Objetivo

Mejorar y mantener la independencia de las personas mayores, de manera que le permita conservar su desempeño en sus actividades cotidianas permitiendo una participación autónoma que involucre su interacción con el medio físico y social.

Alcance:

El presente protocolo aplica para todas las personas mayores en condición de dependencia moderada, que se encuentran institucionalizados. Se inicia desde el momento de levantarse, siendo trasladados al baño, para iniciar todas sus actividades de higiene personal y autocuidado, alimentación, desplazamientos, interacción social, hábitos y rutinas, hasta finalizar el día y regresar nuevamente a su habitación.

Glosario

Actividades de la vida diaria: Son todas aquellas tareas y rutinas típicas que los adultos realizan diariamente y que le permiten vivir de forma autónoma e integrada en la sociedad, cumpliendo así su rol dentro de ella.

Actividades básicas de la vida diaria

Son aquellas rutinas que cuidan el propio cuerpo, por lo que hablamos de acciones o cuidados médicos que no pueden ser delegadas a terceros.

Comer: Habilidad de mantener y manipular comida o liquido en la boca de tragarlo.

Vestido: Acción de vestirse- desvestirse, incluye la correcta elección de las prendas en función del clima o situación para la que se empleara la ropa.

Alimentación: Acto de ingerir alimentos con el fin de aportarle al organismo carbohidratos, proteínas, grasas, minerales, vitaminas y agua.

Movilidad Funcional: Contribuye a mantenerse saludables, ya que previene enfermedades como la osteoporosis, la pérdida del equilibrio, la disminución de la fuerza y el tono muscular, o accidentes, como las caídas, incluye movilidad en la cama, sofá, silla de ruedas, deambulación.

Ayuda Técnica: Cuando la persona tiene problemas de movilidad es importante ofrecerle un soporte que le ayude a caminar y evite cualquier caída. Los bastones, muletas, andadores y silla de ruedas, son las ayudas técnicas que van a facilitar el desempeño más autónomo tanto dentro como fuera de casa.

Higiene corporal: Mantener unos buenos hábitos de higiene son clave para ayudar a mantener un estilo de vida saludable. En las personas mayores es especialmente importante, pues a menudo no pueden hacerlo por ellos mismos, pero no por ello deja de ser una prioridad.

Higiene bucal**:** Es uno de los puntos más importantes a tener en cuenta dentro de la higiene de una persona mayor. La boca es la puerta de entrada de numerosas bacterias en la vida diaria, por lo que es necesario adoptar una higiene regular después de cada comida.

Higiene del baño: Bañarse puede ser muy complicado para una persona mayor debido a sus limitaciones de movilidad. Es por ello que adaptar el baño a las necesidades de los ancianos es una opción a considerar para poder atender sus necesidades de aseo y cuidados.

Actividades instrumentales de la vida diaria:
Tienen como objetivo la interacción con el entorno. Hablamos de acciones que suelen ser un poco más complejas que las actividades básicas**.**

Estas son algunas de las actividades instrumentales:
Uso de los sistemas de comunicación: uso de tecnología para comunicarse, como teléfonos, ordenadores, sistemas especiales de comunicación para sordos e invidente, etc.

Movilidad en la comunidad: desplazarse, emplear auto bus, tren, taxi. etc.

Manejo de temas financieros: uso de recursos fiscales, bancos, supermercados, compras, entre otros.

Mantenimiento del hogar: cuidado de objetos personales y domésticos, preparación de la comida y limpieza del hogar, incluye limpieza de utensilios y dieta equilibrada.
Conocimiento y desarrollo de estrategias para mantener un entorno seguro: saber actuar y disponer de los medios necesarios, ante situaciones de emergencias.

Las actividades avanzadas de la vida diaria**:** Son complejas y requieren un mayor grado de organización, pero no comprometen la independencia del individuo ni necesitan cuidados médicos.

A continuación, se dan a conocer las actividades de las cuales se complementa este protocolo:

DESARROLLO
Actividades:

✓ Antes

Espacio	Actividad	Responsables	Anexos
1	Entrega de prendas de vestir: Se contempla la entrega de prendas de vestir (camisa, vestido, gorro, bufanda, falda, vestido, zapatos) a las personas con bajos niveles de funcionalidad.	Área Terapia Ocupacional. Enfermería	Notas de Enfermería Libro Remisiones área Terapia Ocupacional
2	Baño y vestido: Se da inicio a actividad de baño, vestido y acicalado de las personas mayores, supervisando a aquellos con mayores capacidades; al otro porcentaje de la población se asiste en estas actividades.	Enfermería	Notas de Enfermería Libro
3	Higiene: Se evalúa la presentación de las personas mayores, cuidado boca, uñas, ojos, cabello, oídos, cuerpo, entre otras.	Área Terapia Ocupacional. Enfermería	Notas de Enfermería Libro de Remisiones área Terapia Ocupacional

✓ Durante

Espacio	Actividad	Responsables	Anexos
4	Lavado de manos: 10 minutos antes de ingresar al comedor se motiva a las personas mayores para realizar la higienización de manos.	Área Terapia Ocupacional. Enfermería	Registro fotográfico
5	Asistencia en la Alimentación: Se verifica el correcto uso de cubiertos, limpieza del sitio asignado y uso de protector para	Área Terapia Ocupacional. Enfermería. Nutrición	Tabla Instrumento de Evaluación de las Actividades de la Vida Diaria.

	Conservar una buena presentación personal		
6	Cambio pañal: Durante el día se realiza 1 cambio de pañal para aquellas personas con dificultad en control de esfínteres, sin embargo, esta actividad se complementa en antes (durante el vestido) y en el después en actividad de empijamado.	Área de enfermería	Notas de Enfermería Libro

✓ Después

Espacio	Actividad	Responsables	Anexos
7	Entrega de ropa: En horas de la tarde un profesional apoya la entrega de prendas de vestir a las personas mayores con mayor capacidad para elegir sus prendas según sus gustos y necesidades	Equipo interdisciplinar	Registro fotográfico
8	Higiene bucal y preparación para el sueño: Se recuerda la importancia de la higiene bucal a aquellas personas con mayor capacidad funcional, al otro porcentaje de la población se asiste en esta actividad. Adicionalmente se apoya la colocación de pijamas.	Área de enfermería	Notas de enfermería
9	Dispositivos de movilización: Se revisa el estado de los dispositivos de movilización (bastones, caminadores, sillas de rueda y otros), identificando sí existe deterioro o ausencia de sus partes, limpieza y funcionalidad	Área Terapia Ocupacional. Enfermería Fisioterapia	Formato solicitud de Mantenimiento

Responsables: La responsabilidad de la aplicación de este protocolo y su adecuada aplicación está a cargo de Enfermería-Terapia Ocupacional.

Anexos – Formatos: Se adjunta

INDICE DE BARTHEL (IB). TABLA 1

El índice de Barthel (IB) es un instrumento que mide la capacidad de una persona para realizar diez actividades de la vida diaria (AVD), consideradas como básicas, obteniéndose una estimación cuantitativa de su grado de independencia, esto en su versión original. (Este se aplicará al ingreso de la persona mayor a la comunidad)

Índice Barthel		
Actividad	**Descripción**	**Puntaje**
Comer	1. Incapaz 2. Necesita ayuda para cortar, extender mantequilla, usar condimentos, etc. 3. Independiente (la comida está al alcance de la mano)	0 5 10
Trasladarse entre la silla y la cama	1. Incapaz, no se mantiene sentado 2. Necesita ayuda importante (1 persona entrenada o 2 personas), puede estar sentado 3. Necesita algo de ayuda (una pequeña ayuda física o ayuda verbal) 4. Independiente	0 5 10 15
Aseo personal	1. Necesita ayuda con el aseo personal 2. Independiente para lavarse la cara, las manos y los dientes, peinarse y afeitarse	0 5
Uso del retrete	1. Dependiente 2. Necesita alguna ayuda, pero puede hacer algo solo 3. Independiente (entrar y salir, limpiarse y vestirse)	0 5 10
Bañarse o Ducharse	1. Dependiente 2. Independiente para bañarse o ducharse	0 5
Desplazarse	1. Inmóvil 2. Independiente en silla de ruedas en 50 m 3. Anda con pequeña ayuda de una persona (física o verbal) 4. Independiente al menos 50 m, con cualquier tipo de muleta, excepto andador	0 5 10 15
Subir y bajar escaleras	1. Incapaz 2. Necesita ayuda física o verbal, puede llevar cualquier tipo de muleta 3. Independiente para subir y bajar	0 5 10
Vestirse y desvestirse	1. Dependiente 2. Necesita ayuda, pero puede hacer la mitad aproximadamente, sin ayuda 3. Independiente, incluyendo botones, cremalleras, cordones, etc.	0 5 10
Control de heces	1. Incontinente (o necesita que le suministren enema) 2. Accidente excepcional (uno/semana) 3. Continente	0 5 10
Control de orina	1. Incontinente, o sondado incapaz de cambiarse la bolsa 2. Accidente excepcional (máximo uno/24 horas) 3. Continente, durante al menos 7 días	0 5 10

TABLA 1: INSTRUMENTO DE EVALUACION DE LAS ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA

Este instrumento permitirá la asignación de valores cuantitativos y cualitativos representativos para calificar el desempeño de la persona mayor en las actividades de la vida diaria; esto se evaluará mediante observación directa y entrevista semiestructurada. (Se aplicará según necesidad, esto al evidenciar deterioro o disminución en independencia de una persona mayo

	DOMINICAS HIJAS DE NUESTRA SEÑORA DE NAZARETH Hogar San José Saramita Nit. 860007392 - 4	PGAI-EN-PRT-01
	PROCESO DE GESTION ATENCIÓN INTEGRAL PROTOCOLO ACTIVIDADES COTIDIANAS	V-3 Fecha de vigencia 14/08/2023

ACTIVIDAD	INDEPENDIENTE	SEMIDEPENDIENTE	DEPENDIENTE
Uso de sanitario			
(Uso de sonda o pañal)			
Uso de ducha (esponja, jabones, toalla)			
Afeitada			
Cepillado de dientes			
Cepillado de cabello			
Corte de uñas			
Aplicación de desodorante y talcos			
Vestido y desvestido (elección de prendas, colores, combinaciones).			
Alimentación (patrón mano boca)			
Verter líquidos			
Utilización de cubiertos			
Movilidad funcional (cama, sofá, silla de ruedas, caminador, bastón)			

CONTROL DE CAMBIOS DEL PROTOCOLO

ELABORÓ	**REVISÓ**	**APROBÓ**
Diana Marcela Garzón Lina Marcela Castellanos	Equipo Interdisciplinar Hogar San José Saramita	Fernando Salcedo Coordinador
14/08/2023	14/08/2023	14/08/2023

VERSIÓN N°	**FECHA DE VIGENCIA**	**CARACTERÍSTICAS DE LOS CAMBIOS Y/O ACTUALIZACIONES**	**RESPONSABLES**
1	05/05/2014	Creación del Documento	Líderes de SGC
2	30/09/2021	Actualización de Contenido	Equipo Profesional Saramita
3	14/08/2023	Actualización de Contenido	Equipo de Terapia Ocupacional y enfermería

_____	_____	_____
Fernando Salcedo	**Lina Castellanos**	**Diana Garzón**
Coordinador	**Terapeuta Ocupacional**	**Jefe enfermería**