Se realizó el juego de la torre de pitillos a cargo de trabajo social. Se realizó actividad grupal teniendo en cuenta el tema de trabajo en equipo, donde cada grupo realizó una torre de pitillos con solo dos materiales, pitillos y cinta, bajo la instrucción de hacer una torres alta y creativa, se observó que los integrantes se relacionaron con agrado y manejaron una buena comunicación.
- Automotivación: Se realizó el juego "Un minuto para ganar" donde se armó un rompecabezas de frutas y verduras, a cargo de nutrición. La actividad inició mostrando a los participantes 7 frutas, cada una con el nombre de un nutriente presente en la fruta o un beneficio de esta para el organismo; posteriormente se le entrego las fichas del rompecabezas y una imagen a color que sirvió de guía para armarlo; para esta actividad contaron con 1 minuto, el ganador fue el que logro armar en el menor tiempo y de manera correcta el rompecabezas; el incentivo a cada participante fue una de las frutas, al momento de recibirla en voz alta mencionaron cual era el nutriente y el beneficio presente en la fruta.
- Empatía: Se realizó un espacio de "Muelitas empáticas" a cargo de odontología. Se les pidió a las personas mayores que buscarán debajo de sus sillas unas "muelitas" que tenían una instrucción que ejecutar, esto fue, una acción empática con alguno de sus compañeros, entre ellas, "dale un abrazo a quien sientas que lo necesita" "di palabras de ánimo a alguien" entre otras. Fue un momento significativo, ya que, aunque se pidió que lo hicieran dos representantes por grupo, muchas personas mayores realizaron el gesto por iniciativa propia.
- Autocontrol: Se realizó el juego "baile congelado" a cargo de fisioterapia. Se les pidió a los participantes que se colocaran de pie los que pudieran hacerlo, los demás se quedarían sentados, pero todos realizaron la actividad. La Dinámica consistió en colocarles música para que ellos bailaran al ritmo de lo que estaba sonando, al momento que la música dejó de sonar, ellos automáticamente quedaron estatua (sin moverse, en la posición que quedaron), así sucesivamente, si el participante seguía moviéndose con la música en pausa, este participante perdió y salió de la dinámica, así hasta que quedó un ganador.

Al finalizar la jornada interdisciplinaria las 38 personas mayores asistentes reconocieron cuáles son las habilidades o características que potencian la inteligencia emocional y esto se evidenció en que pudieron desarrollar cada una de las actividades propuestas. Así mismo, cuando se dio el espacio para que comentaran que les había parecido la jornada y los aprendizajes significativo, se percibió por medio del discurso que había apropiación de los términos manejados e ideas puntuales de cómo aplicarlo en la vida cotidiana

Capacitación al personal contratado

La capacitación al personal de trabajo en la Institución es primordial para una buena ejecución de tareas, donde se ejecutó socio educativamente a los trabajadores conocimientos, herramientas, habilidades y actitudes para interactuar en el entorno laboral y cumplir con los acciones en su rol con el objetivo de beneficiar a todas las personas mayores

Actividad realizada de forma dinámica y entretenida.

Manejo idóneo del ocio y tiempo libre

En este mes la temática ocio y tiempo libre, como capacitación al personal de trabajo, se centró en el cómo puede ser implementado de manera adecuada, debido a que los espacios de ocio que diariamente se utilizan a lo largo del día, generan muchos beneficios a nivel emocional en las personas. Por otro lado, el ambiente laboral ha tomado gran importancia en la sociedad ya que es un espacio en el cual los colaboradores deben pasar la mayor parte de su día en este y esto conlleva a que haya que analizar y crear estrategias que hagan más ameno y sano el ámbito laboral, puesto que el lugar de trabajo tiene que ser un espacio de desarrollo personal y no una carga más.

Se inició con un saludo y bienvenida a la capacitación, indicándose a los asistentes la ubicación en las sillas las cuales se encontraron en forma de círculo.

Buscándose romper el hielo se inicia la capacitación con la dinámica **"Cabeza rodilla**

caramelo”, los participantes se ubicaron en parejas libremente, entre las parejas dejaron un espacio donde se colocó varios caramelos. La capacitadora iba mencionando movimientos que tuvieron que realizar los participantes, tales como: tocarse la cabeza, la rodilla, el piso, dar un giro, un salto y cuando se mencionó la palabra CARAMELO, los participantes que cogieron primero estos, ganaron la partida, se retiraban de la actividad. Continuando con la misma hasta que quedaron 10 participantes sin caramelo.

Los participantes que no obtuvieron caramelos se les hizo preguntas evaluativas sobre la temática: ¿Qué es el ocio?, ¿Qué es el tiempo libre?, ¿Cuáles son los tipos de ocio?, ¿Cuáles son las áreas del tiempo libre?, ¿Cuáles son las consecuencias del inadecuado manejo del tiempo libre?; se obtuvo por medio del análisis de respuesta que los 32 asistentes a la capacitación lograron conocer, identificar herramientas y habilidades en la importancia del adecuado uso del ocio y tiempo libre, además como este puede ser implementado de manera adecuada en los entornos laborales, hogar y vida social.

Se hizo entrega al finalizar de un flyer.

Actividades recreativas internas y externas

Las actividades recreativas ayudan a la persona mayor a desarrollar su creatividad, sentirse útiles, y disfrutar de nuevos espacios. Fomentando las relaciones interpersonales para llevar una sana convivencia.

La recreación a su vez ayuda a las personas mayores a activar su cuerpo, buscar el equilibrio y el placer de forma tanto individual como grupal. Las experiencias lúdicas, artísticas y culturales (jugar, bailar, reuniones sociales, escuchar música o realizar actividades físicas), permiten al beneficiario salir de la rutina, cargarse de energía y tener una motivación que lo ayude a envejecer de forma positiva.

Las personas mayores necesitan dedicarles tiempo a las actividades recreativas, teniendo en cuenta sus gustos, así como sus condiciones físicas para optar entre distintas actividades y hobbies.

Mañana deportiva (fútbol)

Este deporte presenta una enorme influencia sobre la salud y las relaciones sociales de sus participantes, lo que le convierte en una herramienta esencial para transmitir valores, establecer vínculos comunitarios y sociales, así como para la promoción de hábitos de vida saludables, generando adherencia a la práctica deportiva.

El objetivo de esta actividad se encaminó a sensibilizar a la personas mayores sobre pautas para mejorar la calidad de vida impulsando la práctica del deporte en espacios adecuados para ellos. Se comenzó con una caminata corta para poder llegar al lugar donde se realizó el evento. Al entrar a la cancha la directora del hogar dio la bienvenida y realizó una oración donde todos dimos gracias a Dios por la vida, al terminar la intervención de nuestra hermana se escuchó las notas del himno nacional, seguido de la presentación de los grupos dirigidos por cada profesional.

Cada grupo de personas mayores pasa a realizar su juego, teniendo en cuenta que la persona que se encontraba en el marco era el guardameta del equipo contrario, la dinámica fue jugar a los penaltis.

Finalmente se realizó un partido de fútbol entre las profesionales de cada área y las docentes del colegio, donde las personas mayores fueron los espectadores del juego realizado.

Estos espacios son recreados por todo el equipo interdisciplinario haciendo un acompañamiento activamente en todos los momentos vividos durante la actividad.

Para esta actividad se realizó solicitud para pedir prestada la cancha del colegio que está ubicado al lado del hogar donde se encuentran los beneficiarios. También se utilizó banderas de Colombia, sonido, sillas y pelota. El resultado de esta dinámica fue satisfactorio ya que hubo una excelente integración (no importando la limitación ya sea física o cognitiva) se logró que las personas mayores tuvieran un momento único y diferente.

Número de participantes: de 45 personas mayores participaron 25 beneficiarios, para equivalencia de un 55%.

.

Implementación del Plan de Atención Personalizada (PAP)

El plan de atención personalizada en la Institución, ejecutado por el equipo

interdisciplinario mediante una estrategia de atención a la persona mayor, adaptadas a las necesidades de cada uno de ellos, elaborando un conjunto de opciones de tratamientos, el más adecuado para cada caso, con el fin de mejorar su salud y bienestar integral.

VALORACIÓN	REGISTRO
Atención y necesidad de cuidados	**Enfermería** ✓ 44 personas mayores se les ha realizado el PAD que equivale al 97.7% de la población. ✓ 5 personas mayor se le toma glucometrías que equivale a 11.1% de la población. ✓ 44 personas mayores se les administra medicamento que equivale a el 97.7% de la población. ✓ 4 personas mayores se les realizan curaciones que equivale al 8.8% ✓ 15 personas mayores se les asiste en actividades de aseo personal que equivale a 33.3% ✓ 5 personas mayores se les asiste en alimentación: de las cuales 3 son por sonda de gastrostomía 11.1% ✓ 15 personas mayores se asistieron en movilización que equivale a 33.3% de la población. ✓ 23 personas mayores asistieron a cita médica que equivale al 51.11% de la población.
Clínica preventiva	**Medicina** ✓ 24 personas mayores con seguimiento y controles ante su EPS con un 55% ✓ 31 personas mayores a las que se les ha identificado como tipología sana con un 71% ✓ 12 personas mayores a las que se les ha identificado como tipología frágil con un 28% ✓ 1 persona mayor a la que se le ha realizado valoración oftalmológica con 2.3% ✓ 23 personas mayores a las que se les dió polimedicación y adecuación de prescripción (manejo institucional) y atención de procesos agudos intercurrentes con un 53%
	Odontología ✓ 20 personas mayores fueron atendidas y equivalen al 44% en el mes ✓ 2 personas mayores atendidas por educación en salud oral ✓ 7 personas mayores atendidas por control bucal ✓ 7 personas mayores atendidas por terapia oral ✓ 1 persona mayor atendida por cirugía dental

	✓ 5 personas mayores atendidas por detartraje dental ✓ 10 personas mayores atendidas por profilaxis dental ✓ 4 personas mayores atendidas por mantenimiento de prótesis dental
Nutricional	**Nutricionista Dietista** ✓ A 13 personas mayores de les realizo el plan de atencion personalizada, 11 reciben alimentacion por via oral y 2 por sonda de gastrostomia. ✓ 11 personas mayores reciben un plan alimentario mas suplementacion nutricional ✓ 11 de las personas mayores reciben plan hipercalorico ✓ 10 de las personas mayores reciben plan alimentario hierproteico Y 3 hipoproteico ✓ 1 personas mayores reciben un plan alimentario hipoglusido ✓ 7 personas mayores reciben plan nutricional hiposodico de estos 3 recibeen plan nefroprotector ✓ 2 personas mayores reciben alimentos ricos en fibra como frutas y verduras en su ingesta diaria.
Física	**Fisioterapeuta** ✓ 53 % De las personas mayores se les realizó el PAP ✓ 45 % de las personas mayores cuentan con ayuda para la movilidad ✓ 78 % de las personas mayores a las que se les ha realizado acondicionamiento físico. ✓ 13 % de las personas mayores a las que se les ha realizado estiramiento de los músculos del cuello. ✓ 24 % de las personas mayores a las que se les ha realizado fortalecimiento de miembros superiores. ✓ 38 % de las personas mayores a las que se les ha realizado fortalecimiento de miembros inferiores. ✓ 13 % de las personas mayores a las que se les ha realizado estiramiento de los músculos de la espalda. ✓ 9 % de las personas mayores a las que se les ha realizado estiramiento de miembros inferiores. ✓ 16 % de las personas mayores a las que se les ha realizado estiramiento de miembros superiores. ✓ 7 % de las personas mayores a las que se les ha realizado ejercicios de equilibrio. ✓ 7 % de las personas mayores a las que se les ha realizado ejercicios de marcha. ✓ 2 % de las personas mayores a las que se les ha realizado estiramiento de los dedos de las manos
Funcionalidad	**Terapia ocupacional** √ 2 persona mayor atendida por gimnasia cerebral. √ 2 personas mayores atendidas por Rumba terapia, cuidado de planta y revisión de los útiles de aseo en su lugar.

	√ 3 personas mayores atendidas con ejercicios de relajación muscular. √ 1 persona mayor atendida por elaboración de crucigrama. √ 1 persona mayor atendida por cambio de postura y Aumento de la autoestima mediante la música.
Mental	**Psicología** ✓ 15 personas mayores recibieron atención por seguimiento psicológico. ✓ 1 persona mayor recibió acompañamiento por proceso de adaptación. ✓ 11 personas mayores recibieron estimulación de la atención y concentración. ✓ 1 persona mayor recibió estimulación de la memoria. ✓ 8 personas mayores recibieron estimulación de orientación temporal, espacial y personal. ✓ 3 personas mayores recibieron apoyo por gestión emocional. ✓ 2 persona mayor se les aplicó escala Pfeifer.
Social	**Trabajadora social** ✓ Gestión para la reclamación de lentes formulados oftalmología de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2% ✓ Gestión para el pago del adulto mayor con súper giro de 14 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 31%. ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos autorizados por urología de 7 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 15% ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos autorizados por neumología de 2 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 4.4% ✓ Gestión para la reclamación de alimentos formulado por el programa de todo corazón de mutual, de 4 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 9 % ✓ Gestión para la reclamación de pañales formulado por el programa de todo corazón de mutual, de 5 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 11% ✓ Gestión para tramite de reclamo ante la entidad SUPER giro para indagar cobro de persona mayor que fue realizado por un tercero que se desconoce la identidad de 1 persona mayor beneficiarias, para equivalencia de un 2.2% ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos formulados por psiquiatría de 14 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 31 % ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos formulados por neurología de 7 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 15% ✓ Gestión para la reclamación de medicamentos formulados por el

	programa de todo corazón de 16 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 35 % ✓ Gestión para la autorización de bolsas colostomía de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2% ✓ Gestión para la autorización de laboratorios clínicos de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2% ✓ Gestión para la autorización de bolsas colostomía de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2% ✓ Gestión para la autorización de ecografías de vías urinarias de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2% ✓ Gestión para la autorización de cita con neumología de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2% ✓ Gestión para la autorización de cita con especialista en infectologia de 1 personas mayores beneficiarias, para equivalencia de un 2.2%

Tabla No. 5 Plan de Atención Personalizado

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

La actualización de los archivos de las personas mayores en la institución se realiza tanto de forma física como digital, actividad realizada diariamente y a necesidad en las dos formas de archivo de documentación y registros.

Toda la población beneficiaria en la institución cuenta con estos archivos, para ser consultados en cualquier momento.

Los archivos digitales, cuando se guardan ocupan menos espacios en el almacenamiento que los archivos físicos. Siendo de manejo fácil y rápido.

Hospedaje en espacios humanizados

La institución pensando en los cuidados hacia las personas mayores, ha creado espacios que hace que ellos tengan accesibilidad, ayudando a la movilización y desplazamiento en el entorno de estas personas, dándoles la participación en roles cotidianos. Las condiciones de accesibilidad para las personas mayores se ha convertido en una acción prioritaria y se reconoce como una medida que beneficia a esta población y a toda la comunidad en general. Por ello garantizar la existencia de adaptaciones arquitectónicas y

su uso permite pensar en potenciar la funcionalidad en ellos y mejorar así el desempeño en las actividades cotidianas, reduciendo la dependencia de terceros. Siendo una atención en espacios humanizados.

4. Avance y resultados de ejecución

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
COMPONENTE SALUD				
Valoración inicial - Medicina -Odontología	Marzo	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Valoración final – Medicina - Odontología	Diciembre	**100%**	**0%**	**No aplica para el periodo**
Actividades y cuidados de enfermería	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Capacitación de primeros auxilios a los beneficiarios	Junio, julio, septiembre, octubre	**4**	**4**	**Finalizado**
COMPONENTE NUTRICIÓN				
Tamizaje inicial	Marzo	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Tamizaje final	Diciembre	**100%**	**0%**	**No aplica para el periodo**
Valoración nutricional	Abril, mayo	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Aprovechamiento de las raciones alimentaria	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**90%**	**98 %**	**En cumplimiento**
Diseño de ciclo de minutas	Marzo	**1**	**1**	**Finalizado**
Seguimiento ciclos de minutas	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**9**	**8**	**En cumplimiento**

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
Taller nutricional	Junio, agosto, octubre, diciembre	**4**	**3**	**En cumplimiento**
Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos	Junio, julio, septiembre, octubre	**4**	**4**	**Finalizado**
PSICOLOGÍA				
Valoración inicial	Marzo	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Valoración final	Diciembre	**100%**	**0%**	**No aplica para el periodo**
Proceso de adaptación a los beneficiarios	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Actividades lúdico-pedagógicas dirigidas a la promoción de la salud mental	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**9**	**8**	**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**	**24**	**En cumplimiento**
Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre	**27**	**24**	**En cumplimiento**
Pausas activas	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**270**	**240**	**En cumplimiento**
Talleres para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico	Julio, agosto, octubre, noviembre	**4**	**4**	**Finalizado**
DIRECCIÓN TÉCNICA – TRABAJO SOCIAL				
Acompañamiento del ingreso de la Persona	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto,	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**

ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
Mayor al Centro de Bienestar	septiembre, octubre, noviembre, diciembre			
Gestión documental y trámite ante EPS	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Visita domiciliaria de ingreso	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Documentos de beneficiarios	Marzo, abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**100%**	**100%**	**En cumplimiento**
Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**9**	**8**	**En cumplimiento**
Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad	Junio, julio, agosto, octubre, noviembre, diciembre	**6**	**5**	**En cumplimiento**
Actividades lúdico-pedagógicas de promoción y prevención dirigidas a la fragilidad	Julio, agosto, septiembre, octubre.	**4**	**4**	**Finalizado**
Capacitación al personal de trabajo	Mayo, junio, agosto, octubre, noviembre	**5**	**5**	**Finalizado**
Actividades recreativas internas y externas	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**9**	**8**	**En cumplimiento**
Implementación del plan de atención personalizada (PAP)	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre,	**9**	**8**	**En cumplimiento**

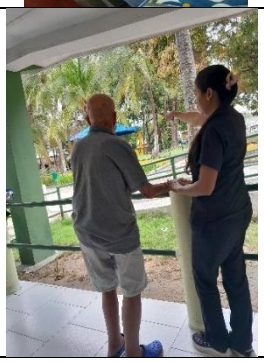
ACTIVIDAD	TIEMPO DE EJECUCIÓN	META	LOGRO	ESTADO DE CUMPLIMIENTO
	noviembre, diciembre			
Actualización digital de las personas mayores (CD-Arch digital y/o físico)	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**9**	**8**	**En cumplimiento**
Hospedaje en espacios humanizados	Abril, mayo, junio, julio, agosto, septiembre, octubre, noviembre, diciembre	**9**	**8**	**En cumplimiento**

Tabla No. 6 Avance y resultado 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 con la formulación del Plan de Atención Integral PAI.

5. Anexos fotográficos

	**Actividades y cuidados de enfermería – Corte de uñas**
	**Aprovechamiento de las raciones diarias - desayuno**

	**Seguimiento al ciclo de minutas – Encuesta de satisfacción**
	**Suplemento – Ingesta nutricional**
	**Proceso de adaptación a los beneficiarios**
	**Actividades lúdico – pedagógica dirigida a la promoción de la salud mental – Mal entendido comunicación**
	**Rutinas grupales de acondicionamiento físico- Tonificando mis brazos**

	**Rutinas grupales de acondicionamiento físico - Pilates**
	**Rutinas grupales de acondicionamiento físico- Ganando músculos**
	**Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad – Autocuidado**
	**Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad – Paso a paso**
	**Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad – Colócalo en su lugar**

	**Pausas activas – Estiramiento de brazos hacia delante**
	**Talleres para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico – Abdominales en silla**
	**Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos – Mis mejores recuerdos**
	**Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad**

 	**Capacitación al personal de trabajo - Manejo idóneo del ocio y tiempo libre**
	**Actividades recreativas internas y externas – Mañana de futbol**
	**Hospedaje en espacios humanizados – Barreras arquitectónicas: pasa manos y rampas**

Tabla No. 7 Anexos fotográficos