INFORME DE ACTIVIDADES
FUNDACIÓN CENTRO VIDA PARA EL ADULTO MAYOR
SEMILLAS DE FÉ Y ESPERANZA

PERIODO DE INFORME
DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

MARTHA LUISA RIVERA
Representante Legal

Socorro, 28 de diciembre de 2023.

INTRODUCCIÓN

El Centro Vida Fundación Semillas de Fe y Esperanza, se ha consolidado como uno de los mejores lugares para la atención integral del adulto mayor en el municipio del Socorro, que en conjunto con el equipo humano y apoyo profesional se han logrado las metas dando cumplimiento a lo establecido en la normatividad vigente y con las necesidades y cuidados que requieren nuestros abuelos. Es así, como los programas van de la mano con las políticas públicas generadas para la atención de la población de la tercera edad establecidas en la Ley 1276 de 2009 y sus normas reglamentarias.

Para el periodo del presente informe, La Fundación Semillas de Fe y Esperanza, plantea diversas actividades encaminadas a tratar las dificultades que presentan los adultos mayores en la actualidad como deterioros físicos y mentales, pérdida de relaciones familiares e interpersonales, debido a que carecen tanto ellos como sus familiares de información y preparación para cuidar y proteger su entorno biopsicosocial; es por esto que mejoramos los programas existentes de alimentación- nutrición, atención primaria en salud, Actividad física y de interacción social, Actividad cognitiva y productiva, Actividad recreativa y cultural, aseguramiento en salud, encuentros intergeneracionales, promoción del trabajo asociativo, promoción de redes de apoyo, uso del internet y auxilio exequial; adicionalmente se continuará realizando actividades para que aprovechen su tiempo libre, que cultiven y desarrollen sus aficiones personales para mantenerse interesados en el mundo que los rodea y así ampliar sus vínculos con la vida contemporánea a través de actividades que estimulan sus capacidades y habilidades.

Es así como la Fundación ha desarrollado las actividades descritas anteriormente para el periodo del 04 de diciembre a 28 de diciembre de 2023 y se presenta en el siguiente informe las actividades que conforman nuestro programa integral de atención.

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DICIEMBRE DE 2023

FUNDACIÓN CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

lu.	ma.	mi.	ju.	vi.	sá.	do.
				1	2	3
4 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD USO DEL INTERNET	5 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD USO DEL INTERNET	6 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	7 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD ACTIVIDAD COGNITIVA	8 FESTIVO	9 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	10
11 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD ENCUENTRO INTERGENERACIONAL	12 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD ATENCIÓN NUTRICIONAL RED DE APOYO UDE S-HMB	13 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	14 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD ACTIVIDAD COGNITIVA RED DE APOYO C.C.C CORTE DE CABELLO.	15 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD CELEBRACION DE CUMPLEAÑOS	16 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	17
18 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	19 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	20 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	21 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD ATENCION NUTRICIONAL ACTIVIDAD COGNITIVA	22 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	23 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	24
25 FESTIVO	26 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	27 ACTIVIDAD FISICA Y DE INTERACCIÓN SOCIAL ACTIVIDAD RECREATIVA Y CULTURAL ATENCION PRIMARIA EN SALUD	28	29	30	31

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: BASE DE DATOS ADULTO MAYOR FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.



FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT: 900687336-2

MUNICIPIO SOCORRO- SANTADER

BASE DE DATOS 2023

No.	NOMBRE COMPLETO ADULTO MAYOR	CÉDULA	FECHA DE NACIMIENTO	FECHA DE EXPEDICION DE LA CEDULA	EDAD	SEXO	DIRECCIÓN (ESPECIFICAR BARRIO O VEREDA)	TELÉFONO	EPS	RÉGIMEN		SISBEN IV A1 AL C18
										SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	
1	AGON GILMA	28.418.949	10/12/1940	18/12/1961	83	F	CALLE 10 SUR #9-12 VILLA DEL PRADO	3223200627	COOSALUD	X		A4
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	2/04/1944	2/02/1967	79	M	URBANIZACION LOS HEROES TORRE E apto 102	3133262212	NUEVA EPS	X		B1
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	19/05/1960	19/05/1980	63	F	CALLE 9 SUR # 8-120 VILLA DEL PRADO	3133911434	COOSALUD	X		A4
4	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	4/02/1965	23/03/1983	58	M	CALLE 5 #1-135 SAN RAFAEL	3177829141	COOSALUD	X		B4
5	ARIZA ARIZA ALVARO	5.772.770	12/09/1950	13/11/1972	73	M	CALLE 3 #10-45 BICENTENARIO	3125438940	COOSALUD	X		C7
6	AROCA GONZALO	7.455.052	22/11/1949	24/08/1971	74	M	CARRERA 9# 11-47	3134683389	COOSALUD	X		B7
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	3/07/1938	19/04/1967	85	F	PASAJE 2 #9-41 COLINAS	3209037376	COOSALUD	X		B6
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	6/04/1955	18/09/1979	68	F	CARRERA 11# 8-06 PRESENTACION	3103101683	COOSALUD	X		B2
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	11/11/1943	20/05/1965	80	M	CALLE 10 SUR#9-121 VILLA DEL PRADO	3147187087	COOSALUD	X		B7
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	10/01/1946	30/08/1971	77	F	CALLE 5 ESTE #5-32 BICENTENARIO 5 ETAPA	3185948524	COOSALUD	X		B7
11	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	1/06/1954	17/01/1976	69	F	CALLE 10 SUR#9-121 VILLA DEL PRADO	3147187087	COOSALUD EPS	X		B7
12	CANTILLO DE PEÑALOZA RITA	36.539.826	14/09/1954	31/05/1905	69	F	CALLE 5 E #6 -144	3178254515	COOSALUD	X		B6
13	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	1/07/1960	19/02/1979	63	F	CALLE 21 A #8-31 PISO 1 PRIMERO DE MAYO	3223807364	COOSALUD	X		A5
14	CASTRO FILOMENA	28.424.169	25/06/1952	4/08/1977	71	F	CALLE 10 SUR 9-15 VILLA DEL PRADO	3175108479	COOSALUD EPS	X		B7
15	CEDIEL PEREZ FANNY CECILIA	37,941,573	20/05/1962	24/11/1981	62	F	VEREDA SAN LORENZO PASOS ABAJO DE LA SUBESTACION	3138399171	NUEVA EPS	X		B5
16	CHAPARRO ANGELA	28.330.686	12/03/1948	30/07/1973	75	F	CRA 9A #3 SUR 23 COLINAS	3177997651	COOSALUD	X		B5
17	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	10/04/1953	21/01/1999	70	F	TORRE D 104 PISO 1 LOS HEROES	3222127467	NUEVA EPS	X		A5
18	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	10/11/1952	18/03/1975	71	F	CARRERA 8# 5-43 16 DE MARZO	3228968301	NUEVA EPS	X		A5
19	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	4/08/1960	12/09/1979	63	F	CALLE 23#5-57 1 MAYO	3203221818	COOSALUD	X		B1
20	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	1/01/1945	25/01/1971	78	F	CALLE 5A ESTE #6-12 BICENTENARIO 5 ETAPA	3168182079	COOSALUD	X		A5
21	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	21/04/1961	20/11/2008	62	F	CARRERA 10#9-22 PRESENTACION	3123137384	NUEVA EPS	X		B5
22	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	25/11/1939	22/09/1983	84	F	CARRERA 15#1-100 ZONA INDUSTRIAL	3152820225	COOSALUD	X		A5
23	FONCE TORRES PASCUAL	5.656.552	21/03/1954	2/11/1976	9/03/1900	F	CAMINO CULEBRERO CASA 12	3212298307	NUEVA EPS	X		B2
24	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	2/08/1935	4/10/1962	88	F	CARRERA 3#6 IMPAR SAN RAFAEL	3143924036	NUEVA EPS	X		A3
25	HERNANDEZ DELGADILLO FANNY	28,428,216	22/03/1964	3/05/1983	59	F	CARRERA 4 #1-13 SAN RAFAEL	3188413492	COOSALUD	X		B4
26	JIMENEZ GUAITERO SARA MARIA	28.172.590	25/01/1955	16/02/1995	68	F	CAMINO CULEBRERO CASA 12	3212298307	NUEVA EPS	X		B2
27	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	5/03/1937	27/08/1966	86	F	TORRE E APTO 501 LOS HEROES	3187667159	COOSALUD EPS	X		B3
28	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	12/12/1947	14/06/1981	76	F	CALLE 5A #100-6 EL BOSQUE	3202625531	NUEVA EPS	X		C10
29	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	18/08/1936	26/07/1958	87	M	CALLE 8· 7-21 LA ROSITA	3182578214	NUEVA EPS	X		B4
30	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	29/07/1960	2/06/1981	63	M	CARRERA 8 5A ESTE 22 SANTA CLARA 1	3138652165	COOSALUD	X		B4

FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT: 900687336-2

MUNICIPIO SOCORRO- SANTADER

BASE DE DATOS 2023

No.	NOMBRE COMPLETO ADULTO MAYOR	CÉDULA	FECHA DE NACIMIENTO	FECHA DE EXPEDICION DE LA CEDULA	EDAD	SEXO	DIRECCIÓN (ESPECIFICAR BARRIO O VEREDA)	TELÉFONO	EPS	RÉGIMEN		SISBEN IV A1 AL C18
										SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO	
31	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	2/03/1950	25/05/1971	73	F	CALLE 3 SUR 11-62 COLINAS	3178541444	COOSALUD	X		B5
32	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	9/04/1932	19/09/1962	91	F	CARRERA 9#11-47 PRESENTACION	7296799	NUEVA EPS	X		C7
33	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	8/10/1945	11/07/1968	78	M	PASAJE 3 # 10-07 COLINAS	3219516959	NUEVA EPS S.A.	X		B1
34	MONSALVE PICO JESUS	2.169.706	15/10/1939	16/08/1961	84	M	CALLE 5A ESTE #6-12 BICENTENARIO 5 ETAPA	3168182079	COOSALUD	X		A5
35	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	29/03/1947	6/08/1973	76	F	URBANIZACION LOS HEROES TORRE E apto 102	3133262212	NUEVA EPS	X		B1
36	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	19/03/1943	20/12/1965	80	F	PASAJE 2 COLINAS	3115059648	COOSALUD	X		B6
37	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	23/05/1945	14/10/1970	78	F	CALLE 23# 7-14- PRIMERO DE MAYO	3209065360	COOSALUD	X		B7
38	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	30/11/1957	12/12/1983	65	M	CALLE 17# 10-43 SANTA BARBARA	3187998570	NUEVA EPS	X		C1
39	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	27/03/1938	18/12/1961	85	F	CARRERA 8 5A ESTE 22 SANTA CLARA 1	3138652165	COOSALUD	X		B4
40	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	3/09/1934	18/11/1960	89	F	CALLE 21 A # 8-27	3187870340	NUEVA EPS	X		B1
41	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	18/10/1966	30/11/1993	57	F	TORRE D 104 PISO 1 LOS HEROES	3175622522	COOSALUD EPS	X		B1
42	RIBERO GRACIELA	28.424.455	2/06/1959	22/11/1977	64	F	CARRERA 9D # 7 SUR -58 VILLA DEL SOCORRO	3156140392	NUEVA EPS	X		A2
43	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	13/09/1942	27/11/1965	81	F	CALLE 12# 17-108 LA LIBERTAD	3103367537	COOSALUD	X		B3
44	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	3/01/1954	15/07/1976	69	M	CARRERA 3#6 IMPAR SAN RAFAEL	3143924036	COOSALUD EPS	X		A3
45	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	4/09/1941	23/11/1965	82	M	CALLE 21 A #8-27	3187870340	NUEVA EPS	X		B1
46	RODRIGUEZ DE FLOREZ LEONOR	28.421.185	28/08/1943	18/02/1969	80	F	PEATONAL 3B #9-16 BICENTENARIO	3165580199	NUEVA EPS	X		B4
47	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	21/10/1949	23/03/1971	74	F	CAMINO CULEBRERO CASA 13	3156513896	NUEVA EPS S.A.	X		C13
48	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	17/09/1960	18/05/1981	63	M	CARRERA 3·6 IMPAR SAN RAFAEL	3143924036	NUEVA EPS	X		B6
49	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	19/09/1938	11/03/1963	85	F	CALLE 15 #8-39 CONVENTO	3138320595	COOSALUD EPS	X		C1
50	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	26/06/1944	9/07/1966	79	F	CALLE 15 #8-39 CONVENTO	3138320595	COOSALUD EPS	X		C1
51	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	22/07/1938	1/03/1960	85	F	CARRERA 9#15-21 CONVENTO	3133877281	COOSALUD EPS	X		B5
52	SANABRIA JOSE EDGAR	91.000.258	25/10/1954	7/06/1977	69	M	CARRERA 14#7-35 UNIVERSITARIO	3132852494	NUEVA EPS	X		B1
53	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	3/05/1946	15/09/1969	77	F	TORRE D 104 PISO 1 LOS HEROES	3146883184	COOSALUD	X		B1
54	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	4/11/1939	20/12/1962	84	F	CALLE 21#6-43 MANUELA BELTRAN	3153679284	COOSALUD	X		B2
55	SOLANO DIAZ LILIA VENANCIA	28.422.661	18/05/1940	21/01/1974	83	F	ALLE 1 #13-102 NUEVA FERIA	3167854999	NUEVA EPS	X		C7
56	SUAREZ DE MARTINEZ ANA VICTORIA	37,240,145	23/10/1953	9/05/1975	70	F	CALLE A ESTE # 6-136 BIC. V ETAPA	3222281676	COOSALUD	X		B2
57	TASCO RONDON MARIA ELISA	28.133.942	10/06/1948	17/01/1976	75	F	CALLE 10 #9-23 FATIMA	3172620436	NUEVA EPS	X		B3
58	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	22/01/1967	20/10/1986	56	F	CARRERA 11 #21-175 DIAMANTE	3124792965	COOSALUD	X		B7
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	19/03/1959	6/12/2006	64	F	CALLE 5 #1-135 SAN RAFAEL	3177829141	NUEVA EPS	X		B4
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	14/05/1943	21/10/1965	80	F	CALLE 5 #1-135 SAN RAFAEL	3177829141	NUEVA EPS S.A.	X		B4

FUNDACION CENTRO VIDA
SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA
NIT. 900.687.336-2

Socorro, 04 de diciembre de 2023

Doctora
LILIANA DELGADO
Secretaria de Salud
Socorro

Asunto: ingreso e ingreso de adultos mayores

Respetada doctora, el motivo de la presente es comunicarle el egreso e ingreso de adultos mayores en nuestra Fundación:

Egresa: 04/12/2023

MARIELA GOMEZ DE SUAREZ C.C. 28.284.558

Ingresa: 04/12/2023

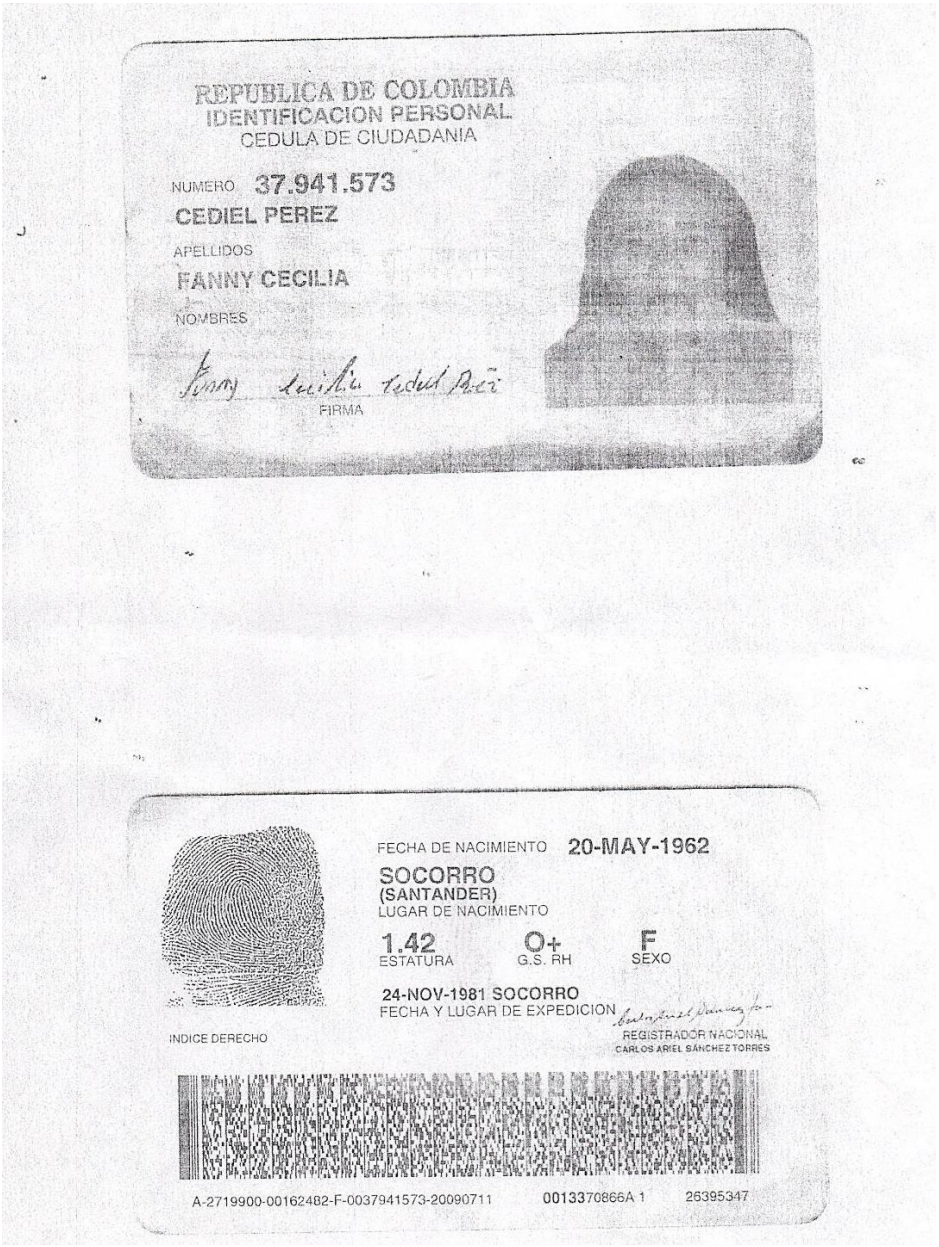
FANNY CECILIA CEDIEL C.C. 37.941.573

Agradezco su amable atención.

Cordialmente

Martha Luisa R

MARTHA LUISA RIVERA DE CELIS
C.C. No. 28.297.663 Piedecuesta
Representante Legal



REPUBLICA DE COLOMBIA
IDENTIFICACION PERSONAL
CEDULA DE CIUDADANIA

NUMERO 37.941.573

CEDIEL PEREZ

APELLIDOS

FANNY CECILIA

NOMBRES

FIRMA

FECHA DE NACIMIENTO 20-MAY-1962

SOCORRO
(SANTANDER)
LUGAR DE NACIMIENTO

1.42 ESTATURA | O+ G.S. RH | F SEXO

24-NOV-1981 SOCORRO
FECHA Y LUGAR DE EXPEDICION

REGISTRADOR NACIONAL
CARLOS ARIEL SÁNCHEZ TORRES

INDICE DERECHO

A-2719900-00162482-F-0037941573-20090711 0013370866A 1 26395347

Sisbén

Registro válido

Fecha de consulta: 17/12/2023

Ficha: 68755057650000003353

B5

Pobreza moderada

DATOS PERSONALES

Nombres: FANNY CECILIA

Apellidos: CEDIEL PEREZ

Tipo de documento: Cédula de ciudadanía

Número de documento: 37941573

Municipio: Socorro

Departamento: Santander

INFORMACIÓN ADMINISTRATIVA

Encuesta vigente: 27/08/2023

Última actualización ciudadano: 21/09/2023

Última actualización vía registros administrativos:

*Si encuentra alguna inconsistencia o desea actualizar su información por favor acérquese a la oficina del Sisbén del municipio donde reside actualmente

Contacto Oficina SISBEN

Nombre administrador: DELCY AMPARO PEÑA PORTILLA

Dirección: Calle 15 No 14 - 66 Centro

Teléfono: 7272579 extensión 103 - 3203055767

COLOMBIA POTENCIA DE LA VIDA

ADRES Salud

ADMINISTRADORA DE LOS RECURSOS DEL SISTEMA GENERAL DE SEGURIDAD SOCIAL EN SALUD - ADRES

Información de afiliación en la Base de Datos Única de Afiliados – BDUA en el Sistema General de Seguridad Social en Salud

Resultados de la consulta

Información Básica del Afiliado :

COLUMNAS	DATOS
TIPO DE IDENTIFICACIÓN	CC
NÚMERO DE IDENTIFICACION	37941573
NOMBRES	FANNY CECILIA
APELLIDOS	CEDIEL PEREZ
FECHA DE NACIMIENTO	**/**/**
DEPARTAMENTO	SANTANDER
MUNICIPIO	SOCORRO

Datos de afiliación :

ESTADO	ENTIDAD	REGIMEN	FECHA DE AFILIACIÓN EFECTIVA	FECHA DE FINALIZACIÓN DE AFILIACIÓN	TIPO DE AFILIADO
ACTIVO	NUEVA EPS S.A.	SUBSIDIADO	01/12/2020	31/12/2999	CABEZA DE FAMILIA

Fecha de Impresión:	12/17/2023 14:27:03	**Estación de origen:**	2801:12:c800:2070::1

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIAS DEL OBJETO DEL CONVENIO DE APOYO A PROGRAMAS Y ACTIVIDADES DE INTERÉS PÚBLICO.

“APOYO A LA ATENCIÓN DEL ADULTO MAYOR VULNERABLE EN LA MODALIDAD CENTRO VIDA, CONFORME LO ESTABLECE LA LEY 1276 DE 2009”

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.

1. Brindar alimentación que asegure la ingesta necesaria a nivel proteico-calórico y de micronutrientes que garanticen buenas condiciones de salud para el adulto mayor, de acuerdo con los menús para los requerimientos de esta población, que de manera especial elaboren los profesionales en nutrición.

INFORME SOBRE ATENCIÓN NUTRICIONAL

PROFESIONAL: ILMAYE SANABRIA AMAYA
Nutricionista-Dietista
REG. MED. 01196

MUNICIPIO DEL SOCORRO

POBLACIÓN OBJETIVO:	**USUARIOS ASISTENTES A LA SEDE DE LA FUNDACION SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA - CENTRO VIDA EN EL MUNICIPIO DEL SOCORRO**
TEMA:	**INFORME INTERVENCION INDIVIDUAL E INTERVENCIÓN GRUPAL**
PERIODO:	**DICIEMBRE DEL 2023**
PROFESIONAL:	**ILMAYE SANABRIA AMAYA** **NUTRICIONISTA-DIETISTA** **REG. MED. 01196**

FICHA TÉCNICA ÁREA DE NUTRICIÓN

1. PROYECTO: Intervención del área de nutrición en el municipio de Socorro centro vida Fundación Semillas de fe y esperanza.

2. META: Lograr de manera integral la atención de los adultos mayores asistentes al centro vida Fundación Semillas de fe y esperanza del municipio de Socorro

3. Objetivo:

    a. General:
    Realizar seguimiento y educación nutricional a usuarios del centro, así como seguimiento y control al servicio de alimentación.

    b. Específicos:
        i. Que los servicios de alimentación estén operando bajo los requerimientos de ley.
        ii. Diagnosticar el estado nutricional de los adultos mayores
        iii. Que los adultos mayores sean educados en alimentación saludable de manera individual y grupal.

4. Actividad:
    a. Realizar revisión del servicio de alimentación.
    b. Realizar la valoración de IMC para adulto mayor con el fin de diagnosticar el estado nutricional de la población
    c. Realizar intervención nutricional individual en los usuarios
    d. Realizar talleres educativos a los adultos mayores

MARCO TEORICO

La esperanza de vida va en aumento y esto ha generado un cambio demográfico global que se manifiesta en el envejecimiento de la población. Para algunos autores a nivel individual esto es un fenómeno positivo, sin embargo, a nivel social esto presenta numerosos retos y desafíos en términos de gestión de salud, calidad de vida e impacto directo sobre la situación económica de las personas. Para muchos la calidad de estos últimos años no ha mejorado y eso genera un aumento en los costos de atención médica, el envejecimiento trae consigo una mayor probabilidad de condiciones crónicas como cáncer, diabetes, enfermedades cardíacas y un mayor riesgo de padecer deterioro cognitivo, discapacidad y fragilidad.

El conocimiento sobre nutrición aporta beneficios tangibles a los adultos mayores, ya que adoptar una dieta saludable ayuda a prevenir y controlar afecciones que impactan negativamente su calidad de vida y reducen la capacidad de vivir de forma independiente. Por lo tanto, la educación alimentaria y nutricional (EAN)

dirigida a la población mayor puede ser una herramienta importante para mantener la salud y el bienestar a largo plazo. Sin embargo, la modificación en los hábitos relacionados con la alimentación en este grupo poblacional suele ser difícil, ya que estos están conectados con las creencias, vivencias y la cultura de cada persona, es por esto, que en la presente revisión de literatura se busca encontrar las directrices que existen en EAN para el adulto mayor, con el fin de realizar un consolidado de información útil sobre las intervenciones de EAN para la modificación de hábitos alimentarios y la adopción estilos de vida saludable.

Educar sobre la necesidad e importancia de una buena alimentación implica descubrir, analizar y transformar creencias, mitos y conductas, además de promover una mayor conciencia sobre las múltiples funciones y roles que juega la alimentación en las diversas esferas sociales, culturales, religiosas de la vida, así como en las implicaciones que ésta genera sobre la salud.

El impacto o eficacia de la Educación Alimentaria y Nutricional (EAN) se centra en las conductas, acciones y prácticas concretas, determinando y abordando las influencias y los posibles factores que inciden en las conductas para tomarlos como elementos mediadores para el cambio. También, es necesario recuperar y promocionar buenos hábitos o modificar los que no lo son, usar las teorías e investigaciones para elaborar estrategias educativas dirigidas a los posibles mediadores y abordar los múltiples niveles de influencia, cumpliendo con los siguientes criterios: a) EAN con ética, basada en investigaciones e información científica, eficiente, eficaz y accesible para todos, b) dar prioridad a la educación y a la innovación, con el fin de que tenga el mayor potencial para mejorar los hábitos alimentarios relacionados con la salud y por último; c) trabajar junto con los interesados directos, adoptando un enfoque multisectorial y en pro de la salud, fomentando la participación de las comunidades y la sociedad en el proceso educativo (Ministerio de Salud y Protección Social 2016).

ACTIVIDAD N° 1. AUDITORIA AL SERVICIO DE ALIMENTACIÓN

Durante este mes se realiza revisión al cumplimiento del ciclo de menús establecido, encontrando que se cumple con lo planeado a ofrecer en el documento llamado “ciclo de menús”. Se cumple con las especificaciones de calidad en cuanto a características organolépticas de color, porción y distribución en el plato y se garantiza la proporción de macronutrientes planeados a ofrecer con la alimentación a los adultos mayores usuarios del servicio de centro vida **Palmar.**

- FECHA: 12-dic (semana 2 menú 2)

ALMUERZO

SOPA 200cc	Crema de plátano
CEREAL 90gr	Arroz blanco
CARNES 50gr	Croquetas de pollo
RÁÍZ, TUBÉRCULO O PLÁTANO 80gr	Papa con hogo
LEGUMINOSA 60gr	Arveja seca
VERDURA 50gr	Ensalada fresca (cebolla, tomate)
JUGO DE FRUTA 240cc	Limonada

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA AUDITORÍA AL SERVICIO DE ALIMENTACIÓN

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.













ACTIVIDAD 2. CLASIFICACIÓN NUTRICIONAL

Con ayuda del servicio de enfermería se realiza la toma de peso y talla a los adultos mayores; con estos datos por medio del Índice de Masa Corporal para el adulto mayor, se realiza la clasificación nutricional de los mismos y se identifican posibles riesgos nutricionales.

A continuación, encontramos la tabla de clasificación nutricional y la gráfica donde analizaremos la condición nutricional de la población:

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

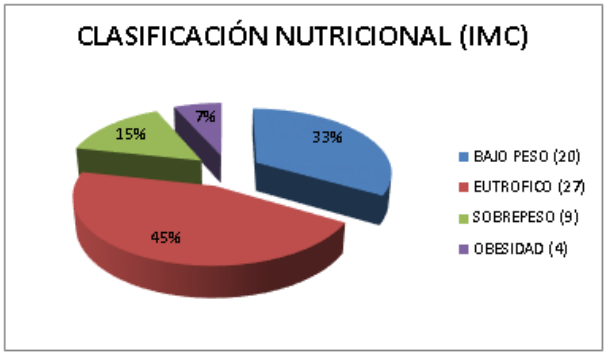
MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

No.	NOMBRE	CEDULA	PESO	TALLA	IMC	DX NUTICIONAL
1	AGON GILMA	28.418.949	67,2	1,59	26,6	EUTROFICO
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	62	1,62	23,6	EUTROFICO
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	84,1	1,53	35,9	OBESIDAD
4	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	71,3	1,65	26,2	EUTROFICO
5	ARIZA ARIZA ALVARO	5.772.770	63,1	1,68	22,4	BAJO PESO
6	AROCA GONZALO	7.455.052	77	1,76	24,9	EUTROFICO
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	68,4	1,56	28,1	SOBREPESO
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	69,5	1,55	28,9	SOBREPESO
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	64,1	1,52	27,7	EUTROFICO
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	54,6	1,52	23,6	EUTROFICO
11	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	62,5	1,54	26,4	EUTROFICO
12	CANTILLO DE PEÑALOZA RITA	36.539.826	65,4	1,59	25,9	EUTROFICO
13	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	83,1	1,45	39,5	OBESIDAD
14	CASTRO FILOMENA	28.424.169	58,8	1,55	24,5	EUTROFICO
15	CEDIEL PEREZ FANNY CECILIA	37.941.573	51,1	1,42	25,3	EUTROFICO
16	CHAPARRO ANGELA	28.330.686	70	1,6	27,3	EUTROFICO
17	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	60	1,5	26,7	EUTROFICO
18	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	81,5	1,62	31,1	OBESIDAD
19	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	73,8	1,61	28,5	SOBREPESO
20	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	65,5	1,6	25,6	EUTROFICO
21	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	52,9	1,57	21,5	BAJO PESO
22	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	55	1,5	24,4	EUTROFICO
23	FONCE TORRES PASCUAL	5.656.552	83,1	1,67	29,8	SOBREPESO
24	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	59,7	1,58	23,9	EUTROFICO
25	HERNANDEZ DELGADILLO FANNY	28,428,216	45	1,52	19,5	BAJO PESO
26	JIMENEZ GUAITERO SARA MARIA	28.172.590	63,1	1,52	27,3	EUTROFICO
27	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	59,6	1,5	26,5	EUTROFICO
28	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	50,4	1,52	21,8	BAJO PESO
29	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	54,7	1,6	21,4	BAJO PESO

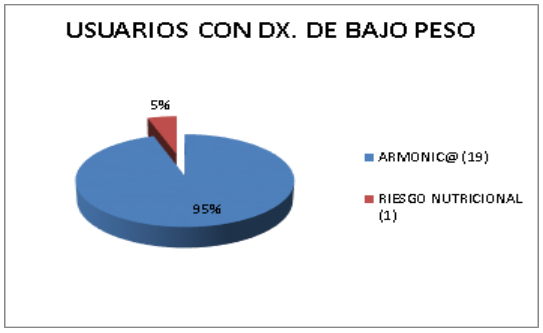
30	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	57,5	1,7	19,9	BAJO PESO
31	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	61,8	1,52	26,7	EUTROFICO
32	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	72,5	1,5	32,2	OBESIDAD
33	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	68,6	1,65	25,2	EUTROFICO
34	MONSALVE PICO JESUS	2.169.706	69,2	1,64	25,7	EUTROFICO
35	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	72,3	1,59	28,6	SOBREPESO
36	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	61,8	1,53	26,4	EUTROFICO
37	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	66,3	1,51	29,1	SOBREPESO
38	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	61,5	1,6	24,0	EUTROFICO
39	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	36	1,47	16,7	BAJO PESO
40	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	39	1,47	18,0	BAJO PESO
41	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	68,3	1,52	29,6	SOBREPESO
42	RIBERO GRACIELA	28.424.455	75,3	1,56	30,9	SOBREPESO
43	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	49,9	1,49	22,5	BAJO PESO
44	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	61	1,63	23,0	BAJO PESO
45	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	41	1,63	15,4	BAJO PESO
46	RODRIGUEZ DE FLOREZ LEONOR	28.421.185	55,8	1,45	26,5	EUTROFICO
47	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	66,8	1,58	26,8	EUTROFICO
48	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	41,7	1,68	14,8	BAJO PESO
49	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	47,8	1,48	21,8	BAJO PESO
50	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	36,5	1,46	17,1	BAJO PESO
51	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	51,2	1,42	25,4	EUTROFICO
52	SANABRIA JOSE EDGAR	91.000.258	37	1,55	15,4	BAJO PESO
53	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	59,8	1,5	26,6	EUTROFICO
54	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	43,2	1,55	18,0	BAJO PESO
55	SOLANO DIAZ LILIA VENANCIA	28.422.661	48,4	1,53	20,7	BAJO PESO
56	SUAREZ DE MARTINEZ ANA VICTORIA	37,240,145	65,6	1,52	28,4	SOBREPESO
57	TASCO RONDON MARIA ELIZA	28.133.942	72,1	1,66	26,2	EUTROFICO
58	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	53,1	1,52	23,0	BAJO PESO
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	32,9	1,5	14,6	BAJO PESO
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	51,8	1,52	22,4	BAJO PESO

Para este período se realiza valoración nutricional a los usuarios del servicio por medio de toma de peso y talla y diagnóstico nutricional por IMC para el adulto mayor, encontrando que:

- El 45% de la población se encuentra en adecuado estado nutricional (27 usuarios)
- El 22% se encuentra en exceso de peso (13 usuarios), de ellos el 15% dado por sobrepeso (9 usuarios) y el 7% por obesidad (4 usuarios)
- El 33% de los usuarios presentan diagnóstico de bajo peso (20 usuarios).



Del total de los usuarios con reporte de bajo peso podemos identificar que en el 95% de ellos (19 usuarios) no presentan riesgo nutricional, tienen un consumo adecuado para el requerimiento nutricional y su peso no se asocia a riesgo en su estado de salud. Por el contrario, encontramos que el 5% de los usuarios (1 adulto mayor) presenta riesgo nutricional, motivo por el cual se educa junto con la familia con el fin de solicitar cita con la EPS y ser remitido a consulta de nutrición para ser valorado clínicamente.



CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA CLASIFICACIÒN NUTRICIONAL

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

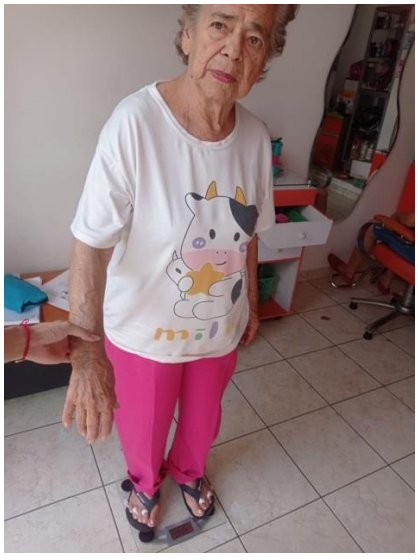
Socorro, 28 de diciembre de 2023.




















LOS ANG


MICKEY
MOUSE



ACTIVIDAD 3. VALORACIÓN NUTRICIONAL INDIVIDUAL

Para la visita de este periodo, se valoran de manera individual a 14 usuarios asistentes a la sede de Socorro del centro vida semillas de Fe y Esperanza. En el seguimiento individual se valora de manera integral al adulto mayor identificando posibles factores de riesgo nutricional y realizando educación alimentaria y nutricional a necesidad. Es importante mencionar que a cada usuario se le realiza formato individual que es entregado y anexado a cada carpeta de cada uno.

	CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR						
	MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER						
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**PESO**	**TALLA**	**IMC**	**DX NUTICIONAL**	
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	84,1	1,53	35,9	OBESIDAD	ARMONIC@
5	ARIZA ARIZA ALVARO	5.772.770	63,1	1,68	22,4	BAJO PESO	
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	68,4	1,56	28,1	SOBREPESO	
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	64,1	1,52	27,7	EUTROFICO	
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	54,6	1,52	23,6	EUTROFICO	
14	CASTRO FILOMENA	28.424.169	58,8	1,55	24,5	EUTROFICO	
17	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	60	1,5	26,7	EUTROFICO	
19	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	73,8	1,61	28,5	SOBREPESO	
20	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	65,5	1,6	25,6	EUTROFICO	
21	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	52,9	1,57	21,5	BAJO PESO	ARMONIC@
28	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	50,4	1,52	21,8	BAJO PESO	ARMONIC@
32	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	72,5	1,5	32,2	OBESIDAD	
54	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	43,2	1,55	18,0	BAJO PESO	ARMONIC@
58	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	53,1	1,52	23,0	BAJO PESO	ARMONIC@

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA VALORACION NUTRICIONAL INDIVIDUAL

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.





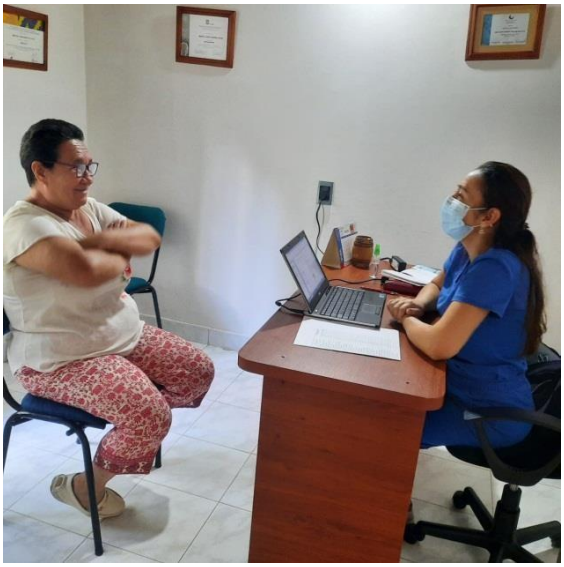
















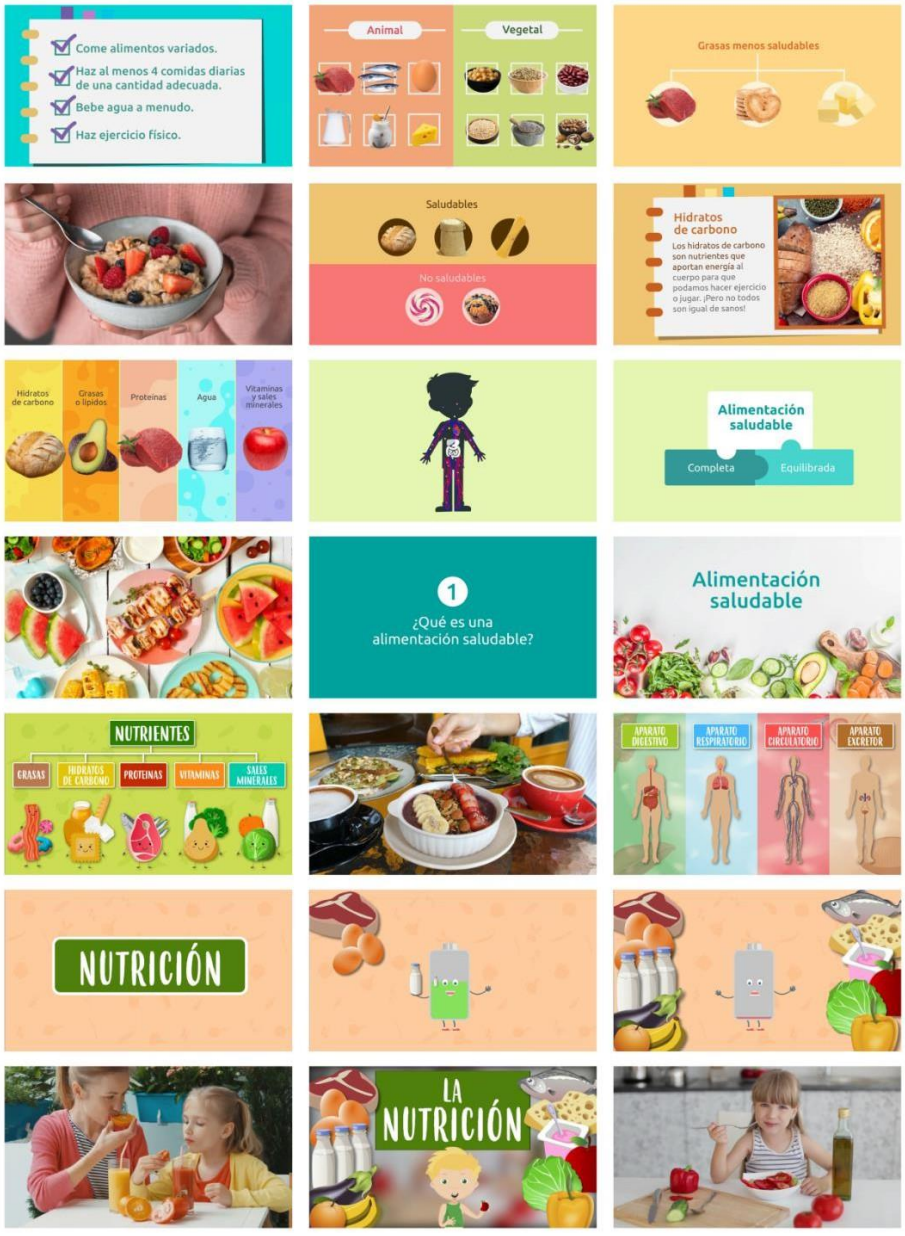




ACTIVIDAD 4. ACTIVIDAD EDUCATIVA

Para esta visita se realiza la proyección de video sobre alimentación saludable, en éste se enseña sobre los grupos de alimentos, los alimentos representativos y la función de los mismos, adicionalmente se muestra la función de todos los alimentos como se reparten en el organismo y como se excretan del mismo.

FICHA DE TRABAJO



CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA ACTIVIDAD EDUCATIVA

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.














LA
NUTRICIÓN









RESULTADOS OBTENIDOS

Durante este mes se realiza revisión al cumplimiento del ciclo de menús establecido, encontrando que se cumple con lo planeado a ofrecer en el documento llamado “ciclo de menús”. Se cumple con las especificaciones de calidad en cuanto a características organolépticas de color, porción y distribución en el plato y se garantiza la proporción de macronutrientes planeados a ofrecer con la alimentación a los adultos mayores usuarios del servicio de centro vida **semillas de fe y esperanza.**

Para este período se realiza valoración nutricional a los usuarios del servicio por medio de toma de peso y talla y diagnóstico nutricional por IMC para el adulto mayor, encontrando que:

- El 45% de la población se encuentra en adecuado estado nutricional (27 usuarios)
- El 22% se encuentra en exceso de peso (13 usuarios), de ellos el 15% dado por sobrepeso (9 usuarios) y el 7% por obesidad (4 usuarios)
- El 33% de los usuarios presentan diagnóstico de bajo peso (20 usuarios).

Del total de los usuarios con reporte de bajo peso podemos identificar que en el 95% de ellos (19 usuarios) no presentan riesgo nutricional, tienen un consumo adecuado para el requerimiento nutricional y su peso no se asocia a riesgo en su estado de salud. Por el contrario, encontramos que el 5% de los usuarios (1 adulto mayor) presenta riesgo nutricional, motivo por el cual se educa junto con la familia con el fin de solicitar cita con la EPS y ser remitido a consulta de nutrición para ser valorado clínicamente.

Para la visita de este periodo, se valoran de manera individual a 14 usuarios asistentes a la sede de Socorro del centro vida semillas de Fe y Esperanza. En el seguimiento individual se valora de manera integral al adulto mayor identificando posibles factores de riesgo nutricional y realizando educación alimentaria y nutricional a necesidad. Es importante mencionar que a cada usuario se le realiza formato individual que es entregado y anexado a cada carpeta de cada uno

Para esta visita se realiza la proyección de video sobre alimentación saludable, en éste se enseña sobre los grupos de alimentos, los alimentos representativos y la función de los mismos, adicionalmente se muestra la función de todos los alimentos como se reparten en el organismo y como se excretan del mismo.

ILMAYE SANABRIA A.

ILMAYE SANABRIA AMAYA
NUTRICIONISTA-DIETISTA
REG. MED. 01196

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: MINUTA PATRON

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.

FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT.900.687.336-2

APORTE NUTRICIONAL DE LA MINUTA PATRÓN ADULTOS MAYORES

REFRIGERIO DE LA MAÑANA

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servido
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche en polvo ó	4 veces/semana	15,6 g	15,6 g	120 cc	4 onzas de leche
Leche entera pasteurizada		120 cc	120 cc		
Derivados de cereal					
Pan ó torta ó	Todos los días	60 g	60 g	50 g	1½ unidad mediana, 1porción mediana
Galletas de dulce ó sal ó waffer		21g	21g	21g	3 unidades
Cereales para colada (Trigo o Maíz o Avena o Cebada)	3 veces/semana	14 g	14 g	14 g	1cucharada rebosada, para elaboración de colada (½ agua - ½ leche)
Fruta					
Entera ó	2 veces por semana	105 - 222 g	100 g	100 g	1porción mediana
en jugo		47 - 100 g	45 g	240 cc	8 onzas de jugo
Azúcares					
Azúcar ó	Todos los dias	14 g	14 g	14 g	1cucharada medianamente colmada
Panela ó		14 g	14 g	14 g	1cucharada medianamente colmada

8 onzas de bebida ó 240 cc

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIOS	**550**	**14,1**	**12,6**	**94,3**	**353,0**	**4,6**	**0,6**
ADECUACION	**23,2%**	**17,0%**	**16,0%**	**28,4%**	**44,1%**	**32,7%**	**8,6%**

ALMUERZO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servido
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Sopa o crema					
	Todos los días	14 - 20 g	12 g	200 cc	6 onzas
Cereal		9 g	9 g		
Raices/Tubérculos/Plátanos		17 - 25 g	15 g		
Leguminosa		2 g	2 g		
Seco					
Carnes, huevo, leguminosas					
Carne roja	3 veces/semana (Vísceras una vez cada 15 días)	100 g	100 g	100 g	1porción mediana
Carne blanca	3 veces/semana	Pechuga: 137 g Pierna: 143 g Pernil: 150 g Atún lomo: 100 g	100 g	80 g (sin hueso) Atún: 50 g	1porción mediana
Huevo	1vez / semana	55 g	50 g	50 g	1unidad
Leguminosa	2 veces / semana	20 g	20 g	60 g	4 cucharadas medianamente colmadas
Cereal					
Arroz ó	6 veces/semana	40 g	40 g	90 g	5 cucharas soperas
Pasta	1vez / semana	40 g	40 g	91g	5 cucharas soperas
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal****					
Papa, plátano, ñame, etc ó	5 veces/semana	83 - 116 g	70 g	69 g	1unidad mediana
Arepa o envuelto, etc	2 veces/semana	50 g	50 g	50 g	1unidad mediana
Hortalizas - verduras					
Verdura	Todos los días	57 - 85 gr	50 g	50 g	4 cucharas soperas
Frutas					
Entera ó	Todos los días	105 - 222 g	100 g	100 g	1porción mediana
en jugo		47 - 100 g	45 g	240 cc	8 onzas de jugo
Azúcares					
Azúcar ò	Todos los dias	14 g	14 g	14 g	1cucharada medianamente colmada
Panela		14 g	14 g	14 g	1cucharada medianamente colmada

8 onzas de bebida ó 240 cc

Aceite	Todos los días	16 cc	16 cc	16 cc	1½ cucharada

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE ALMUERZO	**707**	**28,7**	**24,1**	**92,9**	**83,4**	**6,0**	**0,7**
ADECUACION	**29,8%**	**34,5%**	**30,5%**	**28,0%**	**10,4%**	**42,7%**	**9,9%**

OBSERVACIONES

1. Se establece 3 veces a la semana lácteo en el refrigerio de la mañana dando oportunidad a variación del mismo y teninedo en cuenta la guía del día completo
2. Para la realización de los jugos de fruta se puede utilizar cualquiera de cosecha
3. Para efectos de la salud de la población objetivo se tiene en cuenta el uso de azúcar en pocas cantidades y para personas con diabetes se evita su uso
4. Para la semana 2 y semana 4 se dará indicación a los adultos mayores de incluir leguminosa en el fin de semana, para cumplir con el requerimiento nutricional

Ilmayé Sanabria A.
Dra. Ilmayé Sanabria A.
NUTRICIONISTA-DIETISTA
No. MND 01196
P.U.J.

Firma Nutricionista

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: CICLO DE MINUTAS

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.

FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT.900.687.336-2

CICLO DE MENÚS

SEMANA 1

		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	REFRIGERIO				
BEBIDA	120 - 240CC	JUGO DE FRUTA EN AGUA	YOGUR	CHOCOLATE EN AGUA	JUGO DE FRUTA EN AGUA	AGUA DE PANELA EN LECHE
CEREAL	50 GR	GALLETAS INTEGRALES	PONQUE	PAN INTEGRAL	GALLETAS DE SAL	AREPA
PROTEÍNA	30 - 50 GR	*	*	QUESO	*	*
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	ALMUERZO				
SOPA O CREMA	200 CC	CREMA DE AHUYAMA	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	SOPA DE PASTAS	CREMA CARMELITA	SOPA DE ARROZ
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR	CARNE EN GOULASH	PESCADO A LA PLANCHA (55 GR)	ARROZ CON POLLO	HUEVO COCIDO	PASTAS CON CARNE MOLIDA
CEREAL	90 GR	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO		ARROZ BLANCO	
RAIZ , TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	YUCA CON HOGAO	MADURO COCIDO	ROLLO DE PAPA	TAJADAS	PAPA CRIOLLA
LEGUMINOSA	60 GR	*	LENTEJA	*	FRIJOL ROJO	*
VERDURA	50 GR	VERDURA EN GOULASH	PEPINO COHOMBRO CON VINAGRETA	ENSALADA CAMPESINA O DULCE	TAJADA DE AGUACATE	ENSALADA DE REMOLACHA
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

Firma Nutricionista

FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT.900.687.336-2

CICLO DE MENÚS

SEMANA 2

		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	REFRIGERIO				
BEBIDA	250CC	JUGO DE FRUTA EN AGUA	AVENA EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	GELATINA
CEREAL	50 GR	GALLETA INTEGRAL	TAJADA DE PAN INTEGRAL	MANTECADA	FRITAS DE ZANAHORIA	GALLETA SODA
PROTEÍNA	30 - 50 GR	*	*	*	*	CUAJADA
GRUPO DE ALIMENTO	CANTIDAD	ALMUERZO				
SOPA	200 CC	SOPA DE MENUDENCIAS	CREMA DE PLATANO	CREMA DE HARINA TOSTADA	SOPA DE APIO	CREMA DE AVENA
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR		CROQUETAS DE POLLO (55 GR	ATUN	ALBONDIGAS SUDADAS	FRICASSE DE POLLO
CEREAL	90 GR	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ CON FIDEOS	ARROZ AL PIMENTON
RAIZ , TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	YUCA AL VAPOR	PAPA CON HOGAO	TAJADAS	MADURO COCIDO	PAPA EN CUADROS AL PEREJIL
LEGUMINOSA	60 GR	*	ARVEJA SECA	*	*	*
VERDURA	50 GR	TOMATE A LA VINAGRETA	ENSALADA FRESCA (CEBOLLA, TOMATE)	ENSALADA DE TORNILLOS DE PASTA	ENSALADA DEL HUERTO (CEBOLLA, TOMATE, LECHUGA)	EN EL POLLO
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

Firma Nutricionista

FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT.900.687.336-2

CICLO DE MENÚS

SEMANA 3

		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**REFRIGERIO**				
BEBIDA	250CC	AGUA DE PANELA EN LECHE	JUGO DE FRUTA EN AGUA	CHOCOLATE EN LECHE	JUGO DE FRUTA EN AGUA	CAFÉ CON LECHE
CEREAL	50 GR	MOGOLLA INTEGRAL	GALLETAS DE SAL	AREPA	EMPAREDADO DE JAMON	PAN INTEGRAL
PROTEÍNA	30 - 50 GR				EN EL EMPAREDADO	
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**ALMUERZO**				
SOPA	200 CC	SOPA DE CUCHUCO DE MAIZ	CREMA CARMELITA	SOPA DE PASTAS	CREMA DE ESPINACAS	SOPA DE GARBANZOS CON CALLO
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR	PEZCADO SUDADO	HUEVO COCIDO	POLLO SUDADO CON PAPA	PASTAS CON CARNE MOLIDA	
CEREAL	90 GR	ARROZ AL PIMENTON	ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO		ARROZ CON FIDEOS
RAIZ , TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	PAPA EN PURÉ	YUCA CON HOGAO	PAPA COCIDA CON PEREJIL	TAJADAS DE PLATANO	PAPA SALADA
LEGUMINOSA	60 GR	*	FRIJOL ROJO	*	*	GARBANZOS EN LA SOPA
VERDURA	50 GR	VERDURA CALIENTE (HABICHUELA ZANAHORIA ARVEJA)	TAJADA DE AGUACATE	ZANAHORIA GUISADA	ENSALADA DE REMOLACHA	PEPINO COHOMBRO CON VINAGRETA
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

Ilmayé Sanabria A.
Dra. Ilmayé Sanabria A.
NUTRICIONISTA-DIETISTA
No. MND 01196
P.U.I.

Firma Nutricionista

FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT.900.687.336-2

CICLO DE MENÚS

SEMANA 4

		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**REFRIGERIO**				
BEBIDA	250CC	JUGO DE FRUTA EN AGUA	GELATINA	CHOCOLATE EN AGUA	YOGUR	AGUA DE PANELA EN LECHE
CEREAL	50 GR	MOGOLLA INTEGRAL	GALLETA DE SAL	PAN	GALLETAS DE LECHE	TOSTADAS
PROTEÍNA	30 - 50 GR			QUESO EN PORCION		
GRUPO DE ALIMENTO	**CANTIDAD**	**ALMUERZO**				
SOPA	200 CC	SOPA DE AVENA	MUTE	CREMA DE AHUYAMA	SOPA DE PASTAS	CREMA DE APIO
ALIMENTO PROTEICO	80 - 100 GR	ARROZ CON ATÚN Y VERDURAS		HIGADO ENCEBOLLADO	HUEVO	POLLO
CEREAL	90 GR		ARROZ BLANCO	ARROZ BLANCO	ARROZ VERDE	ARROZ BLANCO
RAIZ , TUBERCULO O PLATANO	50 - 70 GR	PAPA CON HOGAO	YUCA AL VAPOR	MADURO COCIDO	PAPA EN CUADROS	MONEDAS DE PLATANO
LEGUMINOSA	60 GR	*	*	*	FRIJOL BLANCO	*
VERDURA	50 GR	*	GUACAMOLE	ENSALADA CAMPESINA	PICO DE GALLO	ENSALADA RUSA
JUGO DE FRUTA DE COSECHA	240 CC	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

Ilmayé Sanabria A.
Dra. Ilmayé Sanabria A.
NUTRICIONISTA-DIETISTA
No. MND 01196
P.U.I.

Firma Nutricionista

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA SUMINISTRO DE INGESTAS

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.



















CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA ENTREGA DE ALIMENTACION ADULTOS MAYORES DISCAPACITADOS

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.







2. Orientación psicosocial prestada de manera preventiva a toda la población objeto, la cual persigue mitigar el efecto de las patologías de comportamiento que surgen en la tercera edad y los efectos a las que ellas conducen.

PROFESIONAL: DRA. VIVIANA YANETH LUNA GONZALEZ
Psicóloga
TP. 19973

INFORME DE ACTIVIDADES COGNITIVAS

.

Estas actividades se realizaron con los adultos mayores de la **Fundación semillas de Fe y Esperanza.** Con el objetivo de desarrollar actividades grupales, las cuales están orientadas al desarrollo cognitivo de cada adulto mayor de acuerdo a su ciclo de vida la vejez, donde se trabajaron temas como: **Se incorpora el desarrollo de estas actividades enfocadas en el conocimiento se comparte por medio de unión de círculos sin pisar líneas, actividad grupal de triki trake, manejo de atención juego concéntrese, coordinación y selección sostenida de impulsos, actividad de recuerda y actúa y elabora.**

La estimulación cognitiva mejorará la calidad de vida de los adultos mayores con demencia y propiciará el afrontamiento individual y familiar ante la enfermedad.

Las personas mayores tienen un riesgo elevado de padecer alguna enfermedad que repercuta en el estado de su cognición, y este riesgo aumenta cuando las condiciones ambientales son poco estimulantes, Psico-estimulación Cognitiva

como un proceso de mejoramiento en la calidad de vida de las personas a las cuales se les aplique procesos de estimulación de las funciones cognitivas: atención, memoria, comprensión, orientación temporal, espacial. Es necesario realizar intervenciones que aseguren una adecuada adaptación del adulto mayor a los cambios ambientales, suministrándole mecanismos para que adquieran estrategias compensatorias y le ayuden a mantener su competencia social.

OBJETIVO GENERAL

Permitir al adulto mayor la oportunidad de mejorar su salud mental a través de diferentes acciones, actividades enfocadas a la estimulación cognitiva que requieren como atención primaria para garantizar un bienestar estable.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Realizar actividades que favorezcan al buen uso de la memoria a corto y largo plazo enfocadas a atención.
- Lograr por medio de las diferentes acciones minimizar riesgo de enfermedades mentales en la adulta mayor
- Entrenamiento y ejecución de pensamiento, sentimiento y unión grupal realizando actividades que permitan el espacio de compartir saludablemente un pasamiento activo.

DESARROLLO DE ACTIVIDADES REALIZADAS.

El aumento de la esperanza de vida ha obligado al ser humano y, específicamente a los profesionales del área de la salud, a buscar nuevas formas de intervenir a nivel psicológico en favor de las personas de la tercera edad. “El aumento de la esperanza de vida supone un incremento de la demanda sanitaria en la población de edad avanzada, sobre todo en los casos de incapacidad y dependencia.

Complementa a otras capacidades como la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la velocidad, ayudándonos a que el cuerpo actúe de manera conjunta, se mueva de

manera más eficiente y mejore nuestra posición corporal y equilibrio en movimiento.

La coordinación facilita la realización de movimientos ordenados y dirigidos, incrementando las capacidades físicas básicas, ayudando a que el cuerpo actúe de manera conjunta, logrando la correcta ejecución técnica de un ejercicio o rutina,

Para este informe se utilizaron varias actividades que contribuyen a la estimulación cognitiva del adulto mayor.

- ✓ Espacio para ejercicios de distracción de figuras trazos sin pisar líneas y triki trake con la forma de ver y atraer la elaboración del juego con competencias de 2 grupos.
- ✓ Enfocar en el buen uso de la memoria a través de la elaboración de un juego concéntrese con cuadros de diferentes colores encontrando los colores correspondientes debajo de cada ficha.
- ✓ Elaboración de pirámides de números a través de la construcción del recuerdo de números plasmados en unas hojas en el cual debían recordar y elaborar en el orden al que corresponda el material entregado.

Orientación y atención: Ambas funciones son fundamentales para poder realizar y aplicar el resto de las funciones cognitivas, no obstante definir sus características específicas resulta ciertamente dificultoso. En casos de alteración de la atención aparece falta de persistencia, facilidad de distracción, gran vulnerabilidad a la interferencia y dificultad para inhibir respuestas inmediatas inapropiadas. En los casos de deterioro más avanzado de la capacidad atencional, aparece desorientación, generalmente primero temporal y luego espacial.

Las funciones cognitivas son todas las actividades mentales que realiza el ser humano al relacionarse con el ambiente que le rodea. Desde esta perspectiva, representan la esencia de la adaptación personal del individuo y de todo el proceso social debido a la capacidad que tiene el ser humano de desarrollar estrategias, planificar el futuro y evaluar sus consecuencias.

CONCLUSIONES

La importancia de la atención integral que está conformado por la atención físico-recreativa, terapéutica, socio-cultural, Psico-educativo brinda una función en cuanto a mejorar el estado fisiológico, psicológico, mental y espiritual de los adultos mayores lo cual permite mejorar la calidad de vida de ellos.

El ser humano es un ser integral que requiere de la estimulación necesaria para aumentar sus potencialidades y así disminuir las deficiencias que presente. Así, los adultos mayores requieren de estimulación, la cual le permita aumentar sus potencialidades y no permitir el avance de déficits (cognitivos, físicos u otros) que presenten.

En cualquier caso, el envejecimiento cognitivo no es un fenómeno homogéneo, dado que el comienzo de los posibles decrementos, la amplitud de los mismos y sus manifestaciones son muy diversas, el envejecimiento intelectivo de cada individuo es diferente, independientemente de que los decrementos se puedan producir en todos los sujetos. De allí la importancia de continuar fortaleciendo en la salud mental de todos los adultos mayores y poner en conocimiento de los familiares o acompañantes la importancia y el rol que cumplen estos como pieza fundamental de un envejecimiento activo.

Viviana Yaneth Luna G.

VIVIANA YANETH LUNA GONZALEZ

PSICOLOGA

T.P: 19973

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGÁFICA ATENCION PSICOSOCIAL, COGNITIVA Y PRODUCTIVA

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.



















CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

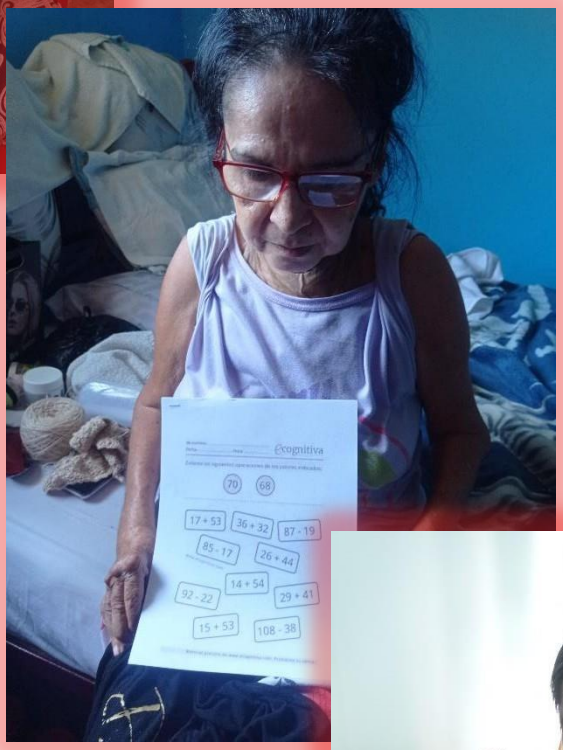
Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGÁFICA ATENCION PSICOSOCIAL, COGNITIVA Y PRODUCTIVA A ADULTOS MAYORES DISCAPACITADOS

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.


cognitiva
70
68
17 + 53
36 + 32
87 - 19
85 - 17
26 + 44
14 + 54
29 + 41
92 - 22
15 + 53
108 - 38


cognitiva
70
68
17 + 53
36 + 32
87 - 19
85 - 17
26 + 44
14 + 54
29 + 41
92 - 22
15 + 53
108 - 38



3. Atención primaria en salud, la cual abarca estilos de vida saludable de acuerdo con las características de los adultos mayores, prevención de enfermedades, detección oportuna de patologías y remisión de los servicios de salud cuando ello lo requiera.

ATENCIÓN EN SALUD

INFORME DE ENFERMERÍA

ÁREA: ENFERMERIA
PROFESIONAL: YESICA TATIANA CALA
Auxiliar de Enfermería

T.P.0583

OBJETIVOS DEL ÁREA

- ✓ Control diario de signos Vitales.
- ✓ Control y vigilancia de automedicación.
- ✓ Supervisar que cada adulto asista a sus controles médicos mensuales y administre sus medicamentos de manera correcta.
- ✓ Realización de pausas activas diarias.
- ✓ Educar sobre hábitos de vida saludable y diferentes temas de promoción y prevención de la salud.
- ✓ Apoyo en actividades diarias.
- ✓ Brindar atención domiciliaria a adultos mayores discapacitados inscritos en el programa.

DETALLE DE ACTIVIDADES

❖ TOMA DE TENSIÓN ARTERIAL

La medición de la presión arterial es fundamental en el cuidado de la salud, porque es indicador clave de la fuerza ejercida por la sangre sobre las paredes de las arterias y conocer sus valores puede ayudar a detectar y controlar enfermedades cardiovasculares.

La presión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de las arterias mientras el corazón late y se relaja. Se mide utilizando un instrumento llamado esfigmomanómetro, que consta de un manguito inflable y un manómetro.
Para medir la presión arterial, se envuelve el manguito alrededor del brazo generalmente a la altura del brazo. Luego, se infla el manguito para comprimir temporalmente la arteria y se libera gradualmente mientras se registra la presión detectando dos sonidos del pulso o las oscilaciones de presión y determinando dos valores importantes:

- **Presión arterial sistólica:** es el valor más alto y representa la presión en las arterias cuando el corazón se contrae y bombea sangre.

- **Presión arterial diastólica:** es el valor más bajo y representa la presión en las arterias cuando el corazón está en reposo entre los latidos.

Cabe resaltar que estos dos valores se expresan en milímetros de mercurio presión sistólica de 120 y una presión diastólica de 8(mmHg). Por ejemplo, una lectura de presión arterial de 120/80 mmHg indica una 0.
La medición regular de la presión arterial es fundamental para evaluar la salud cardiovascular y detectar posibles problemas como la hipertensión o la hipotensión. Siempre es recomendable consultar con un profesional de la salud para obtener una evaluación precisa y comprender cómo los valores de la presión arterial pueden afectar la salud en general.

¿Cuál es la diferencia entre presión arterial alta y baja?
La presión arterial alta y baja son condiciones que implican desequilibrios en la presión ejercida por la sangre en las arterias. Aunque ambas tienen implicaciones para la salud, presentan diferencias importantes:

Presión arterial alta (hipertensión): Se produce cuando la fuerza de la sangre contra las paredes arteriales es persistentemente elevada. Es un trastorno crónico y puede tener consecuencias graves si no se controla. Algunas de las causas más comunes incluyen el estilo de vida poco saludable, la genética y ciertas

enfermedades. Los síntomas de la hipertensión generalmente no son evidentes, lo que la convierte en una "asesina silenciosa". Sin embargo, a largo plazo, puede dañar los vasos sanguíneos, el corazón, los riñones y otros órganos. Un diagnóstico de hipertensión se realiza cuando la presión arterial sistólica es igual o superior a 130 mmHg y/o la presión arterial diastólica es igual o superior a 80 mmHg.

Presión arterial baja (hipotensión): Ocurre cuando la fuerza de la sangre contra las paredes arteriales es anormalmente baja. Puede ser causada por factores como la deshidratación, la pérdida de sangre, problemas cardíacos, enfermedades endocrinas o medicamentos. Los síntomas de la hipotensión pueden incluir mareos, debilidad, fatiga, desmayos y dificultad para concentrarse. En general, la hipotensión no es tan preocupante como la hipertensión, pero en algunos casos puede causar complicaciones y requerir tratamiento médico. Un diagnóstico de hipotensión se considera cuando la presión arterial sistólica es inferior a 90 mmHg y/o la presión arterial diastólica es inferior a 60 mmHg.
En resumen, la hipertensión implica una presión arterial persistentemente alta, mientras que la hipotensión se refiere a una presión arterial anormalmente baja. Ambas condiciones tienen implicaciones para la salud y es importante mantener un equilibrio adecuado en la presión arterial. Siempre es recomendable consultar a un profesional de la salud para obtener un diagnóstico preciso y recibir el tratamiento adecuado en caso de tener presión arterial alta o baja.

a fundación semillas de fe y esperanza realiza un control diario de la tensión arterial a 60 (sesenta) adultos mayores que se encuentran en el programa, con el fin de prevenir posibles complicaciones en la salud en ellos.

Cabe resaltar que se brinda atención domiciliaria a adultos mayores discapacitados.

De tal forma doy a conocer los nombres de las personas que presentaron HTA durante este periodo:

- RITA CANTILLO
- MARIA DE JESÙS LOPEZ
- ALVARO ARIZA
- ANGELICA LOPEZ POVEDA
- LUIS FRANCISCO ALBINO
- MARIA DE JESUS LOPEZ
- CARMEN ROSA SERRANO

- NUVIA VERA DE ARGUELLO

De igual manera doy a conocer los nombres con Hipotensión arterial:

- ROSALBA BERDUGO DE VEGA
- MARGARITA RODRIGUEZ
- SARA MARIA JIMENEZ

SE REALIZA SEGUIMIENTO A LAS PERSONAS ANTERIORMENTE NOMBRADAS, CON EL FIN DE DETECTAR COMPLICACIONES FUTURAS, SE EDUCA A ADULTOS MAYORES Y FAMILIARES A CERCA DE LAS COMPLICACIONES QUE PUEDE TENER LA HIPERTENSIÓN E HIPOTENSIÓN ARTERIAL Y SE RECOMIENDA LA VISITA A MÉDICO TRATANTE CON EL FIN DE DAR SOLUCIÓN A ESTA COMPLICACIÒN DE LA SALUD (DE SER NECESARIO SE REMITE AL SERVICIO DE URGENCIAS).

❖ PAUSAS ACTIVAS

Como ya hemos dicho, quienes realizan **trabajos estáticos** y **sedentarios**, son más propensos a sufrir **lesiones y enfermedades** relacionadas con la falta de ejercicio. Por eso, para evitarlo, es importante tomar algunos minutos cada día durante nuestra jornada para **ejercitar el cuerpo**.

Las **pausas activas** son breves descansos que se realizan durante la **jornada laboral** para ejercitar y mover la musculatura. Esto, no solo nos ayuda a coger energía y **prevenir el estrés**, también nos permite **reducir la fatiga** y a prevenir los **trastornos musculo esqueléticos**. ¡Todo son ventajas!

¿Quién debe realizar pausas activas?

Todos los que realizamos trabajos estáticos durante dos horas o más, deberíamos realizar **pausas activas**. En ellas pararemos unos instantes de realizar nuestro trabajo y tomaremos un par de minutos para nosotros mismos.

Beneficios de realizar pausas activas

Como hemos comentado, son muchos los beneficios que nos reporta parar un par de minutos durante nuestra **jornada** para realizar **descansos activos**. Entre todos podemos destacar:

- El primer beneficio y el más obvio es la **reducción de la tensión muscular**.
- Además, **disminuyen el estrés y la sensación de fatiga** que produce realizar trabajos estáticos durante periodos de tiempo prolongados.
- Mejoran, no solo la **atención y la concentración**, sino también la **creatividad** y la productividad ya que suponen una forma de liberar la mente del colapso cuando este nos afecta.
- Y, por supuesto, las pausas activas nos ayudan a **mejorar la postura** ya que relajamos la musculatura y liberamos la tensión acumulada por la postura mantenida.

Tipos de pausas activas

Existen diferentes tipos de descansos que pueden ayudarnos a reactivar durante unos minutos nuestro cuerpo y que, de esa forma, nos oxigenamos para seguir con mucha más energía.

Flexibilidad dinámica

Las **pausas activas** que constan de **estiramientos de flexibilidad dinámica** incluyen ejercicios que permiten **aumentar la temperatura de los músculos** y, así, favorecer que estos se estiren fácilmente eliminando la rigidez que nos genera permanecer en la misma posición durante mucho tiempo.

Estos deben realizarse de forma que se activen todos los músculos de una misma cadena, es decir, al realizar un **estiramiento de espalda**, es recomendable que este incluya también los músculos de las piernas, caderas, pies…

Activación muscular

Por su parte, las **pausas activas** relacionadas con la **activación muscular** buscan activar rápidamente los músculos a través de movimientos conscientes donde seamos nosotros mismos quienes regulemos la acción de cada uno de esos músculos.

Sí, a simple vista parece más sencillo desenredar una madeja de hilo que entender el párrafo anterior. Pero, en realidad, es más sencillo de lo que crees.

Cuando nuestros músculos comienzan a contraerse tras mucho tiempo en la misma posición, no somos conscientes de que esto está ocurriendo. Esto es justo lo que hace este tipo de pausas, gracias a esta práctica seremos capaces de **controlar los músculos** cuando comiencen a contraerse para evitar.

Podríamos decir que se trata de un tipo de descanso con beneficios a medio y largo plazo.

Movilidad articular

Y, por último, hablamos de **movilidad articular**. Incluimos en este grupo los movimientos que permitan realizar **movimientos de nuestras articulaciones más amplios** cuando vamos a llevar a cabo acciones de carga o descarga o flexiones de rodilla, espalda.

La fundación semillas de fe y esperanza procura mantener a los adultos mayores en constante movimiento mediante la realización de pausas activas diariamente cada 2-3 horas realizándose constantemente en una hora aproximada de las 10:00 am- 10:30 am con una duración de 5- 15 minutos de actividad física. También se fomenta el amor por el medio ambiente y la recreación dentro de la realización de pausas activas.



- **CHARLAS DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN**

Se proporciona a los adultos mayores charlas educativas sobre enfermedades con el fin de que aquellas personas conozcan su concepto, causas(de tal manera mejoran sus hábitos alimenticios), síntomas(así relacionan algunos quebrantos de salud que posiblemente los lleve a sospechar de tal enfermedad), tratamiento (con el fin de evitar la automedicación), y tratamiento que generalmente se recomienda cambiar de hábitos alimenticios, consumo de alimentos que beneficien

su salud y ejercicio físico sin dejar atrás las recomendaciones médicas y los medicamentos esenciales. Se presentan estas charlas educativas de una manera gráfica por medio de video vean y folletos con el fin de llamar la atención del público ya que los adultos mayores tienden a sentir somnolencia y muchas veces esta es la mejor manera para comprender el contenido de lo que se enseña; De igual manera se transmiten charlas sobre hábitos de vida saludables que ayudan a mejorar la calidad de vida dentro y fuera del centro vida. Durante este periodo se dictaron 4 charlas tituladas:

- **TRANSTORNOS DEL SUEÑO**
- **ENFERMEDAD DEL CHAGAS**
- **CEFALEA**
- **ESTILOS DE VIDA SALUDABLES**

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: CAPACITACION DE ENFERMERÍA TRANSTORNOS DEL SUEÑO

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.

TRANSTORNOS DEL SUEÑO



QUE SON?

- Son patrones de perturbación del sueño.



CUALES SON LOS TRANSTORNOS DEL SUEÑO

- INSOMNIO O APNEA



- HIPERINSOMNIO



CAUSAS











- Cambios en el reloj interno natural del cuerpo
- Insuficiencia cardíaca



- Ciertos medicamentos, hierbas, suplementos y drogas psicoactivas



- Depresión



- Falta de actividad



- Dolor



SÌNTOMAS

- Dificultad para conciliar el sueño
- Dificultad para notar la diferencia entre el día y la noche
- Despertar en la madrugada



- Despertar con frecuencia durante la noche

DIAGNÒSTICO

- Polisomnografía

destinados a conocer la estructura del sueño (insomnio, hipersomnia diurna, sueño fragmentado) y la presencia de fenómenos anormales, como pueden ser apneas (paradas de respiración), movimientos anormales, sonambulismo u otros.



CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: CAPACITACION DE ENFERMERIA ENFERMEDAD DEL CHAGAS

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.

Salud y Prevención:

Chagas.



QUÈ ES?

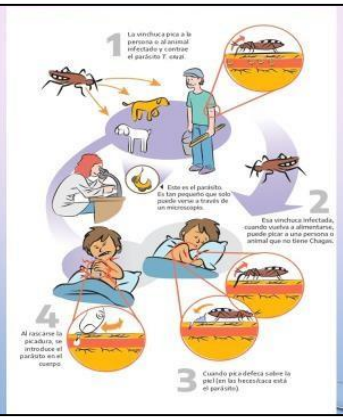
- ENFERMEDAD INFLAMATORIA E INFECCIOSA CAUSADA POR EL PARÁSITO TRYPANOSOMA CRUZI. SI NO SE TRATA, LA ENFERMEDAD DE CHAGAS PUEDE CAUSAR PROBLEMAS CARDÍACOS Y DIGESTIVOS GRAVES.



CAUSAS

- PICADURA DEL PITO
- POPO DEL INSECTO
- COMER ALIMENTOS SIN COCINAR CONTAMINADOS CON HECES DE INSECTOS INFECTADOS CON EL PARÁSITO
- NACER DE UNA PERSONA INFECTADA CON EL PARÁSITO
- RECIBIR UNA TRANSFUSIÓN DE SANGRE O UN TRASPLANTE DE ÓRGANO





DONDE VIVE EL PITO?

- EN CHOZAS DE BARRO, PAJA O ADOBE.
- SE OCULTAN EN GRIETAS EN LAS PAREDES O EN EL TECHO DURANTE EL DÍA Y SALEN POR LA NOCHE, GENERALMENTE PARA ALIMENTARSE DE LAS PERSONAS QUE ESTÁN DURMIENDO.
- DEBAJO D LAS CAMAS.
- ALMACENAMIENTO DE BASURA.
- LEÑA.
- DETRÁS DE CUADROS.
- CAJAS DE CARTON.
- CORRALES.





SÌNTOMAS

- HINCHAZÓN EN EL SITIO DE LA INFECCIÓN



FIEBRE



FATIGA



- ERUPCIÓN



- DOLORES DEL CUERPO



- HINCHAZÓN DE LOS PÁRPADOS



- DOLOR DE CABEZA
- PÉRDIDA DEL APETITO
- NÁUSEAS, DIARREA O VÓMITOS
- GANGLIOS INFLAMADOS



- AGRANDAMIENTO DEL HÍGADO O DEL BAZO

FASE CRÒNICA

10 A 20 AÑOS DESPUÉS

- LATIDOS IRREGULARES DEL CORAZÓN
- INSUFICIENCIA CARDÍACA
- PARO CARDÍACO REPENTINO
- DIFICULTAD PARA TRAGAR
- DOLOR ESTOMACAL O ESTREÑIMIENTO



CUÀNDO CONSULTAR AL MÈDICO?

CONSULTA CON TU MÉDICO SI VIVES ZONA DONDE LA ENFERMEDAD DE CHAGAS ESTÁ MUY EXTENDIDA, A VIAJASTE A UNA DE ESTAS ZONAS, Y TIENES SIGNOS Y SÍNTOMAS DE LA AFECCIÓN.



COMPLICACIONES

INSUFICIENCIA CARDÍACA. LA INSUFICIENCIA CARDÍACA SE PRODUCE CUANDO EL CORAZÓN SE VUELVE TAN DÉBIL O RÍGIDO QUE NO PUEDE BOMBEAR SUFICIENTE SANGRE PARA SATISFACER LAS NECESIDADES DEL CUERPO.



AGRANDAMIENTO DEL ESÓFAGO (MEGAESÓFAGO). ESTA ENFERMEDAD POCO FRECUENTE SE DEBE AL ENSANCHAMIENTO ANORMAL (DILATACIÓN) DEL ESÓFAGO. ESTO PUEDE GENERAR DIFICULTAD PARA TRAGAR Y DIGERIR.



AGRANDAMIENTO DEL COLON (MEGACOLON). EL MEGACOLON SE PRODUCE CUANDO EL COLON SE DILATA MÁS DE LO NORMAL, LO QUE CAUSA DOLOR DE ESTÓMAGO, HINCHAZÓN Y MUCHO ESTREÑIMIENTO.



TRATAMIENTO

ELIMINACIÓN DEL PARÁSITO Y EN EL CONTROL DE LOS SIGNOS Y SÍNTOMAS.



PREVENCIÒN

- MANTENER LA CASA LIMPIA Y ORDENADA.
- TAPAR GRIEYAS EN PISOS Y PAREDES.
- ALEJAR CORRALES DE LA VIVIENDA.
- NO ARRUMAR LEÑA O DESECHOS CONTRA LA PARED.
- LAVAR LOS ALIMENTOS ANTES DE CONSUMIRLOS.
- HERVIR EL AGUA DE CONSUMO.
- LAVAR LOS ELEMENTOS DE COCINA.
- USA INSECTICIDAS
- USA REPELENTE DE INSECTOS SOBRE LA PIEL EXPUESTA.
- USAR MOSQUITERO

- **COMPLICACIONES CARDÍACAS** EL TRATAMIENTO PUEDE COMPRENDER MEDICAMENTOS, UN MARCAPASOS U OTROS DISPOSITIVOS PARA CONTROLAR EL RITMO CARDÍACO, UNA CIRUGÍA O INCLUSO UN TRASPLANTE CARDÍACO.



- **COMPLICACIONES DIGESTIVAS** EL TRATAMIENTO PUEDE CONSISTIR EN CAMBIOS EN LA DIETA, MEDICAMENTOS, CORTICOSTEROIDES O, EN CASOS GRAVES, CIRUGÍA.



PREVENCIÒN

- MANTENER LA CASA LIMPIA Y ORDENADA.
- TAPAR GRIEYAS EN PISOS Y PAREDES.
- ALEJAR CORRALES DE LA VIVIENDA.
- NO ARRUMAR LEÑA O DESECHOS CONTRA LA PARED.
- LAVAR LOS ALIMENTOS ANTES DE CONSUMIRLOS.
- HERVIR EL AGUA DE CONSUMO.
- LAVAR LOS ELEMENTOS DE COCINA.
- USA INSECTICIDAS
- USA REPELENTE DE INSECTOS SOBRE LA PIEL EXPUESTA.
- USAR MOSQUITERO

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: CAPACITACION DE ENFERMERIA

CEFALEA

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

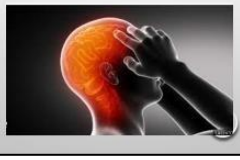
Socorro, 28 de diciembre de 2023.

CEFALEA



QUE ES ?

- CUANDO NOS REFERIMOS A CEFALEA HABLAMOS DE **CUALQUIER DOLOR QUE SE PRODUZCA EN EL CRÁNEO.**
- NO ES FRECUENTE QUE REFLEJEN UN PROBLEMA GRAVE DE SALUD.
- LAS PARTES AFECTADAS, EN REALIDAD, CORRESPONDEN A LAS ESTRUCTURAS EXTERNAS DEL CEREBRO.



CAUSAS

- **MENSTRUACIÓN**
- **EL ESTRÉS**
- **LA FALTA DE SUEÑO**
- **ALGUNOS ALIMENTOS**
- **HERENCIA**
- **EDAD: DESARROLLO Y MENOPAUSIA**







- **ALCOHOL**
- **CAMBIOS HORMONALES**
- **CAMBIOS CLIMATICOS**
- **TRANSTORNOS DEL SUEÑO**
- **ABUSO DE CAFEÌNA**
- **OBESIDAD**









SÌNTOMAS

- EL **DOLOR PUEDE LOCALIZARSE EN UNA PARTE DE LA CABEZA O PUEDE AFECTAR A TODA LA CABEZA**
- **INTENSIDAD** DEL DOLOR SUELE SER MODERADA O SEVERA, Y CON CIERTA FRECUENCIA **PUEDE SER INCAPACITANTE** PARA EL PACIENTE, **OBLIGÁNDOLE A ACOSTARSE Y SUSPENDER TODA SU ACTIVIDAD.** LA **FRECUENCIA** DE LOS EPISODIOS ES VARIABLE, OSCILANDO ENTRE UNO Y CUATRO O CINCO AL MES. LA **DURACIÓN** DE UNA CRISIS DE MIGRAÑA **GENERALMENTE NO SOBREPASA LAS 24 HORAS, AUNQUE PUEDEN SER MUY BREVES (TRES O CUATRO HORAS) O MUY LARGAS (HASTA TRES DÍAS).**



OTROS SINTOMAS



- EDEMA PALPEBRAL: PÁRPADOS MÁS CERRADOS.
- ESPASMOS FACIALES.
- PÁRPADOS CAÍDOS.
- ANISOCORIA: DIFERENCIAS ENTRE LA DILATACIÓN DE LAS PUPILAS.
- LAGRIMEO.
- ENROJECIMIENTO DE OJOS.
- VÉRTIGO.
- NÁUSEAS Y VÓMITOS.



CUANDO CONSULTAR AL MÈDICO

- ALTERACIONES EN LA VISIÓN: (MANCHAS NEGRAS, LUCES BRILLANTES, DISTORSIÓN VISUAL, VISIÓN DOBLE, ETCÉTERA).
- SENSACIÓN DE HORMIGUEO EN BRAZOS Y PIERNAS.
- ERUPCIONES CUTÁNEAS.
- MAREO E INESTABILIDAD AL PONERSE EN PIE.
- CAÍDA DE PÁRPADOS O CAMBIOS EN EL TAMAÑO DE LA PUPILA.
- RIGIDEZ EN LA NUCA.
- FIEBRE.

PREVENCIÒN

- "CUANDO LA **CEFALEA ES FRECUENTE O INCAPACITANTE**, SE DEBERÍA UTILIZAR UN **TRATAMIENTO PREVENTIVO**".



- HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE
- **"IDENTIFICAR LOS DESENCADENANTES DEL DOLOR** Y TRATAR DE LLEVAR UNA **VIDA LO MÁS REGULAR POSIBLE**
- TRATAR DE LLEVAR UNA **VIDA ORDENADA.**
- REALIZAR **EJERCICIO FÍSICO DE MANERA HABITUAL.**
- TENER UNOS **HÁBITOS DE ALIMENTACIÓN SALUDABLES,** RESPETANDO LOS HORARIOS DE LA COMIDAS Y NO SALTÁNDOSE NINGUNA.



TRATAMIENTO



- ANALGESICOS Y ANTIIFLAMATORIOS
- CUANDO SE PADECEN MIGRAÑAS FRECUENTES O INCAPACITANTES SE PUEDEN INICIAR TRATAMIENTOS PREVENTIVOS COMO LOS **BETABLOQUEANTES** Y **ANTIDEPRESIVOS** Y ALGUNOS TIPOS DE ANTIEPILÉPTICOS.
- LAS TÉCNICAS DE RELAJACIÓN
- LLEVAR UNA DIETA EQUILIBRADA
- **HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES**: MANTENER UN HORARIO DE SUEÑO REGULAR, HACER EJERCICIO O EVITAR EL TABACO Y EL ALCOHOL

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: CAPACITACION DE ENFERMERÍA ESTILOS DE VIDA SALUDABLES (VIDEO EDUCATIVO)

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.

ALIMENTACION SALUDABLE





EJERCICIO FISICO Y MENTAL





DORMIR MEJOR

CUIDADO DE LA PIEL





CONCLUSIONES DE ENFERMERÍA

- Los adultos mayores utilizaron prácticas de autocuidado diariamente.
- Se llevó a cabo el control diario de signos vitales.
- Cada adulto mayor asiste a sus controles médicos mensuales puntualmente, además de la correcta ingesta de medicamentos el cual se evidencia en su estado de salud.
- Se brindó educación sobre inquietudes de los adultos mayores mediante charlas educativas.
- Se mantuvo el grupo de 60 adultos mayores en constante actividad física.
- Se brindó apoyo en actividades diarias.
- Se realizó acompañamiento domiciliario a adultos mayores discapacitados inscritos.
- Se evidencian buenas prácticas de autocuidado.
- Adultos mayores más saludables y motivados.
- Modificaciones de medicamentos en adultos mayores con hipo e hipertensión arterial con resultados satisfactorios.



YESICA TATIANA CALA
Auxiliar de enfermería
Resol. 0583

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: FOTOGRAFÍAS ATENCIÓN EN ENFERMERÍA

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.

ATENCIÓN DE ENFERMERÍA -TOMA DE TENSIÓN ARTERIAL



















ATENCIÓN DE ENFERMERÍA –CHARLAS EDUCATIVAS





CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: REGISTRO TOMA DE TENSIÓN ARTERIAL

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL- PERIODO DEL 04 DE DICIEMBRE E A 28 DE DICIEMBRE DE 2023

		FECHA	04 DE DICIEMBRE			05 DE DICIEMBRE			06 DE DICIEMBRE			07 DE DICIEMBRE			09 DE DICIEMBRE		
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
1	AGON GILMA	28.418.949	130/85	67	21	130/70	68	18	127/70	67	20	135/70	70	20	130/80	67	20
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	115/70	69	18	140/80	70	20	145/70	70	21	155/75	68	21	140/70	70	21
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	130/80	67	18	120/65	67	17	115/70	69	20	125/75	69	20	120/70	69	20
4	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	120/70	67	18	130/80	69	20	125/65	70	21	115/70	69	21	115/70	70	21
5	ARIZA ARIZA ALVARO	5.772.770	130/80	67	18	140/75	69	19	125/75	68	18	150/67	69	19	135/85	68	18
6	AROCA GONZALO	7.455.052	100/65	69	19	90/55	68	18	80/55	69	19	100/60	67	18	115/75	69	19
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	115/70	68	19	120/80	67	18	120/70	69	20	125/75	68	18	110/70	69	20
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	120/80	70	20	135/75	70	19	125/70	69	21	120/80	69	19	125/75	69	21
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	130/70	68	18	120/70	68	20	120/80	67	18	120/80	67	19	110/70	67	18
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	90/55	68	19	90/50	69	21	80/50	67	19	100/60	67	19	100/55	67	19
11	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	120/80	68	20	120/75	69	18	135/75	68	20	120/65	69	18	120/60	68	20
12	CANTILLO DE PEÑALOZA RITA	36.539.826	145/75	68	20	155/70	69	19	145/75	68	18	125/75	70	18	145/80	68	18
13	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	120/75	70	19	120/80	69	18	120/75	69	19	120/80	68	18	120/70	69	19
14	CASTRO FILOMENA	28.424.169	100/60	69	19	100/60	70	18	100/65	68	17	130/70	67	20	100/65	68	17
15	CEDIEL PEREZ FANNY CECILIA	37,941,573	125/75	69	21	120/70	68	18	120/70	67	19	115/70	69	21	130/80	67	19
16	CHAPARRO ANGELA	28.330.686	120/80	67	18	120/65	69	19	125/75	67	19	120/80	69	21	135/75	67	19
17	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	120/70	67	19	130/70	68	19	130/75	70	20	120/80	68	20	120/70	70	20
18	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	125/75	68	20	125/75	68	19	135/70	70	18	135/75	68	19	125/70	70	18
19	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	115/75	67	18	120/80	69	19	120/70	68	19	120/60	68	19	120/80	68	19
20	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	120/65	69	20	120/70	70	20	100/65	69	19	120/80	69	20	100/65	69	19

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL- PERIODO DEL 04 DE DICIEMBRE E A 28 DE DICIEMBRE DE 2023

		FECHA	04 DE DICIEMBRE			05 DE DICIEMBRE			06 DE DICIEMBRE			07 DE DICIEMBRE			09 DE DICIEMBRE		
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**
21	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	130/80	68	20	120/70	68	18	115/65	70	20	120/80	68	18	135/75	70	16
22	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	100/60	70	19	100/65	68	18	100/60	69	20	130/65	69	19	130/85	68	18
23	FONCE TORRES PASCUAL	5.656.552	120/70	70	18	120/70	69	20	120/70	69	18	120/80	69	19	130/80	69	18
24	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	120/85	68	18	120/80	69	19	110/60	68	18	100/70	70	20	100/60	67	19
25	HERNANDEZ DELGADILLO FANNY	28,428,216	100/70	68	18	120/70	69	21	110/70	67	19	100/65	68	21	100/65	68	19
26	JIMENEZ GUAITERO SARA MARIA	28.172.590	90/50	68	17	80/50	68	18	90/60	68	19	90/55	70	18	100/60	68	18
27	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	135/80	69	18	120/80	70	18	120/80	67	19	110/80	69	20	135/70	69	20
28	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	100/70	69	18	140/70	68	18	135/70	72	18	140/80	69	12	120/70	68	18
29	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	100/60	69	18	100/60	70	18	120/70	68	20	120/70	66	18	120/70	68	18
30	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	120/70	68	18	120/80	68	19	120/80	72	18	120/80	67	20	130/75	68	20
31	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	100/65	67	19	120/70	69	19	120/75	68	17	135/70	69	21	140/80	67	21
32	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	120/70	67	19	100/80	69	18	100/75	69	19	120/70	66	18	120/80	70	18
33	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	120/75	70	19	130/80	69	18	125/75	69	18	120/70	68	20	110/80	68	18
34	MONSALVE PICO JESUS	2.169.706	120/75	70	20	110/70	70	18	110/70	69	17	120/70	66	20	120/70	67	18
35	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	130/80	68	21	130/70	74	17	110/60	67	18	130/70	70	18	100/65	67	19
36	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	100/70	68	18	120/75	68	19	120/70	67	18	130/80	68	19	100/60	69	19
37	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	120/70	68	20	120/70	68	19	120/80	67	18	130/80	69	19	110/70	67	20
38	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	120/70	69	18	120/70	69	19	110/65	68	18	120/70	69	19	100/60	69	21
39	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	120/75	67	18	130/75	68	18	110/70	68	18	120/80	70	16	130/70	68	20
40	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	100/65	69	19	125/70	67	17	100/60	67	18	120/70	68	17	135/70	67	18



CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL- PERIODO DEL 04 DE DICIEMBRE E A 28 DE DICIEMBRE DE 2023

			04 DE DICIEMBRE			05 DE DICIEMBRE			06 DE DICIEMBRE			07 DE DICIEMBRE			09 DE DICIEMBRE		
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**
41	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	120/70	68	19	120/70	70	21	130/87	70	22	120/70	67	19	130/70	67	22
42	RIBERO GRACIELA	28.424.455	120/80	67	19	120/80	68	118	110/70	68	21	120/80	68	22	115/75	68	19
43	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	100/60	67	17	100/55	68	19	100/60	68	19	95/55	69	18	100/60	67	22
44	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	120/70	67	19	120/80	70	20	120/80	69	19	100/60	68	19	120/70	67	18
45	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	120/70	67	21	120/70	67	19	120/80	68	19	120/65	68	22	110/70	68	21
46	RODRIGUEZ DE FLOREZ LEONOR	28.421.185	100/65	67	19	120/60	68	22	115/75	67	19	100/70	67	18	125/75	67	18
47	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	80/60	67	22	100/55	68	19	100/65	67	22	100/60	67	19	90/55	68	20
48	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	120/70	68	20	120/70	67	19	120/80	68	20	120/75	68	19	125/70	67	21
49	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	120/65	67	19	125/75	70	18	120/60	68	17	125/75	67	20	120/80	68	21
50	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	100/65	69	20	115/60	67	18	125/75	67	20	110/70	68	20	100/60	67	18
51	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	125/70	67	18	135/75	68	19	137/85	68	18	133/80	67	18	125/76	67	18
52	SANABRIA JOSE EDGAR	91.000.258	100/60	70	21	135/75	67	19	130/80	68	19	128/75	68	20	130/70	68	20
53	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	140/70	67	19	150/85	70	18	135/70	68	17	142/70	67	20	125/80	68	21
54	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	100/65	69	20	100/60	67	18	115/60	67	20	120/65	68	20	100/60	67	18
55	SOLANO DIAZ LILIA VENANCIA	28.422.661	120/70	67	18	125/75	68	19	120/80	68	18	120/60	67	18	125/65	67	18
56	SUAREZ DE MARTINEZ ANA VICTORIA	37,240,145	120/80	67	19	115/70	70	20	120/70	69	19	125/65	68	19	130/80	67	18
57	TASCO RONDON MARIA ELISA	28.133.942	100/65	67	21	110/70	67	19	115/75	68	19	125/70	68	22	100/60	68	21
58	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	100/60	67	19	100/65	68	22	115/65	67	19	110/65	67	18	100/62	67	18
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	120/60	67	22	115/76	68	19	112/70	67	22	120/70	67	19	120/80	68	20
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	145/80	68	20	120/70	67	19	100/65	68	20	115/70	68	19	120/60	67	21

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL- PERIODO DEL 04 DE DICIEMBRE E A 28 DE DICIEMBRE DE 2023

		FECHA	11 DE DICIEMBRE			12 DE DICIEMBRE			13 DE DICIEMBRE			14 DE DICIEMBRE			15 DE DICIEMBRE		
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
1	AGON GILMA	28.418.949	120/80	69	21	125/70	68	18	130/80	67	19	110/70	69	19	125/75	68	20
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	125/70	69	20	130/80	68	18	155/70	67	19	140/80	67	17	160/70	70	18
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	120/80	68	20	125/70	68	21	100/75	67	21	135/85	67	18	110/70	68	18
4	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	120/70	67	19	125/70	67	18	120/70	69	18	115/70	67	18	120/80	69	18
5	ARIZA ARIZA ALVARO	5.772.770	125/75	67	16	135/80	69	19	140/80	69	20	155/70	69	19	120/70	69	20
6	AROCA GONZALO	7.455.052	100/65	67	17	120/80	66	19	115/70	69	21	125/75	66	19	130/80	69	21
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	120/75	70	21	135/75	67	19	125/70	69	18	110/65	67	19	120/80	69	18
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	100/60	68	20	125/75	67	18	100/60	70	21	120/80	67	18	125/70	70	21
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	120/65	69	18	120/80	68	20	130/75	70	18	115/75	68	20	120/80	70	18
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	120/80	67	19	125/70	70	18	120/75	68	18	115/80	70	18	120/75	68	18
11	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	100/60	69	19	100/60	68	20	90/55	69	19	80/60	68	20	80/60	69	19
12	CANTILLO DE PEÑALOZA RITA	36.539.826	120/70	69	16	100/60	66	21	115/75	69	19	115/60	66	21	100/60	69	19
13	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	120/70	70	17	110/70	70	20	100/65	69	18	120/80	70	20	100/65	69	18
14	CASTRO FILOMENA	28.424.169	140/80	68	18	135/70	67	18	160/70	69	18	130/80	67	18	145/85	69	18
15	CEDIEL PEREZ FANNY CECILIA	37,941,573	120/80	69	18	135/75	68	19	130/70	68	20	125/75	68	19	120/80	68	20
16	CHAPARRO ANGELA	28.330.686	100/65	68	19	115/75	68	19	90/55	68	18	100/60	68	19	80/50	68	18
17	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	100/60	69	20	90/55	68	20	100/55	70	18	90/60	68	20	100/60	70	18
18	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	120/70	70	21	100/65	69	18	120/70	69	20	130/80	69	18	120/80	69	20
19	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	100/65	68	18	120/70	69	19	120/80	70	18	125/63	69	19	135/72	70	18
20	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	100/60	69	16	110/60	67	20	115/72	68	20	100/65	67	20	100/60	68	20

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL- PERIODO DEL 04 DE DICIEMBRE E A 28 DE DICIEMBRE DE 2023

		FECHA	11 DE DICIEMBRE			12 DE DICIEMBRE			13 DE DICIEMBRE			14 DE DICIEMBRE			15 DE DICIEMBRE		
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**
21	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	140/70	68	17	120/80	68	18	135/75	70	16	130/70	68	20	140/80	68	17
22	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	135/70	67	18	130/65	69	19	130/85	68	18	120/70	69	20	135/70	67	18
23	FONCE TORRES PASCUAL	5.656.552	120/80	69	18	120/80	69	19	130/80	69	18	110/70	69	18	120/80	69	18
24	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	100/70	66	18	100/70	70	20	100/60	67	19	100/60	70	19	100/70	66	18
25	HERNANDEZ DELGADILLO FANNY	28,428,216	100/60	70	20	100/65	68	21	100/65	68	19	100/70	68	22	110/70	70	20
26	JIMENEZ GUAITERO SARA MARIA	28.172.590	110/70	68	21	120/80	70	18	110/70	68	18	110/70	69	20	110/70	68	21
27	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	120/80	69	20	110/80	69	20	135/70	69	20	110/65	68	21	120/80	69	20
28	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	130/80	69	18	140/80	69	12	120/70	68	18	145/70	68	18	130/80	69	18
29	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	120/70	67	18	120/70	66	18	120/70	68	18	120/65	67	18	120/70	67	18
30	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	120/70	67	19	120/80	67	20	130/75	68	20	130/80	67	8	120/70	67	19
31	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	150/70	67	20	135/70	69	21	140/80	67	21	135/70	70	18	130/80	67	20
32	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	130/70	69	16	120/70	66	18	120/80	70	18	100/70	68	19	130/70	69	16
33	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	110/70	69	20	120/70	68	20	110/80	68	18	120/70	69	19	110/70	69	20
34	MONSALVE PICO JESUS	2.169.706	120/80	68	18	120/70	66	20	120/70	67	18	100/75	68	18	120/80	68	18
35	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	130/80	67	18	130/70	70	18	100/65	67	19	130/80	69	20	130/80	67	18
36	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	120/80	70	20	130/80	68	19	100/60	69	19	110/70	69	17	120/80	70	20
37	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	120/80	70	18	130/80	69	19	110/70	67	20	120/80	71	20	120/80	70	18
38	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	100/70	68	12	120/70	69	19	100/60	69	21	120/70	68	18	100/70	68	12
39	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	120/80	69	18	120/80	70	16	130/70	68	20	130/70	69	16	120/80	69	18
40	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	120/70	69	20	120/70	68	17	135/70	67	18	120/80	69	20	120/60	69	20

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL- PERIODO DEL 04 DE DICIEMBRE E A 28 DE DICIEMBRE DE 2023

		FECHA	11 DE DICIEMBRE			12 DE DICIEMBRE			13 DE DICIEMBRE			14 DE DICIEMBRE			15 DE DICIEMBRE		
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
41	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	130/80	68	20	120/70	68	18	115/65	70	20	120/70	68	19	100/65	70	18
42	RIBERO GRACIELA	28.424.455	100/60	70	19	100/65	68	18	100/60	69	20	115/70	68	21	100/60	68	18
43	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	120/70	70	18	120/70	69	20	120/70	69	18	110/65	69	18	120/80	68	18
44	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	120/85	68	18	120/80	69	19	110/60	68	18	120/70	68	18	110/70	68	19
45	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	100/70	68	18	120/70	69	21	110/70	67	19	120/70	68	18	120/70	69	19
46	RODRIGUEZ DE FLOREZ LEONOR	28.421.185	110/60	68	17	100/60	68	18	90/60	68	19	100/55	67	19	90/55	68	19
47	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	135/80	69	18	120/80	70	18	120/80	67	19	100/65	67	18	110/70	68	17
48	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	100/70	69	18	100/60	68	18	100/70	72	18	130/80	68	18	120/70	70	18
49	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	100/60	69	18	100/60	70	18	120/70	68	20	120/75	68	17	120/75	70	17
50	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	120/70	68	18	120/80	68	19	120/80	72	18	120/70	67	18	130/65	68	17
51	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	100/65	67	19	120/70	69	19	120/75	68	17	120/75	70	19	120/70	70	20
52	SANABRIA JOSE EDGAR	91.000.258	120/70	67	19	100/80	69	18	100/75	69	19	110/65	68	21	120/75	68	18
53	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	120/75	70	19	130/80	69	18	125/75	69	18	130/70	69	18	130/75	68	18
54	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	120/75	70	20	110/70	70	18	110/70	69	17	100/60	69	18	120/70	69	19
55	SOLANO DIAZ LILIA VENANCIA	28.422.661	130/80	68	21	130/70	74	17	110/60	67	18	130/70	70	20	110/80	67	18
56	SUAREZ DE MARTINEZ ANA VICTORIA	37,240,145	100/70	68	18	120/75	68	19	120/70	67	18	120/80	67	18	100/65	67	20
57	TASCO RONDON MARIA ELISA	28.133.942	120/70	68	20	120/70	68	19	120/80	67	18	120/65	68	17	120/70	69	21
58	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	120/70	69	18	120/70	69	19	110/65	68	18	110/65	71	18	130/65	68	18
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	120/75	67	18	130/75	68	18	110/70	68	18	110/70	68	18	120/70	68	18
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	150/80	69	19	135/80	67	17	135/80	67	18	140/85	69	19	160/85	68	19

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL- PERIODO DEL 04 DE DICIEMBRE E A 28 DE DICIEMBRE DE 2023

		FECHA	16 DE DICIEMBRE			18 DE DICIEMBRE			19 DE DICIEMBRE			20 DE DICIEMBRE			21 DE DICIEMBRE		
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
1	AGON GILMA	28.418.949	120/70	68	18	120/80	70	19	115/70	68	20	130/70	68	17	115/75	69	20
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	145/80	69	20	150/70	72	20	145/70	68	21	135/70	67	18	120/75	70	18
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	120/80	68	18	120/80	68	18	145/75	69	18	150/75	69	18	135/70	70	19
4	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	120/70	69	18	120/75	69	19	115/65	70	18	100/70	66	18	120/65	70	21
5	ARIZA ARIZA ALVARO	5.772.770	145/70	68	18	120/80	68	20	145/75	68	20	100/60	70	20	135/75	68	19
6	AROCA GONZALO	7.455.052	120/65	67	20	115/70	70	21	120/80	69	18	110/70	68	21	120/70	67	19
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	120/80	67	21	120/80	68	20	120/75	70	18	120/80	69	20	120/70	69	18
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	100/65	72	20	115/65	70	18	125/70	71	21	130/80	69	18	110/60	68	18
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	100/65	70	18	120/70	69	20	125/75	71	18	120/70	67	18	110/70	67	19
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	120/80	68	18	115/75	68	20	135/80	69	19	120/70	67	19	90/60	68	19
11	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	90/55	69	19	80/50	67	21	70/50	68	19	100/65	67	20	120/80	67	19
12	CANTILLO DE PEÑALOZA RITA	36.539.826	120/80	73	19	125/70	72	18	120/80	69	19	130/70	69	16	100/70	72	18
13	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	115/70	68	21	120/80	68	19	120/75	68	21	110/70	69	20	120/70	68	20
14	CASTRO FILOMENA	28.424.169	145/80	69	18	137/80	68	18	150/70	68	18	120/80	68	18	120/80	72	18
15	CEDIEL PEREZ FANNY CECILIA	37,941,573	120/80	69	18	125/75	69	20	120/80	70	21	130/80	67	18	120/75	68	17
16	CHAPARRO ANGELA	28.330.686	100/55	72	21	100/60	67	21	95/60	70	110/65	110/70	70	20	100/75	69	19
17	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	120/70	69	18	115/70	72	19	120/80	69	120/8	120/80	70	18	125/75	69	18
18	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	110/70	69	18	110/60	71	18	110/70	69	20	100/70	68	12	110/70	69	17
19	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	100/60	69	19	110/70	68	17	120/65	67	18	120/80	69	18	110/60	67	18
20	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	140/70	67	19	120/80	68	21	130/80	67	18	120/70	69	20	120/70	67	18

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL- PERIODO DEL 04 DE DICIEMBRE E A 28 DE DICIEMBRE DE 2023

			16 DE DICIEMBRE			18 DE DICIEMBRE			19 DE DICIEMBRE			20 DE DICIEMBRE			21 DE DICIEMBRE		
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**
21	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	120/80	70	18	110/70	68	18	120/70	70	19	130/70	67	19	125/80	69	19
22	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	120/70	68	19	120/75	69	19	115/70	68	18	120/80	67	19	110/70	67	17
23	FONCE TORRES PASCUAL	5.656.552	120/75	69	17	125/70	69	19	120/80	69	18	120/70	67	21	100/65	67	18
24	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	130/75	69	18	115/75	67	18	140/70	69	19	130/70	69	18	125/65	67	18
25	HERNANDEZ DELGADILLO FANNY	28,428,216	120/70	68	19	110/65	67	22	120/80	67	20	125/70	69	20	120/80	69	19
26	JIMENEZ GUAITERO SARA MARIA	28.172.590	120/70	68	19	120/70	70	17	115/70	67	21	125/75	69	21	120/70	66	19
27	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	120/70	66	17	120/70	71	19	115/70	68	20	120/80	69	18	125/70	67	19
28	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	130/70	67	18	140/80	70	18	145/70	68	18	140/70	70	21	160/80	67	18
29	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	120/65	68	19	140/70	68	16	140/80	67	18	140/85	70	18	148/75	68	20
30	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	120/80	67	19	130/70	68	20	110/70	66	17	140/80	68	18	125/75	70	18
31	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	100/70	67	20	120/70	70	21	125/70	67	18	120/70	69	19	125/75	68	20
32	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	120/80	67	21	120/65	70	17	120/60	67	20	130/75	69	19	125/70	66	21
33	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	110/70	71	18	115/75	69	20	120/60	68	21	125/75	69	18	130/80	70	20
34	MONSALVE PICO JESUS	2.169.706	120/70	69	18	120/70	69	22	110/70	69	18	120/70	69	18	115/70	67	18
35	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	120/70	68	19	115/70	68	21	125/65	68	20	115/70	68	20	125/65	68	19
36	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	120/65	70	18	115/70	68	20	120/70	70	21	140/70	68	18	135/65	68	19
37	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	120/65	68	18	120/70	67	18	120/70	67	18	120/65	70	18	165/70	68	20
38	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	120/70	69	20	110/70	67	19	120/65	70	19	120/80	69	20	120/75	69	18
39	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	120/70	69	21	120/80	68	19	135/70	68	18	120/75	70	18	120/65	69	19
40	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	120/70	67	20	115/75	70	20	125/70	69	19	125/75	68	20	120/70	67	20

CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL- PERIODO DEL 04 DE DICIEMBRE E A 28 DE DICIEMBRE DE 2023

			16 DE DICIEMBRE			18 DE DICIEMBRE			19 DE DICIEMBRE			20 DE DICIEMBRE			21 DE DICIEMBRE		
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**
41	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	120/70	70	16	15/75	68	20	120/70	68	17	125/75	67	18	100/65	68	20
42	RIBERO GRACIELA	28.424.455	120/70	68	18	115/70	69	20	100/65	67	18	100/65	68	20	105/60	68	21
43	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	120/70	69	18	120/75	69	18	100/65	69	18	115/70	69	21	120/70	68	20
44	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	120/75	67	19	115/70	70	19	120/70	66	18	115/75	69	20	125/65	68	18
45	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	100/75	68	19	115/85	68	22	125/76	70	20	135/75	69	18	120/80	68	20
46	RODRIGUEZ DE FLOREZ LEONOR	28.421.185	120/72	68	18	100/65	69	20	95/55	68	21	125/75	67	18	120/70	68	19
47	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	120/80	69	20	115/70	68	21	125/70	69	20	120/65	67	19	120/70	69	18
48	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	120/80	68	18	130/75	68	18	120/60	69	18	135/70	68	19	120/70	69	18
49	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	100/60	68	18	120/60	67	18	120/60	67	18	130/70	68	18	115/70	67	19
50	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	132/70	68	20	120/80	67	8	135/75	67	19	125/65	67	20	130/80	70	19
51	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	120/70	67	21	120/70	70	18	115/70	67	20	125/65	69	20	127/70	69	20
52	SANABRIA JOSE EDGAR	91.000.258	130/74	70	18	130/80	68	19	145/75	69	16	130/80	69	20	125/80	70	18
53	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	120/70	68	18	100/65	69	19	110/70	69	20	125/70	70	18	130/70	68	19
54	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	130/74	67	18	120/80	68	18	130/80	68	18	100/65	70	19	115/70	69	18
55	SOLANO DIAZ LILIA VENANCIA	28.422.661	135/70	67	19	125/75	69	20	130/80	67	18	120/70	68	21	110/70	69	18
56	SUAREZ DE MARTINEZ ANA VICTORIA	37,240,145	120/70	69	19	130/70	69	17	125/75	70	20	120/80	69	20	100/66	70	18
57	TASCO RONDON MARIA ELISA	28.133.942	125/65	67	20	120/80	71	20	115/75	70	18	120/75	69	18	110/70	68	18
58	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	100/65	69	21	95/55	68	18	90/60	68	12	100/65	70	19	100/65	69	20
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	127/70	68	20	120/80	69	16	120/75	69	18	125/75	68	20	100/65	69	21
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	125/70	67	18	120/80	69	20	140/70	69	20	120/60	69	20	100/65	70	18

FUNDACIÓN CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

NIT.900687336-2

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE 04 DE DICIEMBRE-28 DE DICIEMBRE DE 2023

		FECHA	22 DE DICIEMBRE			23 DE DICIEMBRE			26 DE DICIEMBRE			27 DE DICIEMBRE			28 DE DICIEMBRE		
No.	NOMBRE	CEDULA	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR	TA	FC	FR
1	AGON GILMA	28.418.949	120/70	70	19	120/80	70	19	125/75	67	18	100/65	68	20	120/80	70	19
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	145/75	72	20	150/80	72	20	140/70	68	20	135/80	68	21	150/70	72	20
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	100/60	68	18	100/65	68	18	115/70	69	21	120/70	68	20	120/80	68	18
4	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	120/70	69	19	120/80	69	19	115/75	69	20	125/65	68	18	120/75	69	19
5	ARIZA ARIZA ALVARO	5.772.770	120/70	68	20	130/70	68	20	135/75	69	18	120/80	68	20	120/80	68	20
6	AROCA GONZALO	7.455.052	120/65	70	21	120/70	70	21	125/75	67	18	120/70	68	19	115/70	70	21
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	120/70	68	20	120/70	68	20	120/65	67	19	120/70	69	18	120/80	68	20
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	100/65	70	18	120/70	70	18	135/70	68	19	120/70	69	18	115/65	70	18
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	120/80	69	20	120/80	69	20	130/70	68	18	115/70	67	19	120/70	69	20
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	90/50	68	20	80/50	68	20	80/50	67	20	100/60	70	19	115/75	68	20
11	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	120/70	67	21	115/75	67	21	125/65	69	20	127/70	69	20	80/50	67	21
12	CANTILLO DE PEÑALOZA RITA	36.539.826	110/70	72	18	125/65	72	18	130/80	69	20	125/80	70	18	125/70	72	18
13	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	130/85	68	19	145/70	68	19	125/70	70	18	130/70	68	19	120/80	68	19
14	CASTRO FILOMENA	28.424.169	100/60	68	18	115/70	68	18	90/50	70	19	110/70	69	18	137/80	68	18
15	CEDIEL PEREZ FANNY CECILIA	37,941,573	120/70	69	20	120/70	69	20	120/70	68	21	110/70	69	18	125/75	69	20
16	CHAPARRO ANGELA	28.330.686	120/75	67	21	125/75	67	21	120/80	69	20	100/66	70	18	100/60	67	21
17	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	100/65	72	19	125/70	72	19	120/75	69	18	110/70	68	18	115/70	72	19
18	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	100/60	71	18	115/70	71	18	100/65	70	19	100/65	69	20	110/60	71	18
19	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	120/70	68	17	120/70	68	17	125/75	68	20	100/65	69	21	110/70	68	17
20	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	145/85	68	21	145/85	68	21	150/80	69	20	155/75	70	18	120/80	68	21

FUNDACIÓN CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

NIT.900687336-2

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE 04 DE DICIEMBRE-28 DE DICIEMBRE DE 2023

		FECHA	22 DE DICIEMBRE			23 DE DICIEMBRE			26 DE DICIEMBRE			27 DE DICIEMBRE			28 DE DICIEMBRE		
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**
21	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	130/80	68	20	120/65	68	21	115/70	68	20	130/75	67	20	120/70	70	19
22	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	125/75	68	18	130/70	68	20	100/70	69	18	115/70	68	19	115/70	68	18
23	FONCE TORRES PASCUAL	5.656.552	120/70	68	19	115/65	70	18	120/80	67	19	120/70	68	18	120/80	69	18
24	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	100/65	70	18	120/70	68	18	125/75	69	19	120/70	68	18	140/70	69	19
25	HERNANDEZ DELGADILLO FANNY	28,428,216	120/65	71	20	100/70	67	19	125/65	69	18	135/75	68	18	120/80	67	20
26	JIMENEZ GUAITERO SARA MARIA	28.172.590	90/50	70	21	110/70	70	19	80/50	69	19	100/65	71	18	115/70	67	21
27	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	120/80	70	20	135/75	68	20	137/80	69	20	129/70	70	20	115/70	68	20
28	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	120/65	68	18	125/70	69	20	140/70	68	20	126/68	69	19	145/70	68	18
29	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	130/75	70	18	125/75	68	18	129/76	68	18	115/76	70	18	140/80	67	18
30	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	120/80	69	20	115/75	70	18	125/60	69	19	130/80	68	18	110/70	66	17
31	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	135/75	68	18	120/70	68	19	100/60	69	19	115/80	70	20	125/70	67	18
32	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	120/70	69	21	125/75	69	19	115/70	70	20	120/82	70	21	120/60	67	20
33	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	120/75	68	18	120/75	69	20	115/75	68	18	120/80	67	18	120/60	68	21
34	MONSALVE PICO JESUS	2.169.706	125/75	70	19	139/75	70	18	130/70	69	20	125/80	67	18	110/70	69	18
35	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	135/70	68	19	125/80	70	20	120/75	69	21	125/75	69	19	125/65	68	20
36	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	120/70	69	20	120/70	71	18	125/75	69	20	120/80	70	21	120/70	70	21
37	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	80/50	69	18	100/65	69	19	100/65	70	21	100/65	68	18	120/70	67	18
38	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	120/70	70	21	120/70	69	19	130/80	67	18	110/70	69	19	120/65	70	19
39	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	100/70	69	18	125/75	67	20	120/80	69	19	120/75	70	18	135/70	68	18
40	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	120/70	69	20	110/75	69	19	125/80	69	20	110/70	68	21	125/70	69	19

FUNDACIÓN CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA PARA EL ADULTO MAYOR

NIT.900687336-2

MUNICIPIO SOCORRO-SANTANDER

TOMA DE TENSION ARTERIAL - PERIODO DESDE 04 DE DICIEMBRE-28 DE DICIEMBRE DE 2023

			22 DE DICIEMBRE			23 DE DICIEMBRE			26 DE DICIEMBRE			27 DE DICIEMBRE			28 DE DICIEMBRE		
No.	**NOMBRE**	**CEDULA**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**	**TA**	**FC**	**FR**
41	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	130/70	67	19	125/80	69	19	145/70	68	20	135/80	68	20	120/70	68	17
42	RIBERO GRACIELA	28.424.455	90/55	67	19	110/70	67	17	115/70	70	18	120/65	69	18	100/65	67	18
43	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	120/70	67	21	100/65	67	18	125/70	68	18	100/70	67	19	100/65	69	18
44	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	130/70	69	18	125/65	67	18	130/70	69	18	120/70	69	19	120/70	66	18
45	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	125/70	69	20	120/80	69	19	125/75	69	20	125/75	69	18	125/76	70	20
46	RODRIGUEZ DE FLOREZ LEONOR	28.421.185	125/75	69	21	120/70	66	19	100/65	69	21	100/65	69	19	95/55	68	21
47	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	120/80	69	18	125/70	67	19	115/70	69	18	100/65	69	20	125/70	69	20
48	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	130/80	70	21	125/70	67	18	120/70	70	21	100/65	68	20	120/60	69	18
49	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	135/70	70	18	125/70	68	20	110/70	70	18	125/70	68	18	120/60	67	18
50	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	140/80	68	18	125/75	70	18	130/80	68	18	120/75	69	19	135/75	67	19
51	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	120/70	69	19	125/75	68	20	125/70	69	19	120/70	69	19	115/70	67	20
52	SANABRIA JOSE EDGAR	91.000.258	130/75	69	19	125/70	66	21	130/80	69	19	120/70	70	20	145/75	69	16
53	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	125/75	69	18	130/80	70	20	120/70	69	18	120/75	68	18	110/70	69	20
54	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	120/70	69	18	115/70	67	18	120/65	69	18	100/70	69	20	130/80	68	18
55	SOLANO DIAZ LILIA VENANCIA	28.422.661	115/70	68	20	125/65	68	19	120/80	68	20	120/70	69	21	130/80	67	18
56	SUAREZ DE MARTINEZ ANA VICTORIA	37,240,145	140/70	68	18	135/65	68	19	120/70	68	18	130/80	69	20	125/75	70	20
57	TASCO RONDON MARIA ELISA	28.133.942	120/65	70	18	130/80	68	20	120/65	70	18	120/75	70	21	115/75	70	18
58	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	90/60	69	20	120/75	69	18	120/75	69	20	125/70	67	18	90/60	68	12
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	120/75	70	18	120/65	69	19	130/80	70	18	120/70	69	19	120/75	69	18
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	125/75	68	20	120/70	67	20	125/75	68	20	115/75	69	20	140/70	69	20

CENTRO VIDA

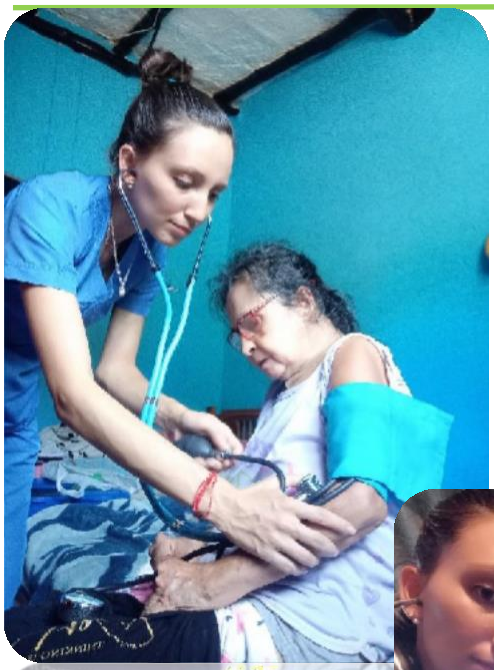
FUNDACION SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

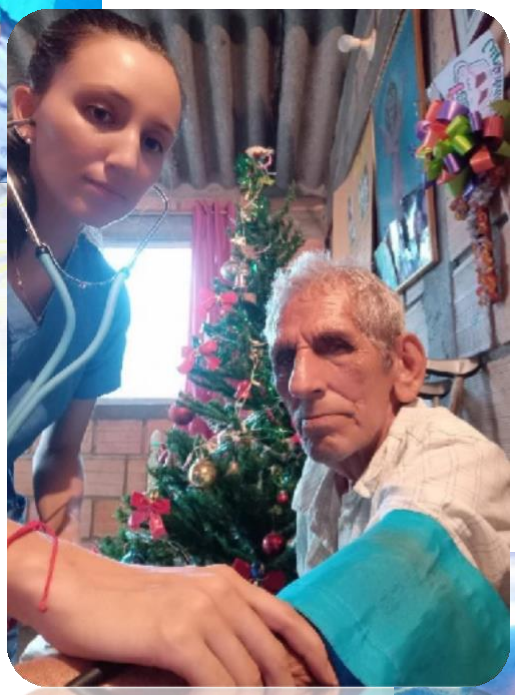
NIT. 900.687.336-2

DOCUMENTO ANEXO: ATENCION A ADULTOS MAYORES DISCAPACITADOS

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

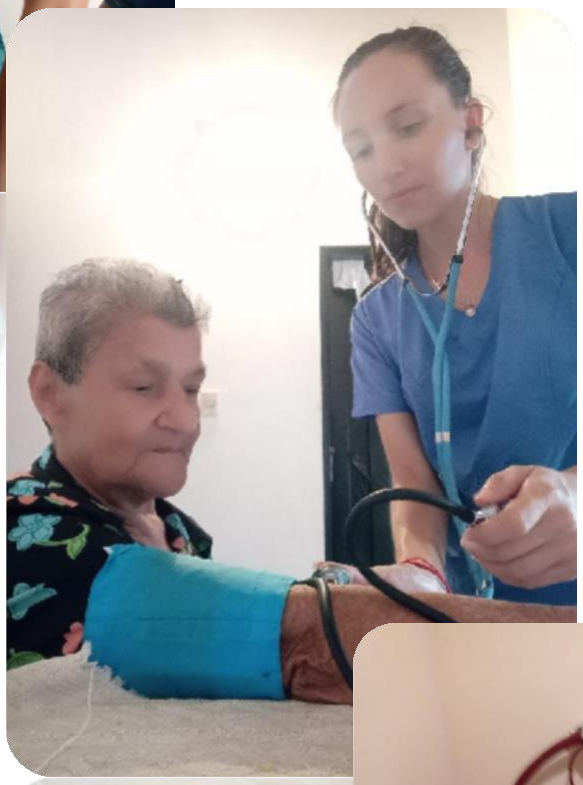
Socorro, 28 de diciembre de 2023.

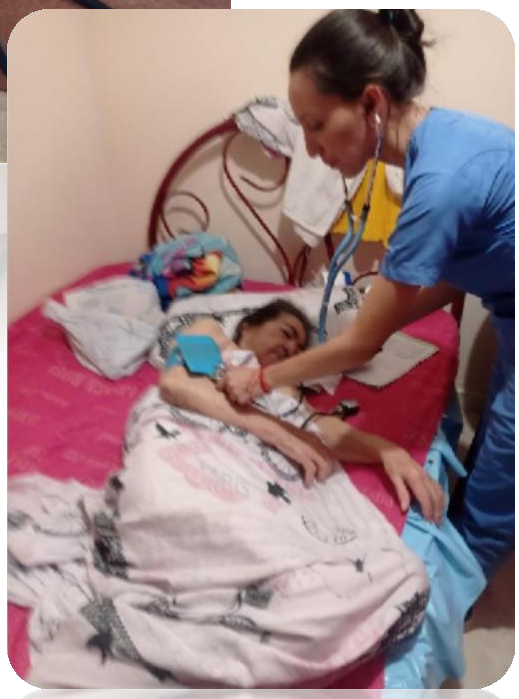












CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: ASEGURAMIENTO EN SALUD

4. Aseguramiento en salud de la población adulto mayor, será universal en todos los niveles de complejidad, incluyendo a los adultos mayores.

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.

		FUNDACION CENTRO VIDA			
		SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA			
		NIT. 900.687.336-2			
		ASEGURAMIENTO EN SALUD		RÉGIMEN	
ITEM	NOMBRE	CEDULA	SEGURIDAD SOCIAL	SUBSIDIADO	CONTRIBUTIVO
1	AGON GILMA	28.418.949	COOSALUD	X	
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826	NUEVA EPS	X	
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308	COOSALUD	X	
4	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089	COOSALUD	X	
5	ARIZA ARIZA ALVARO	5.772.770	COOSALUD	X	
6	AROCA GONZALO	7.455.052	COOSALUD	X	
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926	COOSALUD	X	
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429	COOSALUD	X	
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792	COOSALUD	X	
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390	COOSALUD	X	
11	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067	COOSALUD	X	
12	CANTILLO DE PEÑALOZA RITA	36.539.826	COOSALUD	X	
13	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364	COOSALUD	X	
14	CASTRO FILOMENA	28.424.169	COOSALUD	X	
15	CEDIEL PEREZ FANNY CECILIA	37,941,573	NUEVA EPS	X	
16	CHAPARRO ANGELA	28.330.686	COOSALUD	X	
17	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133	NUEVA EPS	X	
18	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960	NUEVA EPS	X	
19	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748	COOSALUD	X	
20	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663	COOSALUD	X	
21	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818	NUEVA EPS	X	
22	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298	COOSALUD	X	
23	FONCE TORRES PASCUAL	5.656.552	NUEVA EPS	X	
24	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570	NUEVA EPS	X	
25	HERNANDEZ DELGADILLO FANNY	28,428,216	NUEVA EPS	X	
26	JIMENEZ GUAITERO SARA MARIA	28.172.590	NUEVA EPS	X	
27	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560	COOSALUD	X	
28	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408	NUEVA EPS	X	
29	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906	NUEVA EPS	X	
30	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953	COOSALUD	X	
31	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779	COOSALUD	X	
32	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493	NUEVA EPS	X	
33	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073	NUEVA EPS	X	
34	MONSALVE PICO JESUS	2.169.706	COOSALUD	X	
35	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826	NUEVA EPS	X	
36	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925	COOSALUD	X	
37	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587	COOSALUD	X	
38	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012	NUEVA EPS	X	
39	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748	COOSALUD	X	
40	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393	NUEVA EPS	X	
41	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917	COOSALUD	X	
42	RIBERO GRACIELA	28.424.455	NUEVA EPS	X	
43	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602	COOSALUD	X	
44	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062	COOSALUD	X	
45	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104	NUEVA EPS	X	
46	RODRIGUEZ DE FLOREZ LEONOR	28.421.185	NUEVA EPS	X	
47	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707	NUEVA EPS	X	
48	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223	NUEVA EPS	X	
49	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045	COOSALUD	X	
50	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573	COOSALUD	X	
51	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920	COOSALUD	X	
52	SANABRIA JOSE EDGAR	91.000.258	NUEVA EPS	X	
53	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031	COOSALUD	X	
54	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723	COOSALUD	X	
55	SOLANO DIAZ LILIA VENANCIA	28.422.661	NUEVA EPS	X	
56	SUAREZ DE MARTINEZ ANA VICTORIA	37,240,145	COOSALUD	X	
57	TASCO RONDON MARIA ELISA	28.133.942	NUEVA EPS	X	
58	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812	COOSALUD	X	
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400	NUEVA EPS	X	
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUVIA	28.420.583	NUEVA EPS	X	

5. Capacitación en actividades productivas de acuerdo con los talentos, gustos y preferencias de la población beneficiaria.

PROFESIONAL: LUZ MIREYA RODRIGUEZ PRADA
Tallerista

INFORME DE ACTIVIDADES PRODUCTIVAS Y RECREATIVAS

OBJETIVOS GENERALES

mejorar la motricidad, estimulación cognitiva y la socialización con las personas que también desarrollan las actividades dentro del centro vida.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Incentivar la creatividad.
- Estimular su desarrollo psicomotriz.
- Reforzar su autoestima
- Mejorar su concentración.
- Contribuir con su estado emocional.
- Potencia su agilidad y rapidez mental.

ACTIVIDAD #1 TERMINACIÓN ÀRBOL NAVIDEÑO DECORATIVO

Materiales:

- Molde de árbol navideño.
- Plastilina verde, rojo y café.
- Foamy verde.

- Foamy escarchado de colores.
- Colbon.
- Tijeras.
- Escarcha tornasol.
- Silicona líquida.
- Pita verde.

Para continuar y terminar este proyecto, y luego de haber realizado los pasos del 1 a 6 en el cual concluimos pegando plastilina de color café en el tronco del arbolito damos por terminado este proyecto realizando el siguiente proceso:

- **SEPTIMO PASO:** Recortamos una estrella en foamy escarchado de colores y la pegamos en la parte superior del arbolito.

- **OCTAVO PASO:** cortamos una pita de aprox. 30 cm de largo y la pegamos en la parte trasera, esto nos permitirá colgar el proyecto.
- **NOVENO PASO:** aplicamos una capa de colbon y escarcha sobre el arbolito. De tal manera damos por terminado el proyecto.

ACTIVIDAD #2 BOLSITA DE REGALO EN CONOS DE PAPEL RECICLADO.

Materiales:

- Conos de papel higiénico.
- Cinta de colores.
- Cartulina de colores.
- Pintura beige.
- Pinceles.
- Tijeras.
- Cartón.
- Impresiones de mariposas.

- Estropajo.
- Vinilo de colores.

Procedimiento:

PASO 1. Con ayuda de un pincel, pintamos el cono de papel con pintura color beige, aplicando dos capas dejando secar entre capa y capa.

PASO 2. Marcamos el contorno del cono sobre un cartón, lo recortamos cuidadosamente y lo pegamos en uno de los extremos con colbon.

PASO 3. Mediante un pedazo de estropajo aplicamos pintura de dos colores a toques, buscando un efecto chispeado.

PASO 4. Doblamos la parte superior del cono y realizamos un agujero en cada extremo, por allí colocamos una cinta de colores y atamos de tal manera que esta se convierta en una manija.

PASO 5. Realizamos flores en papel cartulina para ello recortamos tres circunferencias, a continuación, realizamos un corte en forma de caracol, enrollamos y pegamos en un extremo.

PASO 6. Recortamos de manera cuidadosa 2 mariposas previamente impresas y las pegamos al cono de papel junto con tres flores. Y terminado este paso finalizamos este proyecto.

ACTIVIDAD #3. ELABORACION DE BOMBILLA NAVIDEÑA EN TELA

Ese proyecto es realizado con el fin de que los adultos mayores decoren su arbolito de navidad, puertas o ventanas en esta época decembrina.

Materiales:

- Cartón.
- Tela fleese.
- Cinta navideña.

- Silicona.
- Flores artificiales.
- Hilo dorado.

Procedimiento:

Paso#1. Con la ayuda de una tijera recortamos una circunferencia en cartón.

Paso#2. Luego cortamos dos circunferencias en tela fleese y las pegamos sobre el cartón con silicona de manera que quede cubierto todo el cartón.

Paso# 3. Con tela blanca hacemos el corte de la nieve y la pegamos en la parte superior.

Paso#4. Cortamos aproximadamente 15 cm de cinta navideña y con ayuda de la instructora elaboramos una corbata y la pegamos con silicona.

Paso#5. Pegamos una flor artificial sobre la corbata.

Paso#6. Cortamos 15 cm de hilo dorado y lo pegamos en la parte superior trasera de la bombilla.

Damos por terminado este proyecto quedando los adultos mayores satisfechos con el trabajo realizado.

ACTIVIDAD 4. ADORNO NAVIDEÑO CON CONOS DE PAPEL HIGIÈNICO

Marteriales:

- Conos de papel higiénico.
- Silicona.
- Vinilo de color verde.
- Flores artificiales.
- Hilo dorado.
- Regla.
- Tijeras.
- Pinceles.

Procedimiento:

PASO 1. Doblamos un cono de papel higiénico y con ayuda de una regla medimos un centímetro y medio y trazamos una línea, así realizamos 4 líneas y recortamos.

PASO 2. Después de obtener 4 círculos de cartón los vamos a pintar con vinilo de color verde y dejamos secar.

PASO 3. Pegamos cada trozo de cartón en forma de estrella con silicona.

PASO 4. Pegamos una flor artificial en el medio del adorno.

PASO 5. Luego recortamos 10 cm de hilo dorado, y lo colocamos en la parte superior del adorno y sujetamos.

Así terminamos este proyecto con el fin de que cada adulto mayor decore su arbolito de navidad.

ACTIVIDAD #5 ELABORACION DE LLAVEROS

Materiales:

- Tablas de madera
- Argolla para llavero
- Pincel
- Sapolin

Procedimiento:

Para este proyecto tenemos las tablas elaboradas y previamente perforadas

Paso1. Colocamos una argolla de llavero en el orificio de la tabla.

Paso2. Con ayuda de un pincel y sapolin pintamos la tabla para darle un acabado brillante y dejamos secar.

Seguimos estos dos pasos y damos por terminado el proyecto de los llaveros de madera

CONCLUSION

Las actividades manuales fomentan los aspectos cognitivos, ya que son tareas en las que se requiere concentración y la atención, por lo tanto, junto con los beneficios físicos, son beneficiosas para las actividades diarias como, por ejemplo, cocinar, pudiendo mantenerse el mayor independiente.



LUZ MIREYA RODRIGUEZ PRADA

Instructora

CENTRO VIDA

FUNDACION SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA ELABORACION DE TRABAJOS MANUALES

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.

































6. Deporte, cultura y recreación, suministrado por personas capacitadas

ÁREA: DANZA, CULTURA, DEPORTE Y RECREACIÓN
PROFESIONAL: JOSE NELSON DIAZ GARCIA

INFORME DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y RECREATIVAS PARA LOS ADULTOS MAYORES DE LA FUNDACIÓN SEMILLA DE FE Y ESPERANZA

El envejecimiento es un proceso Natural que afecta a las personas en aspectos anatómicos y fisiológicos e influye en la globalidad de sus sistemas, pudiéndose observar cambios en la estructura más pequeña a nivel tisular y en otras más complejas a nivel sistemático.

"MOVERSE ES SALUD"

INTRODUCCIÓN

Con la realización de las actividades se pretende determinar cómo debe ser el ejercicio físico para las personas de la tercera edad. Para ello, tras analizar el efecto del envejecimiento sobre los tejidos y las funciones corporales se muestran unas bases generales para la comprensión de la condición física en aquellas personas mayores que gozan de una buena salud. El éxito de una correcta prescripción en actividad física reside en la capacidad de ajustar constantemente las actividades a cada adulto mayor asegurándole el disfrute y sacándole el máximo provecho con mínimos riesgos.

OBJETIVO

- ✓ Mantener un estilo de vida independiente y sano que les permita participar en las actividades diarias funcionales, de ocio y de socialización.

DESARROLLO DE ACTIVIDADES

PRIMERA SEMANA

- Calentamiento cefalocaudal
- Ejercicios de respiración
- Ejercicios de fortalecimiento general
- Rutina de acondicionamiento físico moderado
- Dinámica “ embotello canicas”
- Caminata biblioteca la UIS
- Ejercicios de flexibilidad
- Rutina de ejercicios de coordinación
- Dinámica “A, A. CHIS”
- Vuelta a la calma

SEGUNDA SEMANA

- Ejercicios de estiramiento general.
- Calentamiento iniciando desde pies a cabeza
- Rutina de ejercicios tren superior
- Ejercicio de respiración
- Dinámica “almohadilla voladora”
- Rutina cardio bajo impacto
- Dinámica “pelota tobogán”
- Rutina de ejercicios tren inferior
- Ejercicios de fortalecimiento abdominal
- Dinámica “ping pong saltador”
- Vuelta a la calma

TERCERA SEMANA

- Calentamiento y estiramiento cefalocaudal
- Ejercicios de respiración moderada
- Rutina de ejercicios abdominales
- Ejercicios funcionales con bastón
- Dinámica “introduzco aros”
- Ejercicios generales tipo cardio bajo impacto
- Dinámica “botella arrasadora”
- Fortalecimiento general con aros
- Rutina de ejercicios generales moderados
- Dinámica ”balo lo que me toquen”
- Rumba terapia
- Vuelta a la calma

CONCLUSIONES

Con estas actividades físico-recreativas se quiere ayudar a los Adultos Mayores que conforman la Fundación SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA. Luchar contra los efectos del envejecimiento. Los juegos lúdicos y las Dinámicas estimulan la coordinación, flexibilidad y la destreza en los adultos mayores mejorando su capacidad física y mental.



JOSE NELSON DIAZ GARCIA
Lic. Educación Física – Recreación y Deporte

CENTRO VIDA
FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

ACTIVIDAD FISICA

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023.



















ACTIVIDAD DE INTEGRACIÓN FIN DE AÑO

(“Actividad intergeneracional de fin de año, encaminada al fortalecimiento de lazos afectivos y de fraternidad y de interacción social para incentivar espacios y compartir en comunidad con las personas mayores la cual estará dirigida a las personas mayores del centro vida en incluye incentivos y logística a los beneficiarios del programa").

La **FUNDACIÒN CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA** en convenio con la Alcaldía Municipal del Socorro, realiza una **ACTIVIDAD DE INTEGRACIÒN DE FIN DE AÑO** representado en un desayuno navideño en el cual se entregó a cada uno de los beneficiados un aguinaldo navideño avalado por la nutricionista del centro vida, quedando muy agradecidos por este momento tan especial en homenaje a ellos.








noel
noel
Feliz
Navidad





LISTA DE PRODUCTOS AGUINALDO NAVIDEÑO		
No.	PRODUCTO	CANTIDAD
1	HARINA PAN	1
2	LATA DE SARDINA	1
3	LOMITOS DE ATUN	1
4	AVENA EN HOJUELAS	1
5	AREQUIPE	1
6	GALLETA NAVIDEÑA	1
7	MASMELO	1
8	CAFÉ	1
9	LENTEJA	1
10	TARRO DE SALCHICHAS	1
11	NATILLA MAIZENA	1
12	MANI	1
13	CHOCOLATE	1
14	MIXTO	1
15	JUGO NECTAR	1
16	GELATINA X3	1
17	MERMELADA	1
18	ARROZ	2
19	PASTA SECO	8
20	LECHE EN POLVO	1
21	PLATON NAVIDEÑO	1
22	PONQUE	1
23	ACEITE	1
24	PAPEL Y MOÑO	1

CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: ENCUENTROS INTERGENERACIONALES

7. Encuentros intergeneracionales, en convenio con las instituciones educativas oficiales.

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023

ENCUENTRO INTERGENERACIONAL- JOVENES BIBLIOTECA BICENTENARIO

El día 11 de diciembre de 2023, los adultos mayores de la FUNDACIÒN CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA asistieron a las instalaciones de la BIBLIOTECA BICENTENARIO ANTONIA SANTOS UIS, con el fin de disfrutar de un encuentro intergeneracional. Allí se realizaron una serie de actividades en las que compartieron vivencias, realizaron una actividad enfocada en la pintura con café siendo los jóvenes quienes guiaron a los adultos mayores en la realización de pintura enfocada en este producto. De esta manera se evidenció en sus rostros una sonrisa además del afecto que existe entre estas personas de diferentes generaciones.







CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: FOTOGRAFÍAS DE TRABAJO ASOCIATIVO

8.”Promoción del trabajo asociativo de los adultos mayores, para la consecución de recursos cuando ello sea posible”.

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023

ACTIVIDADES DE LABORTERAPIA

Los adultos mayores de LA FUNDACIÓN CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA ofrecen al público sus manualidades elaboradas muy creativamente, es así como se sienten motivados y amados ante la sociedad además de obtener ingresos propios. Cabe resaltar que estos trabajos manuales son realizados utilizando también material reciclable. En esta oportunidad ponemos en exhibición arbolitos decorativos, bolsa de regalo, bombilla y adorno navideño.









CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO: FOTOGRAFIAS REDES DE APOYO

9. “promoción de la constitución de redes para el apoyo permanente de los adultos mayores”.

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023 de 2023

RED DE APOYO HOSPITAL MANUELA BELTRAN-UDES RIESGO CARDIOVASCULAR

Enfermera de la UNIVERSIDAD UDES en convenio con el HOSPITAL REGIONAL MANIELA BELTRÀN del Socorro, asiste a las instalaciones de la FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA el día 12 de diciembre de 2023, con el fin de realizar seguimiento a los adultos mayores que se encuentran dentro del programa de riesgo cardiovascular recibiendo los servicios de toma de tensión arterial, educación y verificación de toma correcta de los medicamentos. Agradecimientos por el apoyo brindado.





RED DE APOYO CENTRO DE CAPACITACIÒN COMUNERO-CORTE DE CABELLO

El día 14 de diciembre de 2023, la instructora Dolly Hernández junto con su grupo de estudiantes de belleza, realizan corte de cabello a los adultos mayores de la FUNDACIÒN CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA, quedando ellos muy agradecidos por los resultados obtenidos generando un alto nivel de autoestima en ellos.



CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

USO DEL INTERNET

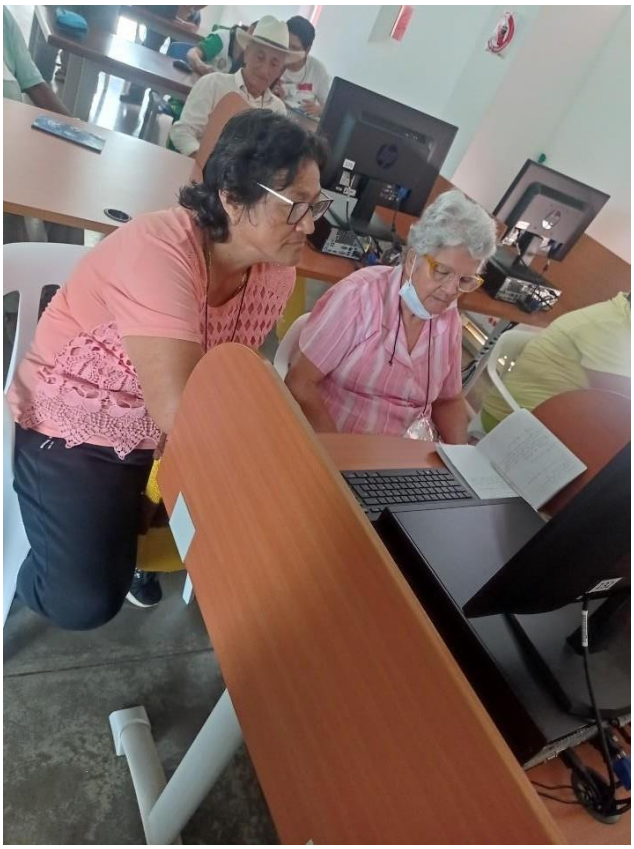
10. uso del internet con el apoyo de los servicios que ofrece Compartel como organismo de la conectividad nacional

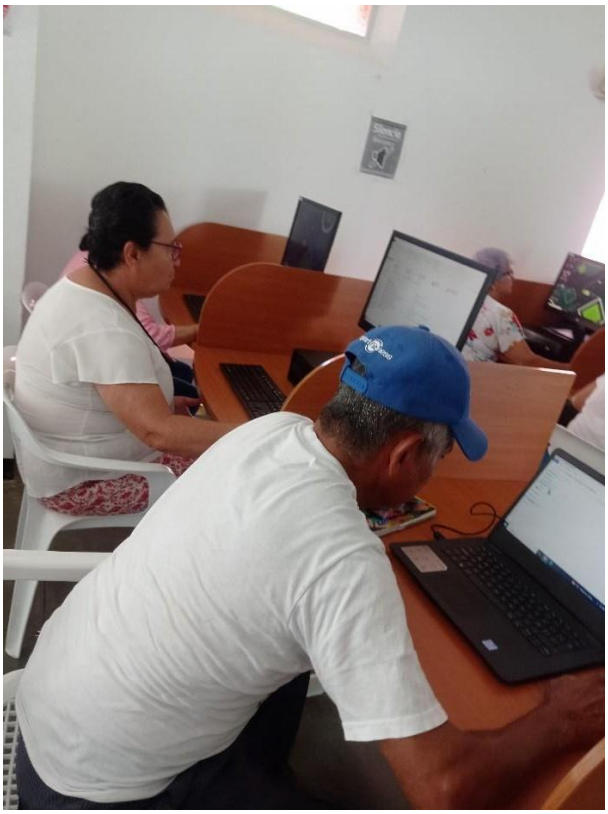
PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023

USO DEL INTERNET

Los adultos mayores de la FUNDACIÓN CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA asisten a las instalaciones de la BIBLIOTECA BICENTENARIO ANTONIA SANTOS UIS para recibir capacitación basada en el uso del internet los días 04 y 05 de diciembre de 2023, en la que se brindó enseñanza sobre creación de correo electrónico, envío de cartas y búsqueda en google, además de recibir un diploma de grado de ALFABETIZACION DIGITAL AÑO 2023 recibiendo un emotivo homenaje.






CURSO DE
INFORMÁTICA
BÁSICA





CELEBRACIÓN DE CUMPLEAÑOS

La FUNDACON CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA realiza la celebración de los cumpleaños segundo semestre del año 2023, allí se realizó una serie de actividades tales como bailo terapia, dinámicas y un compartir (torta), de esta manera los adultos mayores compartieron de momentos muy especiales junto al equipo de trabajo de la institución.





NOVENA DE AGUINALDO

La FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA realiza la novena de aguinaldo, tradición en esta época decembrina. Mediante esta actividad los adultos mayores fueron partícipes en lecturas, cantos y villancicos.





CENTRO VIDA

FUNDACIÓN SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA

NIT. 900.687.336-2

Socorro

DOCUMENTO ANEXO:

AUXILIO EXEQUIAL

11. Auxilio Exequial de un salario mínimo mensual vigente.

PERIODO: DICIEMBRE 04 DE 2023- DICIEMBRE 28 DE 2023

Socorro, 28 de diciembre de 2023

Socorro, 04 de Diciembre de 2023

Funeraria
Nuestra Señora del Socorro
NIT. 79630271 - 1

CERTIFICACION

FUNERARIA NUESTRA SEÑORA DEL SOCORRO y/o Rodolfo Niño Pereira con NIT 79.630.271-1 certifica que la **FUNDACION CENTRO VIDA SEMILLAS DE FE Y ESPERANZA** con NIT 900.687.336-2 del municipio del Socorro Santander se encuentra afiliada con nosotros con un total de 60 afiliados según listado actualizado y comprendido del 04 de diciembre de 2023 al 28 diciembre de 2023

Anexo listado.

ITEM	NOMBRE	CEDULA
1	AGON GILMA	28.418.949
2	ALBINO CARDENAS LUIS FRANCISCO	2.074.826
3	AMAYA OMAÑA GLORIA NELLY	37.340.308
4	ARGUELLO VERA ANDRES ALFONSO	91.104.089
5	ARIZA ARIZA ALVARO	5.772.770
6	AROCA GONZALO	7.455.052
7	BARRERA DE SANDOVAL GREGORIA	28.270.926
8	BAUTISTA DE CORREDOR MARIA EUGENIA	63.288.429
9	BELEÑO MEZA MARTIN	5.096.792
10	BERDUGO DE VEGA ROSALBA	28.110.390
11	BRAVO CASTRO MARIA ENRIQUETA	37.825.067
12	CANTILLO DE PEÑALOZA RITA	36.539.826
13	CARRILLO SANCHEZ LUZ MARTHA	28.403.364
14	CASTRO FILOMENA	28.424.169
15	CEDIEL PEREZ FANNY CECILIA	37,941,573
16	CHAPARRO ANGELA	28.330.686
17	CHAPARRO DIAZ ISABEL	37.948.133
18	CORREA PORRAS FLORINDA	28.422.960
19	DELGADO BECERRA NOHEMA	37.940.748
20	DUARTE DE MONSALVE CECILIA	28.421.663
21	ESPITIA PEÑA MARIA ISABEL	1.101.688.818
22	FONCE GOMEZ ADELA	37.942.298
23	FONCE TORRES PASCUAL	5.656.552
24	GOMEZ SARMIENTO SOCORRO	28.419.570
25	HERNANDEZ DELGADILLO FANNY	28,428,216
26	JIMENEZ GUAITERO SARA MARIA	28.172.590
27	LOPEZ DE HERNANDEZ TERESITA	28.475.560
28	LOPEZ DE VILLAMIL MARIA DE JESUS	28.392.408
29	LOPEZ LOPEZ ROQUE JULIO	2.130.906

Cels. 316 551 3768 - 312 332 8203
Calle 11 No.28 - 88 Socorro Santander
ninop.75@gmail.com

Funeraria
Nuestra Señora del Socorro
NIT. 79630271 - 1

30	LOPEZ PICO JAIRO	91.102.953
31	LOPEZ POVEDA ANGELICA	28.421.779
32	MEJIA DE DUARTE ANA FRANCISCA	28.419.493
33	MONSALVE PICO GERARDO	5.762.073
34	MONSALVE PICO JESUS	2.169.706
35	MORENO DE ALBINO BRIGIDA	28.082.826
36	ORTEGA DE SANTAMARIA CANDIDA ROSA	28.266.925
37	PEREZ MARIA DEL CARMEN	28.421.587
38	PEROZO MEDINA RUBEN DARIO	13.479.012
39	PICO DE LOPEZ BETSABE	28.418.748
40	QUINTERO MAYOR TERESITA DE JESUS	21.064.393
41	RANGEL SERRANO LEONOR	30.008.917
42	RIBERO GRACIELA	28.424.455
43	RIVERA DE SILVA PEREGRINA	28.420.602
44	RIVERA GOMEZ SAUL	91.100.062
45	ROBAYO JOSE ALIRIO	13.220.104
46	RODRIGUEZ DE FLOREZ LEONOR	28.421.185
47	RODRIGUEZ DE GOMEZ MARGARITA	28.421.707
48	RUIZ CALA CARLOS JOSE	2.739.223
49	RUIZ GONZALEZ GENARA	28.375.045
50	RUIZ GONZALEZ SOCORRO	28.375.573
51	RUIZ TORRES BARBARA MARIA	28.425.920
52	SANABRIA JOSE EDGAR	91.000.258
53	SERRANO JAIMES CARMEN ROSA	37.540.031
54	SIERRA LEAL MARIA DEL TRANSITO	28.270.723
55	SOLANO DIAZ LILIA VENANCIA	28.422.661
56	SUAREZ DE MARTINEZ ANA VICTORIA	37,240,145
57	TASCO RONDON MARIA ELISA	28.133.942
58	VEGA BERDUGO MARIA ESTHER	28.110.812
59	VERA CAMPOS JOSEFINA	1.101.686.400
60	VERA DE ARGUELLO MARIA NUBIA	28.420.583

Rodolfo Niño Pereira

RODOLFO NIÑO PEREIRA
Representante Legal
NIT 79.630.271-1
TEL. 316 558 3768 / 312 332 8297