FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

INFORME TÉCNICO DE GESTIÓN

FUNDACIÓN HOGAR DE PASO MIS MEJORES AÑOS

SECRETARIA DE GESTIÓN SOCIAL PROYECTO CENTROS DE BIENESTAR

MES DE SEPTIEMBRE

VIGENCIA 2024

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN 4

OBJETIVOS 5

- Objetivo General 5
- Objetivos Específicos 5

METODOLOGÍA 6

BENEFICIARIOS 7

CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN 7

2. EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES 9

2.1. COMPONENTE DE SALUD 9

- Seguimientos 9

2.1.2. ENFERMERIA 10

- Actividades de salud – Cuidados de Enfermería 10
- Capacitación de enfermedades crónicas degenerativas no transmisibles enfocado en el ámbito de enfermería. 11

2.2. COMPONENTE DE NUTRICIÓN 12

- Acompañamientos Nutricionales 12
- Seguimiento a aprovechamiento de las raciones diarias 13
- Implementación y seguimiento al ciclo de minutas 13
- Modelo Raciones Servidas 14

2.3. COMPONENTE PSICOLOGÍA 15

- Acompañamientos Psicosociales 16

2.4. COMPONENTE DE SALUD FÍSICA 17

- Rutinas grupales de Acondicionamiento físico 17

Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad 18

- Pausas Activas 19

2.5. COMPONENTE DE TRABAJO SOCIAL Y/O DIRECCIÓN TÉCNICA 20

- Gestión documental y trámite ante la EPS 20
- Documentación de beneficiarios 21
- Actualización digital de las personas mayores (BD-Arch digital y/o físico) 22
- Hospedaje en Espacios humanizados 22

3. AVANCES Y RESULTADOS DE EJECUCIÓN 24
4 . ANEXOS FOTOGRÁFICO 30

INTRODUCCIÓN

La Fundación Hogar de Paso Mis Mejores Años tiene como objetivo mejorar la calidad de vida de las personas mayores acogidas a través de diversas acciones enfocadas en su bienestar integral. Reconoce que la salud y el bienestar están influenciados por varios factores, como la biología, el entorno, el estilo de vida y el acceso a la atención médica, así como las necesidades básicas. En este sentido, se ha desarrollado un modelo de atención centrado en la persona que promueve la salud, previene enfermedades y complicaciones asociadas al envejecimiento, y busca mantener un nivel óptimo de bienestar. Este modelo incluye el fortalecimiento de habilidades funcionales, atención integral y satisfacción de necesidades básicas a través de estrategias multidisciplinarias. La atención interdisciplinaria considera aspectos biológicos, psicológicos y sociales para promover la independencia, funcionalidad y participación de los beneficiarios en su entorno, priorizando el trato humano y la mejora continua de los procesos de intervención en salud. Este informe detalla las actividades realizadas durante septiembre de 2024 por los equipos interdisciplinarios, basadas en el análisis de datos obtenidos de las valoraciones iniciales.

OBJETIVOS

- **Objetivo General**

Detallar de manera cualitativa y cuantitativa las acciones llevadas a cabo por los equipos de Salud, Nutrición, Psicología, Salud Física, Trabajo Social y Dirección Técnica durante septiembre, como parte del programa integral para mejorar la calidad de vida de las personas mayores atendidas en el Centro de Bienestar Fundación Hogar Mis Mejores Años en Barranquilla durante el año 2024.

- **Objetivos Específicos**

▪ Establecer el alcance de las estrategias multidisciplinarias implementadas bajo el modelo de atención en salud centrada en la persona desde el enfoque de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

▪ Identificar y analizar porcentual y categóricamente las características sociodemográficas relevantes del grupo beneficiario, sustentando así acciones de tipo socio cultural para la intervención positiva de variables sensibles a modificaciones.

▪ Comunicar descriptivamente las estrategias de intervención en salud integral aplicadas por los diferentes componentes de atención como resultado del análisis de datos evaluativos, enfocadas a impactar favorablemente los niveles de bienestar de la población de personas mayores acogidas.

▪ Reportar el avance y los resultados progresivos alcanzados durante el periodo de ejecución frente a las metas propuestas inicialmente.

METODOLOGÍA

A partir del diseño del plan de trabajo derivado del Programa de Atención Integral (P.A.I), surge una propuesta de intervención en salud fundamentada en los resultados de las evaluaciones iniciales y las necesidades detectadas por los diversos componentes en la población de beneficiarios. Esta propuesta abarca una variedad de estrategias adaptadas a las capacidades y preferencias de las personas mayores, con el fin de mejorar su bienestar físico, emocional y social, orientadas hacia el logro de metas e indicadores establecidos. La implementación de estas estrategias se basa en varios pilares: priorización del atendido, centrando la atención en sus necesidades y preferencias; individualización del cuidado, ajustando la atención a las características únicas de cada beneficiario y reconociendo su contexto social, cultural y emocional; mejora de la comunicación, con el objetivo de establecer una comunicación efectiva y bidireccional entre el beneficiario y el equipo de atención; coordinación del cuidado, integrando los diversos servicios de atención médica y profesionales de salud para asegurar una atención continua y sin interrupciones; y prevención de la enfermedad y promoción de la salud, enfocándose en la prevención de enfermedades, la promoción de estilos de vida saludables y el manejo proactivo de las condiciones crónicas para mejorar la calidad de vida. Cada uno de estos pilares atraviesa todos los componentes de intervención y se refleja en las estrategias planteadas en torno al beneficiario como eje central de las acciones realizadas, desde intervenciones grupales hasta seguimientos personalizados, permitiendo abordar de manera particular los determinantes de salud de cada beneficiario.

BENEFICIARIOS

En la actualidad, el centro de bienestar atiende a un total de 15 personas mayores, activas en el Programa Adulto Mayor de la Alcaldía de Barranquilla. El centro se ha dedicado a acoger a esta población beneficiaria con el objetivo de abordar sus necesidades fundamentales, promover su crecimiento y desarrollo personal, y proporcionarles una atención integral de manera humanizada. Esta atención se adapta a las necesidades individuales identificadas en cada persona mayor,

CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN

La población de personas mayores residentes del centro de bienestar se encuentra caracterizada por medio de la recopilación de datos de origen socio demográfico, cuyo análisis y actualización permanente permite observar las tendencias y particularidades del grupo con el fin de optimizar y afinar las estrategias de intervención específicas según las variables categorizadas.

VARIABLE		HOMBRE	MUJER	TOTAL
Género	**Número de beneficiarios**	**10**	**5**	**15**
Condición de vulnerabilidad	**En condición de Discapacidad**	6	3	**9**
	Sisben	4	2	**6**
	Red Unidos	0	0	**0**
	Cabeza De Hogar	0	0	**0**
	Víctimas De Violencia De Género	0	0	**0**
	Desplazados	1	0	**1**
	Inmigrantes	0	0	**0**

VARIABLE		HOMBRE	MUJER	TOTAL
Género	**Número de beneficiarios**	**10**	**5**	**15**
	Retornados de Venezuela	0	0	**0**
Etnia	**Afrodescendientes**	0	0	**0**
	Palenque	0	0	**0**
	Mujer Rural	0	0	**0**
	Campesino/a	0	0	**0**
	Rom	0	0	**0**
	Indígena	0	0	**0**
	Raizal	0	0	**0**
Localidad	**Riomar**	0	0	**0**
	Metropolitana	0	0	**0**
	Suroccidente	0	0	**0**
	Suroriente	0	0	**0**
	Norte Centro Histórico	10	5	**15**

Tabla 1 Caracterización de la Población Beneficiaria

Según el análisis de los datos suministrados por la tabla anterior, se observa que:
En cuanto a distribución por género:

- 66.6% del total de beneficiarios corresponde a hombres, representando su mayoría y el 33.3% mujeres.

En cuanto a condiciones de vulnerabilidad se observa que:

- El 60% del total de la población de personas mayores presenta algún tipo de discapacidad. De los cuales el 66.6% son de género masculino.
- En cuanto a la inscripción a Sisben IV el 40 % de la población se encuentra sisbenizados. Mientras que el 60% no cuentan con inscripción al Sisben IV.

En cuanto a distribución por Etnias se observa que:

En cuanto a localidad se observa que:

- El 100% de los beneficiarios se encuentran al interior del centro de bienestar, ubicado en la localidad Norte Centro Histórico de la ciudad de Barranquilla.

2. EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES

2.1. COMPONENTE DE SALUD

En este componente se detectan las necesidades de cada persona mayor, priorizando de manera oportuna todos sus problemas y riesgos de declinación, con el fin de elaborar un plan de tratamiento y seguimiento conservando su autonomía y por ende manteniendo su calidad de vida.

2.1.1. **MEDICINA**

Con la participación de Nutrición y Medicina se generan los Planes de Atención Individualizados con el propósito de fomentar la autonomía y la independencia de cada persona mayor, los cuales se desarrollan con seguimientos, y verificación de la ejecución de estas actividades.

- **Seguimientos**

Este instrumento facilitó la detección de nuevas enfermedades, la verificación a la adherencia a los tratamientos instaurados anteriormente, solicitudes de valoraciones por especialistas de sus respectivas EPS, traslados a centros de salud más cercanos en casos de cuadros agudizados, intervenciones por grupo interdisciplinario en caso de ameritarlo.

Durante el mes de septiembre del presente año se realizaron 5 seguimientos por primera vez: correspondiendo a tres personas mayores de género masculino, y dos de género femenino, alcanzando el 33% de la totalidad de la población. Se evidenció patologías agudas tales cono Dolor en Pies, Escara en Cóccix, Mareos secundario a Síndrome Anémico por Hemorragia de Vías Digestivas, las cuales se abordaron de manera inmediata con analgésicos, antiemético, curaciones, solicitud de valoración y manejo por programa de su respectiva EPS, hubo otras

tales como Celulitis de Miembro Inferior, control en Resección de Verrugas, las cuales se manejaron con analgésicos, antinflamatorios, antibioticoterapia, con evolución satisfactoria. Posterior a las revisiones se dejaron plasmadas las recomendaciones, solicitudes de valoraciones por Especialistas de sus EPS, formulaciones y signos de alarma, para solicitar traslado con el servicio de AMI a centros de salud más cercanos en caso de no mejoría o de evolución tórpida del cuadro clínico.

Patología	*Masculino*	*Femenino*
ESCARA EN COCCIX	1	0
RESECCION DE VERRUGA	1	0
CELULITIS EN MIEMBRO INFERIOR IZQUIERDO	1	0
SINDROME ANEMICO	0	1
DOLOR EN PIES		1
TOTAL	**3**	**2**

Tabla 2 Patologías detectadas en septiembre

2.1.2. ENFERMERIA

- **Actividades de salud – Cuidados de Enfermería**

El área de enfermería se enfocó en proporcionar cuidados personalizados, atendiendo a las necesidades específicas de 15 beneficiarios del centro de bienestar. Se hizo seguimiento del estado de salud integral de la persona mayor mediante control de signos vitales, suministro de medicamentos, asistencia en la alimentación, asistencias al baño, asistencia en la movilidad, curaciones y procedimientos. Además, se llevó a cabo una capacitación en cuidado e higiene de la piel en las personas mayores y otra capacitación de primero auxilios en episodios epilépticos a los beneficiarios.

A continuación, se detalla de manera resumida el control de los cuidados de enfermería aplicados a los 15 residentes:

Cuidados de Enfermería	*Número de Personas Mayores Intervenidas*
Control de signos vitales	15
Toma de Glucometría	2
Administración de medicamentos	15
Curaciones	2
Asistencia de aseo personal	7
Procedimientos	2
Total	**43**

Tabla 3 Actividades de salud, cuidados de enfermería

- **Capacitación de enfermedades crónicas degenerativas no transmisibles enfocado en el ámbito de enfermería.**

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD

Enfermedades crónicas degenerativas no transmisibles

Diabetes mellitus tipo II y obesidad.

OBJETIVO

Conocer y reconocer que tipo de enfermedad crónica degenerativa padecen, cuáles son sus síntomas y de qué forma pueden prevenirlos tenido en cuenta los limitantes como la edad, el sexo, el entorno y las discapacidades, por medio del autocuidado reflejado en cada uno de ellos para así prevenir tempranamente síntomas, promoviendo la participación de las personas mayores en su recuperación.

RESULTADO

Los beneficiarios obtuvieron por medio de un taller educativo y didáctico a través del cual las personas mayores participaron y comprendieron la importancia de los

hábitos de autocuidado aplicables como métodos de promoción y prevención relacionadas con las patologías de base identificadas en el grupo.

2.2. COMPONENTE DE NUTRICIÓN

Una buena nutrición es la primera barrera contra las enfermedades y una buena fuente de energía y nutrientes para poder vivir y estar siempre activos. Las personas mayores son vulnerables a padecer malnutrición, por lo que se debe vigilar el consumo de una alimentación balanceada, siendo importante continuar con la intervención nutricional para la promoción de la salud en la prevención de patologías y una terapia adecuada en las condiciones patológicas presentes.

En este mes se realizaron las siguientes actividades: Acompañamientos nutricionales, diligenciamiento de la tabla de seguimiento o aprovechamiento de las raciones diarias consumidas, implementación y seguimiento al ciclo de minutas, talleres formativos a personas mayores.

- **Acompañamientos Nutricionales**

Se brindó orientación personalizada a cuatro personas mayores (dos del género masculino y dos del femenino), para el fomento de un buen estado nutricional.

Las siguientes fueron las intervenciones realizadas:
A persona mayor con obesidad, se socializaron los alimentos altos y bajos en calorías a través de la lúdica (utilizando alimentos de imitación), recordándoles los nombres de cada uno de estos, el aporte nutricional y su utilización en las diferentes preparaciones realizadas en el menú. Mientras que, a otra, se le explicaron uno a uno las texturas de cada uno de estos e importancia de su consumo en la alimentación diaria.

Además, a persona mayor, se le orientó sobre su actual estado nutricional, las diferentes preparaciones recibidas en los diferentes tiempos de comida y horarios de suministro diarios.

Mientras que a persona mayor con bajo peso y anemia se le brindó guía sobre alimentos ricos en calorías, proteínas, hierro, ácido fólico y vitamina C, para mejorar su peso y estado de salud.

Estos acompañamientos se realizaron para apoyar los tratamientos nutricionales y dietéticos establecidos.

- **Seguimiento a aprovechamiento de las raciones diarias**

Se observó consumo y aceptación de las raciones alimentarias servidas en este mes, se continuó orientación a personas mayores que por hábitos alimentarios y estados gripales presentaron disminución del apetito, para mantener un buen estado nutricional y mejora de su estado de salud.

Se suministraron en este mes 2.250 raciones servidas y 2.250 consumidas, con un porcentaje de aprovechamiento del 100 %.

RACIONES DEL MES			RACIONES ACUMULADAS		
RACIONES SERVIDAS	**RACIONES CONSUMIDAS**	**% DE APROVECHAMIENTO**	**RACIONES SERVIDAS**	**RACIONES CONSUMIDAS**	**% DE APROVECHAMIENTO**
2.250	2.250	100%	2.940	2.940	100%

Tabla 4 Seguimiento a aprovechamiento de raciones diarias

- **Implementación y seguimiento al ciclo de minutas**

Se realizó seguimiento al ciclo de minutas en el mes, para el cumplimiento de un buen aporte calórico y de nutrientes a las personas mayores del centro de bienestar.

- **Modelo Raciones Servidas**

A continuación, se presenta un modelo raciones servidas:

DESAYUNO: Café con leche, pan, queso rallado, fruta

MERIENDA MAÑANA: Jugo de fruta, pancakes

ALMUERZO: Crema de granos con verduras, pollo dorado, arroz primavera, verduras salteadas, jugo de fruta

MERIENDA TARDE: Cereal con leche y fruta

CENA: Huevo revueltos, Plátano maduro cocido, jugo de fruta

Además, se realizaron las siguientes actividades:

- Se aseguraron los estándares de calidad en las preparaciones distribuidas en el servicio de alimentación, a través de la supervisión de actividades realizadas (normas de higiene y seguridad alimentaria a través del buen almacenamiento y manipulación de alimentos).
- Se brindó orientación al personal manipulador de alimentos para los diversos procedimientos establecidos, en preparación de los menús y planes dietéticos, en especial plan nutricional enteral para persona mayor con sonda en gastrostomía.
- Se garantizó la satisfacción de la persona mayor al momento de la ingesta de alimentos, a través de una buena presentación y suministro de la porción servida, en los horarios indicados para cada tiempo de comida.
- Taller formativo a personas mayores

Nombre de la Actividad

Beneficios nutricionales de la yuca

OBJETIVO

Fomentar el consumo de la yuca en la alimentación, a través del conocimiento de sus propiedades nutricionales y productos saludables elaborados a base de esta, para mejora de la nutrición y salud de las personas mayores del centro de bienestar.

RESULTADO

Se explicaron las propiedades nutritivas y curativas de la yuca, así como los beneficios de su consumo a través de la proyección de video y orientación nutricional, al igual que se brindó degustación de algunos productos elaborados a base de este alimento. Las personas mayores se mostraron participativas en el transcurso del taller y comprendieron que la yuca es un alimento completo y nutritivo del que se pueden obtener diversas recetas para garantizar una buena nutrición.

2.3. COMPONENTE PSICOLOGÍA

En el presente mes de septiembre el componente de psicología lideró taller lúdico-pedagógico dirigida a promoción de la salud mental, de igual forma se trabajaron los acompañamientos psicosociales para la población de esta institución. Esto se realizó con la finalidad de buscar el bienestar mental de las personas mayores, a su vez promocionando un envejecimiento activo y saludable para optimizar los procesos mentales y de la conducta, mitigando riesgos que puedan afectar la salud mental de dicho grupo etario.

- **Acompañamientos Psicosociales**

En septiembre, el componente de psicología realizó (5) Planes de Atención Personalizada (PAP) que incluyeron intervenciones de estimulación cognitiva centradas en la orientación y la memoria. El objetivo de estas intervenciones fue mantener y fortalecer dichas funciones cognitivas, promoviendo el bienestar cognitivo de las personas mayores. Además, se continuó abordando el manejo del estrés como parte integral del plan, brindando herramientas para mejorar la capacidad de afrontamiento de las personas mayores.

- **Talleres de promoción de la salud mental y estimulación cognitiva**

Esta actividad se desarrolló para concientizar a la población en un espacio pedagógico, buscando fortalecer y sensibilizar a la población sobre el tema.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD

Hablemos

OBJETIVO

Concientizar a la población de la institución sobre el suicido mediante una actividad pedagógica.

RESULTADO

Se logró socializar acerca de la prevención del suicidio, dando iniciativa al tema indicando las alertas y las recomendaciones que se requieren. La población se mantuvo atenta y participativa realizando preguntas a las cuales se les dio respuesta durante el espacio de la actividad, igualmente compartiendo opiniones y recomendaciones referentes al tema. Para el cierre, a los asistentes se le entregó una hoja a cada uno, en la cual se encontraban una cara alegre, una cara aceptable y una cara triste con la que califican el desarrollo de la actividad. Como resultado de la evaluación se pudo evidenciar que, la población marcó como

positiva la actividad.

2.4. COMPONENTE DE SALUD FÍSICA

Las actividades desarrolladas según el plan de trabajo del presente mes fueron: la ejecución de tres actividades grupales de acondicionamiento físico, tres actividades de mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad, treinta pausas activas.

- **Rutinas grupales de Acondicionamiento físico**

Las actividades físicas programadas en septiembre apuntaron a: Potenciar la memoria y la cognición en actividades de baile y de movilidad articular, estimulando las funciones cognitivas al recordar secuencias de movimientos en las personas mayores, contribuyendo así a mantener activo su cerebro. Asimismo, se realizaron ejercicios con el objetivo de fortalecer la ejecución de las fases de la marcha por medio de ejercicios de movilidad articular con el pie, estimulando las destrezas funcionales en la marcha previniendo con ello, las caídas.

La metodología participativa desarrollada por los residentes fue de trabajo individual y colectivo permitiendo la adaptación a dichas actividades según la capacidad de la persona mayor, ya sea por la presencia de alguna limitación por patologías o secuelas cumpliendo a cabalidad las actividades propuestas:

✓ **Rumba terapia: Hora-loca.** Se trasladó a las personas mayores al salón principal para ejecutar una sesión de 15 minutos de rumba terapia dirigida por la Fisioterapeuta. Consistió la actividad en la ejecución de movimientos articulares al ritmo de la música. Culmina actividad con ejercicios de movilidad articular como vuelta a la calma.

✓ **Movilidad física para el cuidado corporal**. Actividad grupal de movimientos dirigidos por la Fisioterapeuta de 15 minutos para ejecutar una sesión de 4 ejercicios de 2 series con 10 repeticiones según instrucción demostrativa con banda elástica: Flexión y extensión de hombros, Abducción de hombros, Rotación interna y externa de hombros, Circunducción de brazos. Termina actividad con 5 minutos de estiramientos de MMSS.

✓ **Ejercicios para la marcha funcional.** Actividad grupal dirigida por la fisioterapeuta en el salón principal donde completaron una actividad de 4 variaciones de movimientos articulares del pie. Se situó una cruz en el centro del salón para utilizarlo de guía para desplazar ambos pies: hacia delante, de un lado al otro, trasladarlos pies en dirección de cruz haciendo un cuadrado y cruzar pies a ambos lados, cada ejercicio fue realizado 10 veces por cada lado.

Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad

Estas actividades se realizaron para mejorar la coordinación motora, el equilibrio y la motricidad de las personas mayores, fomentando su capacidad de realizar actividades diarias seguras y efectivas. Además, se buscó fortalecer la atención, la concentración y la agilidad mental para promover el desarrollo de habilidades motoras finas y gruesas, lo que contribuye a la prevención de caídas y mejora la confianza en la movilidad del beneficiario. Al tiempo en que se fortaleció la musculatura de las piernas y se activaron las reacciones de enderezamiento corporales para permitir el adecuado control postural que el adulto mayor requirió en la precisión de los movimientos de las extremidades inferiores. Por consiguiente, las estrategias empleadas fueron:

- ✓ **Juego de manos coloridas.** Se ubicó a 12 adultos mayores en el salón principal para mostrar los dos colores del juego (Azul y naranja) asegurándose de que todos los participantes comprendieran qué color corresponde a cada mano. Luego se procede a intercalar entre círculos de color que se muestran en alto y los participantes reaccionaron rápidamente utilizando la mano correspondiente al color mostrado. Culmina actividad cognitiva con habilidades motrices finas permitiendo estimular la mente y el cuerpo, lo que beneficiaba a los mayores.

✓ **Recorrido desafiante.** Actividad donde fue proporcionada una pelota ligera de tamaño pequeño para que los participantes mantuvieran sobre su cabeza durante todo el trayecto. El beneficiario inició recorrido manteniendo dicha pelota sobre la cabeza para luego sortear los obstáculos, adaptando su postura y movimientos para mantener el equilibrio bajo supervisión de la fisioterapeuta para

mantener una postura correcta, enfatizando en la alineación de la columna y la distribución del peso en sus pies. El nivel de dificultad de los obstáculos fue ajustado para los participantes con dificultad para la movilidad. Dicha actividad fue realizada en varias repeticiones, permitiendo pausas según la tolerancia y condición del paciente.

✓ **¡Traslada el cono sin caerse!** 13 beneficiarios se reunieron en el salón principal del centro de bienestar en posición sedente (sentados en silla) para mover un cono a lo largo de un trayecto de periódico acercándolo a su cuerpo, para arrastrarlo y alternarlo solo con los pies, evitando que el cono caiga o se salga del trayecto. De esta forma, la actividad fue realizada con 2 repeticiones, permitiendo pausas según la resistencia del paciente y evaluando la necesidad de modificar el ejercicio para aumentar o reducir la dificultad.

- **Pausas Activas**

Entre estas actividades hubo ejercicios de fortalecimiento con dispositivo de resistencia (Theraband) para miembros superiores e inferiores y Core, ejercicios de equilibrio, propiocepción, coordinación y estabilidad articular propiciando hábitos saludables que permiten mantener una buena salud.

Se llevaron a cabo pausas activas que incluían estiramientos suaves en el área del cuello, brazos, espalda y piernas. Se ejecutaron ejercicios circulatorios en las articulaciones y ejercicios libres con balón. Además, se realizaron sesiones de rumba terapias cortas, rutinas de ciclismo y pausas cognitivas para combatir las patologías preexistentes en el centro de bienestar.

Las personas mayores participaron activamente en estas sesiones a lo largo del día, siguiendo las instrucciones de la fisioterapeuta y del personal de enfermería. Las actividades se realizaron una vez al día durante la jornada, y en septiembre hubo 30 sesiones activas.

2.5. COMPONENTE DE TRABAJO SOCIAL Y/O DIRECCIÓN TÉCNICA

En septiembre se brindó hospedaje en un espacio humanizado a 15 beneficiarios residentes del centro de bienestar.

Desde la dirección técnica y el área de trabajo social se pretendió ofrecer a las personas mayores un ambiente seguro y tranquilo, con una cobertura de las necesidades básicas, una amplia gama de servicios y actividades dirigidas a la continua mejora de su calidad de vida y restablecimientos de derechos.

Además, se realizó una actividad enfocada a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos para los beneficiarios del centro de bienestar.

Se presentan las gestiones en pro del bienestar de los residentes:

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

Se continuó gestionando en las oficinas del SISBEN para la aplicación de la encuesta con el fin de lograr la afiliación de la población de personas mayores que aún no cuentan con la inscripción a SISBEN IV. Se continuó con la gestión a través de los entes encargados para la aplicación de la encuesta. La respuesta por parte del programa de la alcaldía fue, que los residentes del centro no necesitan estar inscritos en el SISBEN debido a que ya cuentan con el servicio de salud por ser integrantes de un centro de bienestar. En septiembre se consultó a la Base de Datos Única de los Afiliados al Sistema General de Seguridad Social en Salud (ADRES) de los 15(QUINCE) beneficiarios activos. Verificando así que el 100% de la población está activa en las diferentes EPS asignadas por el Estado. El 100% de la población acogida tiene documento en identidad físico.

GESTIÓN DE DOCUMENTO DE IDENTIDAD	ANTE LA EPS	GESTIÓN SISBEN IV	GESTIÓN VINCULACIÓN PROGRAMA DE SUBSIDIO DISTRITAL	TOTAL, TRÁMITES GESTIONADOS EN EL MES
0	0	9	0	9

Tabla 5 Gestión documental y Trámite ante la EPS

- **Documentación de beneficiarios**

A los beneficiarios del centro de bienestar se les lleva organizadamente y bajo reserva de la información una carpeta tipo AZ individual con la documentación de cada persona mayor. En cada carpeta reposan las intervenciones de cada componente: fisioterapia, medicina, enfermería, psicología, nutrición y trabajo social igual que los respectivos documentos relacionados con sus datos personales; es evidenciable que la información personal de cada uno está vigente según la expiración de documentos, certificados, antecedentes y demás información verificada.

Área de Trabajo Social
- Fotocopia cédula de ciudadanía
- Certificado de SISBEN
- Certificado ADRES vigente
- Valoración inicial
- Ficha socio-económica
- Plan de Atención Personal (PAP)

Área de Pscicología
- Escala de depresión geriátrica
- Mini exámen cognoscitivo (MEC)
- Seguimientos
- Plan de atención personal (PAP)

Área de Nutrición
- Diagnóstico nutricional
- Valoración nutricional
- Plan de atención personal (PAP)

Área de Medicina
- Valoración inicial
- Seguimiento
- Valoración incial de fragilidad
- Instrumento Test Linda Fried
- Plan de atención personal (PAP)

Área de Fisioterapia
- Índice de Barthel
- Escala de Tinetti
- Plan de intervención individual
- Formato de registro de atención individualizada y seguimiento
- Plan de atención personal (PAP)

Área de Enfermería
- História clínica de medicina general
- Psiquiatría
- Laboratorios
- Otras especialidades
- Plan de atención personal (PAP)

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

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD

"Celebración del amor y amistad en el adulto mayor "

OBJETIVO

Establecer relaciones de amistad que favorecen el óptimo estado de salud físico, mental y emocional, promoviendo el bienestar integral de los adultos mayores.

RESULTADO

Esta actividad les demostró a los adultos mayores la importancia que tiene sostener vínculos de amistad, ya que el apoyo emocional que brindan estas relaciones ayudan a promover actitudes y emociones positivas en la persona, desarrollando herramientas que permiten enfrentar las dificultades que se presenten en su vida.

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

Durante el mes de septiembre se actualizó la base de datos, con la información demográfica correspondiente a la totalidad de personas mayores residentes, Relacionando los trámites documentales y las novedades presentadas en el transcurso del presente mes. Como producto de estos procesos, se mantienen actualizados los soportes físicos de los 15 beneficiarios en el Centro de bienestar.

- **Hospedaje en Espacios humanizados**

La Fundación Hogar de paso Mis Mejores Años siempre pensando en el bienestar de sus acogidos, brindó hospedaje y alojamiento a sus beneficiarios procurando un ambiente acogedor, tranquilo y funcional el cual cumple con los requerimientos locativos para satisfacer no solo las necesidades de una vivienda digna si no también garantizar espacios para el desarrollo y mantenimiento de

todas las capacidades potenciadas a través de la intervención oportuna de los diferentes componentes de salud. Con el fin de optimizar las condiciones de vivienda y espacios adecuados para el desarrollo de las diferentes actividades y ofrecer aún mejores condiciones y calidad de vida a las personas mayores residentes, continuamente se implementaron adecuaciones locativas y organizacionales.

Las áreas comunes para las actividades de aprovechamiento del tiempo libre se han adecuado con características funcionales tanto para la ejecución de las actividades cotidianas, como las de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

Por parte de trabajo social, y gestión técnica se seguirá implementando la mejora continua en aras de garantizar la funcionalidad y garantizar espacios seguros para los residentes.

3. AVANCES Y RESULTADOS DE EJECUCIÓN

Por medio del seguimiento de avance en el desarrollo de las actividades se diseñadas e implementadas por los diferentes profesionales se garantiza el cumplimiento de la propuesta y la participación de las personas mayores en las estrategias diseñadas según las características identificadas en el grupo de beneficiarios.

RESULTADOS DEL PLAN DE TRABAJO						
septiembre 2024						
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**%DE AVANCE**	**MESES DE EJECUCIÓN** agosto a diciembre	**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
COMPONENTE SALUD						
Valoración médica inicial	100% de mayores valoradas por el médico	100%	100%	agosto a ciembre	Médico	Historia clínica
Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad	# de taller de promoción de la salud prevención de la enfermedad	3	33%	Agosto, octubre y diciembre	Médico	Formatos asistencia registros fotográficos
Cuidados de Enfermería	100% de las personas mayores reciben cuidados de enfermería	100%	100%	agosto a diciembre	Enfermería	Formatos de asistencia, registros fotográficos, Kardex
Capacitación en autocuidado e higiene personal de la persona adulto mayor	2 capacitaciones en autocuidado e higiene personal	2	50%	septiembre y noviembre	Enfermería	Formatos asistencia registros fotográficos
Capacitación de primeros auxilios a los beneficiarios	3 capacitaciones de primeros auxilios a beneficiarios	3	33%	Agosto, octubre y diciembre	Enfermería	Formatos asistencia registros fotográficos

RESULTADOS DEL PLAN DE TRABAJO						
septiembre 2024						
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**%DE AVANCE**	**MESES DE EJECUCIÓN** agosto a diciembre	**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
Valoración final	100% de personas mayores valoradas por el médico	100%	N/A	Diciembre	Médico	Historia clínica
COMPONENTE NUTRICIÓN						
Tamizaje Inicial	100% de personas mayores tamizadas por nutrición al iniciar	100%	100%	agosto a diciembre	Nutricionista	Formato de tamizaje inicial
Valoración nutricional	100% de personas mayores valoradas nutricionalmente	100%	100%	agosto a diciembre	Nutricionista	Formato de valoración
Acompañamientos nutricionales	100% de personas mayores con acompañamiento nutricional	100%	50%	agosto a noviembre	Nutricionista	Formatos de acompañamiento
Seguimiento a aprovechamiento de raciones diarias consumidas	90% de aprovechamiento de las raciones	90%	100%	agosto a diciembre	Nutricionista	Formato de raciones diarias
Diseño de minuta	1 minuta diseñada para su implementación	1	100%	agosto	Nutricionista	Formato de presentación de minuta
Talleres formativos a	2 talleres formativo a	2	50%	septiembre y	Nutricionista	Formato de talleres, listado

RESULTADOS DEL PLAN DE TRABAJO						
septiembre 2024						
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**%DE AVANCE**	**MESES DE EJECUCIÓN** agosto a diciembre	**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
personas mayores	personas mayores			noviembre		de asistencia, registro fotográfico
Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos	3 talleres formativo al manipulador de alimentos	3	33.3%	Agosto, octubre y diciembre	Nutricionista	Formato de talleres, listado de asistencia, registro fotográfico
Tamizaje Final	100% de personas mayores tamizadas al finalizar el contrato	100%	N/A	Diciembre	Nutricionista	Formato de tamizaje final
PSICOLOGÍA						
Valoración inicial a las personas mayores	8 personas valoradas inicialmente	100%	100%	Agosto a diciembre	Psicología	Pruebas y escalas psicológicas. Diagnósticos iniciales
Acompañamientos psicosociales	100% acompañamientos psicosociales	100%	50%	Agosto a noviembre	Psicología	Formato de atención personalizada y registro fotográfico
Proceso de adaptación a los beneficiarios	100% de acompañamiento en el proceso de adaptación de los beneficiarios	100%	100%	Agosto a noviembre	Psicología	Listado de asistencia, registro fotográfico
Talleres de promoción de la salud mental y estimulación cognitiva	2 talleres de promoción de la salud mental y estimulación cognitiva	2	50%	septiembre y noviembre	Psicología	Listado de asistencia, registro fotográfico
Actividades lúdico-pedagógicas dirigidas a la	3 actividades lúdico-pedagógicas dirigidas a la	3	33%	Agosto, octubre y	Psicología	Listado de asistencia, registro fotográfico

RESULTADOS DEL PLAN DE TRABAJO						
septiembre 2024						
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**%DE AVANCE**	**MESES DE EJECUCIÓN** agosto a diciembre	**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
promoción de la salud mental	promoción de la salud mental			diciembre		
Valoración final a las personas mayores	90% de personas mayores valoradas por el psicólogo	N.A	N.A	Diciembre	Psicología	Pruebas y escalas psicológicas
SALUD FÍSICA						
Valoración inicial	100% de las personas mayores son valoradas	100%	N/A	agosto a diciembre	Fisioterapeuta	Formatos de valoración y registros fotográficos
Rutinas grupales de acondicionamiento físico	15 rutinas grupales de acondicionamiento físico	15	40%	agosto a diciembre	Fisioterapeuta	Formatos de asistencia y registros fotográficos
Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad	18 actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad	15	40%	agosto a diciembre	Fisioterapeuta	Formatos de asistencia y registros fotográficos
Pausas activas	150 pausas activas	150	100%	agosto a diciembre	Fisioterapeuta/Enfermería	Formatos de asistencia y registros fotográficos
Talleres para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico	1 taller para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico	2	0%	octubre	Fisioterapeuta	Formatos de asistencia y registros fotográficos
Valoración final a las personas mayores	100% de personas mayores valoradas por la fisioterapeuta	100 %	N/A	Diciembre	Fisioterapia	Formatos de valoración y registros fotográficos
DIRECCIÓN TÉCNICA – TRABAJO SOCIAL						

RESULTADOS DEL PLAN DE TRABAJO						
septiembre 2024						
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**%DE AVANCE**	**MESES DE EJECUCIÓN** agosto a diciembre	**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
Acompañamiento a la Persona Mayor en su ingreso al Centro de Bienestar	Se acompaña al 100% de las personas mayores en su ingreso al CDB	100%	100%	agosto a diciembre	Trabajador social	Formato de registro de acompañamientos y registros fotográficos
Gestión documental y trámite ante la EPS	Se gestiona el 100% de documentos y trámites ante la EPS	100%	100%	agosto a diciembre	Trabajador social	Registro en base de datos, soporte de gestión (acta, documentos tramitados y registro fotográfico)
Visitas domiciliarias de ingreso	Se ejecutan el 100% de las visitas domiciliarias de ingreso	100%	100%	agosto a diciembre	Trabajador social	Acta de registro de visita domiciliaria y registros fotográficos
Documentación de beneficiarios	100% de la documentación de los beneficiarios es gestionada	100%	100%	agosto a diciembre	Trabajador social	Reserva de archivo físico tipo AZ por cada persona mayor
Actividades enfocadas a la recreación internas y Externas	3 actividades enfocada a la recreación interna y externa	3 actividades	33%	Agosto, octubre y diciembre	Trabajador social	Listado de asistencia, registro fotográfico
Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad	2 jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad	2	50%	Agosto y noviembre	Medicina, nutrición, salud física, psicología, trabajo social, enfermería Equipo interdisciplinario	Listado de asistencia, registro fotográfico
Actividades Lúdico-Pedagógicas de Promoción y Prevención	1 actividad lúdico-pedagógica de promoción y prevención	1	No aplica para el	octubre	Nutrición, Salud física, Psicología.	Listado de asistencia, registro fotográfico

RESULTADOS DEL PLAN DE TRABAJO						
septiembre 2024						
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**%DE AVANCE**	**MESES DE EJECUCIÓN** agosto a diciembre	**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
dirigidas a la fragilidad	dirigidas a la fragilidad		periodo			
Actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos	2 actividades enfocadas a la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos	2	50%	septiembre y noviembre	Trabajador social	Listado de asistencia, registro fotográfico
Capacitación al personal contratado	2 capacitaciones al personal contratado	2	50%	Agosto y octubre	Trabajador social	Listado de asistencia, registro fotográfico
Actualización digital de las personas mayores (BD-Arch digital y/o físico)	5 actualizaciones	5	100%	agosto a diciembre	Trabajadora social – Dirección Técnica	BD-ARCH digital y/o físico
Hospedaje en Espacios humanizados	5 meses de hospedaje en espacios humanizados	5	100%	agosto a diciembre	Medicina, nutrición, salud física, psicología, trabajo social. Equipo interdisciplinario	Reporte mensual en informe técnico, registro fotográfico

Tabla 7 Avances y Resultados de Ejecución, mes de septiembre

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

acuerdo con la formulación del Plan de Atención Integral PAI.

4 . ANEXOS FOTOGRÁFICO

COMPONENTE DE SALUD

MEDICINA



Ilustración 1 Seguimientos medicina mes de septiembre

Actividades de salud – Cuidados de Enfermería



Ilustración 2Capacitación de Enfermedades crónico-degenerativas



Ilustración 3 Actividades de enfermería

COMPONENTE NUTRICIÓN



Ilustración 4 Acompañamientos nutricionales



Ilustración 5 Seguimiento o aprovechamiento de las raciones diarias consumidas







Ilustración 6 Implementación y seguimiento al ciclo de minutas



Ilustración 7 Talleres formativos a personas mayores

COMPONENTE PSICOLOGÍA



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



Ilustración 9 Implementación del plan de atención personalizada (PAP) Psicología

COMPONENTE DE SALUD FÍSICA



Ilustración 10 Rutinas grupales de acondicionamiento físico



Ilustración 12 Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad



Ilustración 11 Pausas activas

COMPONENTE DE TRABAJO SOCIAL Y DIRECCIÓN TÉCNICA



Ilustración 13 Actividad enfocada en la recreación y fortalecimiento de vínculos afectivos