ASILO DE SAN ANTONIO

PROYECTO CENTROS DE BIENESTAR

PLAN DE ATENCIÓN INTEGRAL

OCTUBRE

VIGENCIA 2024

ÍNDICE

1. **INTRODUCCIÓN**
- **OBJETIVO GENERAL**
- **OBJETIVO ESPECÍFICO**
2. **METODOLOGÍA**
3. **BENEFICIARIOS**
   - **3.1. caracterización**
4. **Ejecución de las actividades**
   - **4.1. Componente de salud**
   - **4.2. Componente de nutrición**
   - **4.3. Componente de psicología**
   - **4.4. Salud física**
   - **4.5 Dirección técnica- trabajo social**
5. **Avances y resultados de la ejecución**
6. **ANEXO FOTOGRÁFICO**

PLAN DE ATENCIÓN INTEGRAL 2024

1. Introducción

El Asilo de San Antonio se destaca como un referente en la prestación de servicios especializados para personas mayores en situación de vulnerabilidad. Su enfoque se centra en ofrecer una atención personalizada y multidisciplinaria que aborda las necesidades complejas y variadas de los residentes. En este sentido, la presente iniciativa busca mejorar la calidad de vida y el bienestar integral de los residentes mayores de este centro.

El objetivo principal de este proyecto es implementar un programa de atención personalizada que responda a las necesidades específicas de cada residente. Este programa se fundamentará en un análisis exhaustivo de datos sociodemográficos, evaluaciones interdisciplinarias y la ejecución de intervenciones adaptadas a las necesidades individuales. Se reconoce que un enfoque holístico y centrado en la persona es fundamental para proporcionar una atención de calidad a los adultos mayores, considerando su diversidad en términos de salud física, bienestar emocional y redes de apoyo.

Este proyecto se basa en la premisa de que cada individuo es único y requiere un enfoque individualizado para promover su bienestar y autonomía. A través de una metodología rigurosa y participativa, se buscará identificar las necesidades específicas de cada residente y diseñar intervenciones efectivas que mejoren su calidad de vida que les permitan vivir de manera plena y digna en el Asilo de San Antonio.

1.2 Objetivos

Objetivo General

Mejorar la calidad de vida y el bienestar integral de los residentes mayores del Asilo de San Antonio, a través de la implementación de un programa de atención personalizada basado en un análisis detallado de datos sociodemográficos, evaluaciones interdisciplinarias y la ejecución de intervenciones adaptadas a las necesidades individuales de cada residente.

Objetivos Específicos

- Realizar un análisis exhaustivo de los datos sociodemográficos de los residentes mayores del Asilo de San Antonio, con el fin de comprender sus perfiles individuales, necesidades y preferencias.
- Diseñar e implementar actividades y servicios personalizados, utilizando la información recopilada con el objetivo de mejorar la calidad de vida y el bienestar de los residentes.
- Evaluar de manera integral a todos los beneficiarios del contrato en el centro de bienestar mediante un enfoque interdisciplinario, que involucre la participación de diferentes profesionales especializados en salud, bienestar social y psicología.
- Desarrollar e implementar intervenciones específicas y adaptadas a las necesidades individuales de los residentes, utilizando como base los resultados obtenidos de las valoraciones iniciales realizadas por el equipo interdisciplinario.

2. Metodología

Durante la elaboración de este informe, el equipo interdisciplinario se enfocó en diseñar y ejecutar actividades orientadas al bienestar integral de las personas mayores. Este enfoque holístico permitió ofrecer un servicio completo y personalizado en todas las áreas de atención del centro. Cada miembro del equipo proporcionó un cuidado individualizado a los residentes, a través de sesiones específicas que atendían sus necesidades particulares, mejorando así su calidad de vida. Además, se llevó a cabo una valoración inicial de cada nuevo ingreso registrado durante el mes.

El compromiso del equipo con intervenciones oportunas y efectivas se refleja en cada acción realizada. Las actividades desarrolladas abarcaron aspectos físicos, emocionales, sociales y cognitivos, asegurando un enfoque integral que promovía no solo el bienestar y la comodidad, sino también el crecimiento personal y el disfrute de las personas mayores. Este enfoque evidencia la firme convicción del centro en la importancia de ofrecer una atención centrada en la persona, garantizando un entorno en el que cada residente pueda disfrutar de una vida plena y de calidad.

3. Beneficiarios

El Asilo de San Antonio brindó atención a personas mayores de 60 años que se encuentran en situación de vulnerabilidad y abandono, carecen de una red de apoyo familiar y enfrentan dificultades físicas o mentales que les impiden ser autosuficientes. Como parte de su estrategia de acompañamiento, el asilo cuenta con un equipo de trabajo social que realiza visitas domiciliarias a los solicitantes. Posteriormente, se implementa un protocolo de admisión y un proceso de adaptación al nuevo entorno y comunidad, con el objetivo de fortalecer los vínculos afectivos y proporcionar apoyo emocional.

En el presente mes, la institución registro un fallecimiento y tres ingresos, quedando actualmente con el cupo completo de 45 personas mayores activas en el centro de bienestar. La atención en el asilo se centra en las necesidades individuales de cada residente, ofreciendo talleres grupales respaldados por un equipo

multidisciplinario compuesto por profesionales de diversas áreas: Medicina, Psicología, Nutrición, Trabajo Social, Terapia Ocupacional, Fisioterapia y Odontología. Además, el asilo dispone de espacios destinados al descanso y esparcimiento, así como servicios públicos y una alimentación adaptada a las condiciones de salud de cada residente.

3.1. Caracterización

En la presente tabla se encuentra la caracterización de la población que reside en el centro de bienestar, en dicha tabla se observan datos como la condición de vulnerabilidad, etnia y localidad.

Condición de vulnerabilidades	Hombre	Mujer
Número de beneficiarios		45
En condición de discapacidad		45
Sisbén		45
Red unidos		0
Cabeza de hogar		45
Víctimas de violencia de género		0
Desplazados		0
Inmigrantes		45
Retornados de Venezuela		0
Etnia	Hombre	Mujer
Afrodescendientes		0
Palenque		0
Mujer rural		0
Campesino/a		0

Rom		0
Indígena		0
Raizal		0
Localidad	Hombre	Mujer
Riomar		0
Metropolitana		0
Suroccidente		0
Suroriente		0
Norte centro histórico		45

Tabla 1 caracterización de la población

4. Ejecución de las actividades

4.1 Componente de salud

El componente de salud es fundamental para garantizar el bienestar integral de las personas mayores. Este componente se encarga de la prevención, diagnóstico y tratamiento de enfermedades, el manejo de condiciones crónicas, y la atención inmediata de emergencias.

Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad

Son actividades diseñadas para promover la salud bucal y el bienestar general de las personas mayores de una manera divertida y participativa, son importantes para aumentar la conciencia sobre la salud bucal y fomentar hábitos orales saludables en la población.

Actividad No. 1

Nombre de la Actividad: Adagios bucales.

Objetivo de la Actividad: Vincular recuerdos y reforzar conocimientos de manera divertida usando dichos populares que expongan términos basados en un contexto dental.

Descripción de la actividad: Actividad recreativa que, combinada con la educación, es más efectiva para captar la atención de las personas mayores y

motivarlos a adoptar comportamientos saludables que beneficien su salud bucal a largo plazo.

Se ubicó la cartelera en una pared del salón, para tener una mejor visibilidad desde todos los ángulos. En dicha cartelera, estaban frases recortadas de refranes o adagios, relacionados todos con la cavidad oral y sus zonas adyacentes. Estos refranes estaban recortados hasta la mitad y pegados en la cartelera. En una mesa se esparcieron el resto de las frases en recortes, los cuales leyeron y escogieron uno solo. Una vez leyeron el contenido del papel, se dirigieron a la cartelera, observaron, buscaron y pegaron el recorte elegido frente al inicio del refrán correspondiente. De tal manera, que quedó completo el refrán y se pudo leer e interpretar su significado.

Con el apoyo de cartulina, recortes de refranes, cinta pegante se desarrolló la actividad.

Resultados: Se motivaron las personas mayores al saber el tipo de actividad y al observar en la cartelera empezaron al unísono a expresar el resto de las frases correspondientes a los refranes faltantes. Hubo gran participación de las personas mayores, estuvieron receptivas durante el refuerzo de las prácticas de salud oral y se notaron interesadas y agradecidas de esta actividad al poder recordar dichos populares en vías de extinción.

Cuidados de enfermería

Las acciones de enfermería son esenciales en un centro de bienestar, ya que mejoran la calidad de vida de las personas mayores al prevenir complicaciones de salud, fomentar la autonomía y proporcionar un cuidado integral y personalizado. Estas intervenciones ayudan a los residentes a mantener su salud y les permiten vivir de manera digna y cómoda en su entorno. Además, aseguran que reciban la atención y el apoyo necesarios para enfrentar los retos que presenta el envejecimiento.

El equipo de enfermería colabora estrechamente con profesionales de diversas disciplinas, lo que garantiza una atención continua y de alta calidad. Esta colaboración facilita la toma de decisiones conjunta y el seguimiento del estado de salud, tanto físico como mental, de nuestros residentes, lo que resulta en una atención más efectiva y adaptada a sus necesidades individuales.

La prevención de enfermedades es una de las prioridades del servicio de enfermería. Durante este período, se llevaron a cabo campañas de desparasitación, así como actividades de promoción de la salud, como el lavado de manos, el control de signos vitales y la realización de glucometría. También se administraron medicamentos bajo prescripción médica, se realizaron curaciones y se implementaron cambios de posición cada dos horas para prevenir úlceras por presión en aquellos que no pueden moverse por sí solos. Estas medidas no solo ayudan a reducir los riesgos y complicaciones médicas, sino que también disminuyen la necesidad de hospitalizaciones.

Además, se brinda asistencia en las actividades diarias de los residentes, como la higiene personal, el baño, el vestirse y la alimentación. También se realiza un cambio de pañal cada ocho horas o antes si es necesario, y se apoya la movilidad de los residentes utilizando dispositivos de asistencia cuando se requiere.

Durante este período, se brindó asistencia a **43** personas mayores con la alimentación, **27** recibieron apoyo para el baño y **18** fueron supervisadas durante su ducha. Además, se asistió a **24** personas mayores en su movilidad diaria. Se llevaron a cabo **4** curaciones y se registró **1** hospitalización. Estas acciones reflejan el compromiso del equipo de enfermería con el bienestar y la salud de los residentes.

Capacitación en autocuidado e higiene personal de la persona mayor

Las capacitaciones en autocuidado e higiene personal en un asilo son fundamentales para promover la autonomía y preservar la dignidad de las personas mayores. Estas actividades les brindó herramientas y conocimientos prácticos para mantener su salud física, prevenir infecciones y mejorar su autoestima. Instrucciones sobre higiene corporal, cuidado de la piel y vestimenta

adecuada ayudan a reducir el riesgo de enfermedades, mientras fomentan una mayor independencia.

Actividad No 2.

Nombre de la Actividad: Autoexamen de Mama

Objetivo de la Actividad: Concienciar y capacitar a la persona mayor sobre la importancia del autoexamen de mama como herramienta de detección temprana del cáncer de mama.

Descripción de la actividad: Se presentó al personal una cartelera educativa que destacaba la técnica adecuada para realizar el autoexamen de mama, junto con información sobre la frecuencia recomendada y los signos de alerta. Luego, se llevó a cabo un taller interactivo en el que, a través de un juego de roles, los participantes pudieron practicar la técnica de autoexamen utilizando modelos anatómicos. Este enfoque práctico facilitó la identificación de las áreas a revisar y reforzó la importancia de conocer su propio cuerpo.

Resultados: Los residentes demostraron la capacidad de realizar el autoexamen de mama de manera segura y efectiva. La actividad práctica permitió a los participantes visualizar y comprender claramente los pasos necesarios para llevar a cabo el autoexamen, incluyendo la identificación de bultos y cambios en la piel. Se evidenció una mayor confianza en su habilidad para realizar esta práctica de forma regular y una mayor adherencia a las recomendaciones de autoexamen, lo que contribuye a una mejor salud mamaria.

4.2 Componente de nutrición

La nutrición como acto de conciencia para la optimización del organismo a través del aprovechamiento de los nutrientes que se obtienen por medio de los alimentos que componen la dieta diaria de la persona mayor evalúa en cada persona como cada organismo aprovecha dichos nutrientes que involucra la ingestión de éstos, la digestión, la absorción de nutrientes y la utilización de éstos y la eliminación de los productos de desecho. Una nutrición adecuada en la persona mayor es esencial para el mantenimiento de la salud a lo largo de la vida.

Acompañamientos nutricionales

Por medio de los acompañamientos a la persona mayor se evalúa el estado nutricional y adaptación a los cambios de hábitos alimentarios para obtener mejora del aprovechamiento de los nutrientes que los alimentos aportan y que hacen parte de la dieta de esta población. Se realizan en conjunto con los métodos de evaluación estándar (tamizaje nutricional) para tener una comprensión más completa y precisa del diagnóstico nutricional.

Estas intervenciones incluyen educación nutricional, acceso a alimentos que favorezcan la salud en caso de enfermedades especiales y asesoramiento dietético según la capacidad cognitiva. Durante este periodo se realizaron **32 atenciones o acompañamientos nutricionales** con los siguientes resultados NORMAL **9** personas mayores, PESO INSUFICIENTE **9** persona mayores, DESNUTRICION LEVE **3,** DESNUTRICION MODERADA **1** persona mayor DESNUTRICIÓN SEVERA **5** personas mayores, SOBREPESO **3** personas mayores, OBESIDAD I **1** persona mayor, OBESIDAD II **1** persona mayor.

Aprovechamiento de las raciones alimentaria

El aprovechamiento de las raciones alimentarias se ve reflejado en el consumo de las raciones ofrecidos durante el día y consolidados al final del mes como indicador de aceptabilidad de los alimentos preparados en el centro de bienestar asilo de san Antonio; para garantizar una alimentación segura, para nuestros residentes se verificó los estados nutricionales de la población de personas mayores elevando el valor nutricional de las preparaciones, disminuyendo el desperdicio de las mismas con la presentación de preparaciones adaptadas a las condiciones fisiológicas de los residentes que presentan problemas para masticar o que tengan impedido el uso de la vía oral . Esto incluye una cuidadosa planificación de menús que tenga en cuenta las necesidades dietéticas, patológicas, fisiológicas, culturales, religiosas de los residentes, así como la utilización creativa de ingredientes para preparar comidas deliciosas y nutritivas. Se aprovecharon **6605 raciones servidas, 6542 raciones consumidas** durante este mes.

Seguimiento al ciclo de minuta

El seguimiento al ciclo de minutas se realizó aplicando instrumentos electrónicos como son las encuestas elaboradas en formato digital, el cual apoya y se basa en la Directiva Presidencial No. 4 del 3 de abril de 2012.

Este enfoque de seguimiento al ciclo de minutas permitió hacer cambios positivos al mismo, adicionando preparaciones que los adultos mayores prefirieron y sugirieron incluirlas en el menú del centro de bienestar; aprovechando la variable disponibilidad de los productos agrícolas del país y propios de la región; resaltando platos de las diferentes regiones de Colombia, con cambios en la presentación del plato original para cumplir las orientaciones nutricionales para esta población.

Taller nutricional

La educación nutricional para las personas mayores es una herramienta esencial que proporciona información para mantener conceptos sobre alimentación, nutrición y estilos de vida saludable, utilizando un lenguaje sencillo y fácil de recordar. A través de actividades lúdicas, se estimula la enseñanza y la práctica diaria de hábitos saludables en esta población.

Actividad No1

Nombre de la Actividad: Conociendo los Grupos de Alimentos

Objetivo de la Actividad: reconocer los alimentos en sus respectivos grupos y sus beneficios para el bienestar de las personas mayores a través de actividades que refuercen las habilidades de motricidad fina y gruesa.

Descripción de la actividad: Se entregó a cada participante un material impreso que incluía diversos alimentos, acompañado de una breve información sobre los diferentes grupos alimenticios. Posteriormente, cada persona mayor coloreó el material proporcionado, identificando y clasificando los alimentos según la información que había recibido al inicio de la actividad.

Resultados: La persona mayor que participó en la actividad expresó, a través de la acción de colorear, su agrado por este tipo de taller. Se sienten contentas de tener la oportunidad de recordar la importancia de los alimentos en su dieta diaria, destacando que disfrutan de estas clases y desean seguir participando en ellas.

Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos

La capacitación continua al personal de manipuladores de alimentos fortalece las habilidades culinarias de este personal haciendo énfasis en temas nutricionales relacionados con la preparación de los alimentos y su manipulación antes, durante y después de los procesos de transformación por los que pasa la materia prima en este caso los alimentos de origen, animal, vegetal, no perecederos y los adecuados métodos de conservación. Para promover prácticas saludables de manipulación de alimentos y contribuir a la oferta de opciones alimenticias seguras y nutritivas para nuestros residentes.

Actividad No1

Nombre de la Actividad: Métodos de Cocción

Objetivo de la Actividad: Afianzar al personal manipulador de alimentos sobre la correcta aplicación de los métodos de cocción para los alimentos preparados a la población adulta mayor

Descripción de la actividad: Se presentó al personal manipulador de alimentos una cartelera educativa con los principales métodos de cocción. Después de impartir la información para reforzar el tema, se llevó a cabo un taller en el que, a través de un juego, los participantes debieron identificar las preparaciones y escribir el método de cocción correspondiente debajo de cada imagen.

Resultados: Los participantes profundizaron en el tema y compartieron sus conceptos sobre la aplicación de los métodos de cocción. Disfrutaron de una actividad lúdico-educativa, diseñada para fomentar la concentración y mejorar la retención de los contenidos.

4.3 Componente de psicología

La psicología es crucial en el bienestar emocional y mental de las personas mayores. Aportando en el manejo de la depresión, la ansiedad y la adaptación a la vida institucional, aportando a una mejor calidad de vida. A través de intervenciones individuales y grupales, la psicología ayuda a mejorar las

habilidades de afrontamiento, fortalecer la autoestima y promover relaciones sociales saludables, lo que contribuye a la estabilidad emocional y al bienestar integral de los residentes.

Acompañamiento psicosocial

A través del acompañamiento, se promovió la integración social, la participación activa en actividades significativas y el fortalecimiento de redes de apoyo. Además, contribuyó a mejorar la autoestima, reducir el aislamiento y fomentar una mayor sensación de propósito y satisfacción, lo que impacta positivamente en su calidad de vida.

En el presente mes se realizaron 15 acompañamientos psicosociales.

Proceso de adaptación a los beneficiarios

Abordar la adaptación al entorno es fundamental para facilitar la transición de las personas mayores a su nueva vida institucional. Este proceso ayudó a reducir el estrés, la ansiedad y el malestar emocional que conlleva al cambio en su rutina.

En el presente mes se ejecutó 2 intervenciones orientadas en la adaptación al entorno.

Talleres de promoción de la salud mental y estimulación cognitiva

Los talleres de promoción de la salud mental y estimulación cognitiva son actividades diseñadas para fortalecer el bienestar psicológico y mantener o mejorar las funciones cognitivas en personas mayores. Estos talleres ofrecen herramientas para manejar el estrés, mejorar el estado de ánimo, promover el autocuidado emocional y desarrollar habilidades de afrontamiento. Además, se trabajaron ejercicios específicos que estimulan áreas como la memoria, la atención y el razonamiento, con el fin de mantener la mente activa y prevenir o ralentizar el deterioro cognitivo.

Actividad No 1

Pabellón: Madre Marcelina

Título: Circuito Cognitivo Integral para el Fortalecimiento de Capacidades Motoras, Sensoriales y Cognitivas en Personas Mayores.

Objetivo General: Estimular de manera integral las capacidades cognitivas, sensoriales y motoras de las personas mayores mediante una serie de actividades diseñadas para potenciar su habilidad de resolución de problemas, su lógica matemática, la motricidad fina y gruesa, y su percepción sensorial, promoviendo así el bienestar físico y mental.

Descripción de la Actividad: El circuito cognitivo estuvo compuesto por varias estaciones que buscaron activar diferentes áreas del cerebro y del cuerpo:

Motricidad Fina: En esta dinámica, los participantes jugaron bingo que implico la manipulación precisa de pequeñas piezas, fomentando la coordinación mano-ojo y las habilidades de motricidad fina.

Motricidad Gruesa: Las personas mayores realizaron ejercicios de movilidad con un equipo especializado, como barras de madera que requieren levantar y mover objetos, ayudando a fortalecer sus extremidades superiores y mejorando su equilibrio.

Resolución de Problemas: Se utilizaron tableros con mecanismos simples, como interruptores y pestillos, donde los participantes debían solucionar cómo manipularlos correctamente, desarrollando su capacidad lógica y resolución de problemas.

Coordinación y Estimulación Sensorial: Se incluyó una actividad donde los participantes debían apilar o mover objetos de distintos colores y formas, lo que estimula sus sentidos visuales y su coordinación visomotora.

Resultados obtenidos:

- Se potencializaron las habilidades de coordinación motora gruesa y fina.
- Se fortaleció las capacidades cognitivas, en especial la resolución de problemas y la lógica matemática.
- Se agudizo la percepción sensorial y la coordinación visomotora.
- se afianzo la confianza de los participantes relacionada con la capacidad para realizar actividades diarias.
- se evidencio mejorar en la interacción social y el trabajo en equipo entre las personas mayores.

Este tipo de intervención no solo busca un mantenimiento cognitivo y físico, sino también mejora la calidad de vida emocional, ya que los participantes se sienten más seguros y motivados a seguir participando en actividades similares.

4.4 Salud física

La ejecución de la actividad física es altamente beneficiosa para todos los seres humanos especialmente en una edad avanzada, independientemente de su condición física o médica actual, el realizar con frecuencia un plan de acondicionamiento físico dirigido por un profesional de fisioterapia, puede brindar beneficios en el sistema musculoesquelético y neurológico, ya que al realizar actividades grupales o individuales puede aumentar su capacidad de socialización e independencia motora.

Rutinas grupales de acondicionamiento físico

La gran importancia de realizar actividad física a lo largo de los años permite a la persona mayor presentar mayor coordinada, lo que los ayuda a reducir el riesgo de accidentes o caídas desde su propia altura. Otra de las ventajas de mantenerse activos es que su estado emocional mejora notablemente, reduciendo así el estrés y el insomnio. Las rutinas de acondicionamiento físico consisten en llevar a cabo actividades recreativas, deportes de bajo impacto, caminatas, yoga, así como diversos tipos de gimnasia como aeróbicos o rumbaterapia en compañía de pares.

Actividad No 1

Pabellón: María Auxiliadora

Nombre de la Actividad: circuito de terapia física

Objetivo de la Actividad: mejorar la flexibilidad y coordinación articular y muscular así mismo fortalecer los músculos del cuello, hombros y brazos para si poder desarrollar la coordinación y el control motor, además de ayudar a aliviar la tensión y el estrés, promoviendo el bienestar físico.

Descripción de la actividad: Con ayuda de ula-ula y pelotas las personas mayores ejecutaron ejercicios de flexibilidad y coordinación en tren superior en 2 series de 12 repeticiones y 2 encestado de pelota por persona en arco de basketball según

lo demostrado por el terapeuta, favoreciendo así el control motor de las estructuras musculares y articulares. Duración de la actividad 40 minutos.

Resultados: Se logró que las personas mayores aumentaran su flexibilidad y capacidad de coordinación desde diferentes planos con cada ejercicio demostrado, evidenciando durante su ejecución, disposición y aceptación a la actividad por parte de las participantes, logrando así finalizar las series correspondientes de 2 series con 12 repeticiones y 2 encestado por persona en arcos. Esta actividad tuvo una duración de 40 minutos.

Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad

Actividad No 1

Pabellón: Madre Marcelina

La Terapia Ocupacional en la intervención con personas mayores se enfocó en mejorar la calidad de vida, mediante el mantenimiento o recuperación de habilidades necesarias para la ejecución de las actividades de la vida diaria, esto incluye trabajar en áreas como la movilidad, la fuerza, la memoria, el procesamiento cognitivo la interacción social, además se adapta a los entornos y actividades para promover la independencia, el bienestar físico y emocional para prevenir el deterioro.

Título de la actividad: Estaciones cognitivas y de interacción social.

Objetivo general: Mantener las habilidades cognitivas a través de diversos juegos de mesa para la estimulación de la memoria, la atención y el razonamiento.

Descripción de la actividad: la intervención dio inicio con un ejercicio de memoria, en el que los participantes compartieron recuerdos de su infancia, lo que no solo fomento la conexión emocional, sino que también activó sus recuerdos y habilidades narrativas.

Posterior se realizaron juegos de mesa que desafiaron su pensamiento estratégico y promovieron la interacción, diversas actividades como juegos de palabras, de números, de memoria, asociación y de construcción, este último propuesto para una residente en condición de déficit visual, fueron parte de la dinámica, ayudando a mantener la agilidad mental de manera divertida y amena, lo que permitió que todos se sintieran cómodos para participar y compartir.

Resultados: Se logró con el desarrollo de la actividad propuesta la participación activa de los residentes, en el que todos se mantuvieron conectados y dispuestos, potenciando habilidades cognitivas y de interacción social, al final de la sesión, se reflexionó sobre lo aprendido y cómo a través de estas actividades, pueden integrarse en su vida diaria para continuar manteniendo su participación ocupacional y calidad de vida.

Fue gratificante observar cómo cada uno de ellos se involucró y disfruto del proceso fortaleciendo no solo su mente, sino sus lazos sociales.

Pausas activas

Las pausas activas son una serie de actividades físicas diseñadas para contrarrestar los efectos negativos de la inactividad prolongada, mejorando significativamente la calidad de vida de quienes las practican. Al realizar estas pausas, se logra disminuir la sobrecarga muscular, mejorar la movilidad articular y corregir malas posturas, además de activar la respiración, mejorar la circulación sanguínea y recuperar la energía corporal. Además, las pausas activas tienen un impacto positivo en la salud mental, reduciendo el estrés y la ansiedad. A través de la implementación regular de estas pausas, se reduce el riesgo de enfermedades crónicas y se mejora la funcionalidad física y cognitiva, contribuyendo así a una vida más saludable, activa y equilibrada. En este mes de octubre se llevaron a cabo 12 pausas activas permitiendo en las personas mayores mejorar su condición física ante actividades de la vida diaria.

Talleres para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico

El bienestar físico es fundamental para mantener una calidad de vida óptima en las personas mayores. El bienestar físico tiene que ver con hacer lo que puedas para fortalecer y cuidar tu cuerpo, las medidas que se tomen antes, durante, y después de un tratamiento pueden ayudar a manejar los efectos de la enfermedad y los efectos secundarios del tratamiento.

Actividad No 1

Pabellón: Madre Marcelina

Nombre de la Actividad: Piernas saludables

Objetivo de la Actividad: fortalecer los músculos del miembro inferior, para así favorecer la circulación sanguínea y prevenir la atrofia muscular.

Descripción de la actividad: Las personas mayores ejecutaron ejercicios de fuerza y coordinación en tren inferior en 3 series de 10 repeticiones con ayuda de balones con texturas y ejercicios libres y asistidos, favoreciendo así la movilidad articular y muscular de las personas mayores realizando pausas de 30 segundos en cada serie realizada. Duración de la actividad 30 minutos.

Resultados: Se logró promover el autocuidado en las estructuras de miembros inferiores en el día a día y, aun así, si padecen de enfermedades que afectan al sistema óseo y muscular, indicándoles la aplicación de medios físicos durante el día en caso de dolor y lubricación diaria para prevenir lesiones a nivel tisular.

Esta actividad tuvo una duración de 30 minutos.

4.5Dirección técnica- trabajo social

Desde Trabajo Social y la dirección técnica, se busca contribuir de manera integral al mejoramiento de la calidad de vida de las Personas Mayores, promoviendo las relaciones basadas en la solidaridad, responsabilidad y reciprocidad, tanto con actores sociales y comunitarios como a través de la articulación interinstitucional. Se trabaja en estrecha cooperación con diversos actores y organizaciones, reconociendo la importancia del trabajo en equipo, para lograr un impacto significativo en el bienestar de las personas mayores. Con la finalidad de proporcionar una atención integral que alcance las diversas dimensiones de la vida de los residentes, asegurando su inclusión y participación en la comunidad.

Acompañamiento a la Persona Mayor en su ingreso al Centro de Bienestar

La persona mayor ingresa al CDB Asilo de San Antonio, de manera voluntaria. Se incorpora en compañía de funcionario de la alcaldía y funcionarios de la institución. Se brinda una atención empática teniendo en cuenta la integralidad de la persona mayor. Desde trabajo social se da a conocer el manual de convivencia, se firman los respectivos consentimientos informados, como: ingreso voluntario, Socialización del manual de convivencia, entre otros. Posteriormente se

muestran las instalaciones y equipo colaborador de la institución, hasta instalarla en la habitación correspondiente.
En el presente mes se realizaron 3 acompañamientos o ingresos al CDB Asilo de San Antonio.

Gestión documental y trámite ante la EPS

Las gestiones y trámites que se realizan a los residentes del Asilo San Antonio, se efectúan con el fin de brindar protección y restitución de aquellos derechos propios, garantizando que haya equidad para esta población que es vulnerable, las personas mayores.
En el presente mes se realizaron 41 gestiones ante EPS, pertinente a cada residente.

Así mismo, se encuentra en trámite de documento de identificación de 1 persona mayor, a la espera de la renovación de cédula, presentando doble cedulación, la gestión se llevó a cabo y ya fue cancelada, actualmente se encuentra a la espera del nuevo documento.

Visitas domiciliarias de ingreso

La visita domiciliaria, es una técnica que permite un acercamiento a la realidad del sujeto de intervención, además de identificar y verificar la información, condiciones de vida sociales y económicas de la persona mayor; coadyuvando a formular un diagnóstico, determinar un plan de acción y diseñar estrategias para abordar la problemática o situación; así también evidenciar aquellos posibles grupos de apoyo e institucionales, cuyas acciones conjuntas se orientan a elevar o mejorar la calidad de vida de las personas mayores.
En el presente mes se realizaron tres (3) visitas domiciliarias de ingreso para el CDB Asilo de San Antonio.

Documentación de beneficiarios

En el presente mes, se ha llevado a cabo la implementación exitosa del software "GERIÁTRICO" como una parte esencial del sistema de gestión en el Centro de Bienestar. Este software comprende una amplia gama de funcionalidades que incluyen desde el registro de ingreso y la historia clínica hasta el seguimiento, evolución, prescripción médica y la utilización de instrumentos estandarizados y

escalas de evaluación, como el mini mental, Yesavage y mediciones antropométricas. El propósito principal de este sistema es llevar a cabo una evaluación integral del estado de salud de los residentes de la institución, lo que nos permite brindar un servicio completo y personalizado a nuestros mayores, asegurando su bienestar.

Actividades enfocadas a la recreación internas y Externas

Las actividades enfocadas a la recreativas internas y externas, son esenciales para mejorar la calidad de vida de las personas mayores. Estas actividades no solo promueven la salud física, mental y emocional, sino que también fomentan la interacción social, proporcionando momentos de alegría y bienestar.

Actividad 1

Título: Encuentro de familias "LA COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA"

Pabellón: Madre Marcelina

Objetivo de la actividad: Promover la salud física y emocional de los residentes del hogar geriátrico y sus familias, previniendo enfermedades y fomentando el bienestar integral. El encuentro familiar se centrará en sensibilizar a los participantes sobre la importancia de una comunicación efectiva, empática y constante dentro del entorno familiar y geriátrico, fortaleciendo los lazos afectivos y mejorando la calidad de vida de los residentes.

Descripción de la Actividad: La jornada estará diseñada especialmente para fortalecer la comunicación y la interacción entre los residentes y sus familias, reconociendo las necesidades específicas de las personas mayores. Se desarrollarán dinámicas familiares que promuevan la empatía, la escucha activa y el apoyo emocional.

Se inició con charlas interactivas a cargo de profesionales, tales como de trabajador social y psicólogo, especialistas en intervención familiar, que se enfocaron en la importancia de la comunicación familiar en el cuidado de las personas mayores. Estos profesionales brindarán orientación sobre cómo manejar situaciones de estrés y ansiedad en las personas mayores, el impacto de la soledad, y cómo una buena comunicación puede mejorar su bienestar.

Además, se realizó una rumbaterapia adaptada, combinando música y movimientos suaves que respeten las limitaciones físicas de los participantes mayores y favorezcan la interacción entre ellos y sus familiares. La actividad permitió a los residentes expresarse a través del baile y la relajación, promoviendo tanto la salud física como emocional.

Dinámicas clave:

- Ejercicios de escucha activa y empatía: Pequeños grupos familiares participarán en ejercicios donde practicaron la escucha activa y el entendimiento de las necesidades emocionales de sus seres queridos.
- Círculos de comunicación: Espacios donde los familiares y residentes puedan compartir experiencias, preocupaciones y recuerdos, promoviendo el diálogo abierto y la comprensión.

- Rumbaterapia: Baile terapéutico de bajo impacto para todos los miembros, adaptado a las capacidades físicas de las personas mayores, para mejorar el estado de ánimo y promover la interacción.

Resultados obtenidos:

La jornada logró fortalecer la comunicación y la interacción entre los residentes y sus familias, atendiendo las necesidades específicas de las personas mayores. Se realizaron dinámicas familiares que promovieron la empatía, la escucha activa y el apoyo emocional.

Las charlas interactivas, dirigidas por profesionales como un trabajador social y un psicólogo, enfatizaron la importancia de la comunicación familiar en el cuidado de las personas mayores. Durante estas sesiones, se proporcionó orientación sobre el manejo de situaciones de estrés y ansiedad, así como el impacto de la soledad en el bienestar de los residentes.

La rumbaterapia adaptada fue especialmente exitosa, combinando música y movimientos suaves que respetaron las limitaciones físicas de los participantes. Esta

actividad permitió a los residentes expresarse a través del baile y la relajación, lo que contribuyó tanto a su salud física como emocional.

Las dinámicas clave incluyeron ejercicios de escucha activa y empatía, donde los grupos familiares practicaron la comprensión de las necesidades emocionales de sus seres queridos. Además, los círculos de comunicación facilitaron el intercambio de experiencias y preocupaciones, fomentando un diálogo abierto y una mayor comprensión entre los participantes.

En conjunto, estas actividades resultaron en una mejora notable en la interacción y el bienestar emocional de los residentes, fortaleciendo los lazos familiares y promoviendo un ambiente de apoyo y entendimiento.

Actividades Lúdico-Pedagógicas de Promoción y Prevención dirigidas a la fragilidad

Las Actividades Lúdico-Pedagógicas de Promoción y Prevención dirigidas a la fragilidad están diseñadas para fortalecer las capacidades físicas, cognitivas y emocionales de las personas mayores, a través de juegos y dinámicas estimulantes. Estas actividades ayudan a prevenir el deterioro funcional, promoviendo la independencia y mejorando la calidad de vida, mientras se fomenta el bienestar integral en un entorno participativo y recreativo.

Actividad 1

Título: Estrategias Lúdico-Pedagógicas para la Prevención de la Fragilidad y el Fomento del Bienestar en personas mayores

Pabellón: Madre Marcelina

Objetivo General: Fortalecer las capacidades físicas, cognitivas y emocionales de las personas mayores mediante actividades lúdico-pedagógicas, orientadas a la promoción de la salud y la prevención de la fragilidad, favoreciendo así un envejecimiento activo y saludable.

Descripción de la Actividad: Este conjunto de actividades estuvo diseñado para trabajar de manera integral en la prevención de la fragilidad en de las personas mayores, abordando tanto aspectos físicos como cognitivos y emocionales.

1.Estación de Ejercicio Funcional: Se realizó una serie de ejercicios de baja intensidad adaptados a la capacidad de cada participante, enfocados en mejorar la fuerza muscular, el equilibrio y la flexibilidad. Los ejercicios incluyen caminar entre conos, sentarse y levantarse de sillas, y levantar pequeños objetos pesados. Estas actividades ayudaron a prevenir el deterioro muscular y mejorar la movilidad, reduciendo el riesgo de caídas y fomentando la independencia.

2. Taller de Motricidad Fina y Gruesa: Se implementaron ejercicios que utilizan materiales manipulables como pelotas, aros o cubos, que las personas mayores deben mover o apilar según indicaciones. Estas tareas refuerzan tanto la motricidad fina como la gruesa, necesarias para actividades cotidianas como vestirse, cocinar o escribir. El taller también incluyo actividades de coordinación visomotora, como lanzar y atrapar pelotas, para mejorar los reflejos y la coordinación general.

3. Juegos de Estimulación Cognitiva: Utilizando juegos como rompecabezas, bingo y juegos de memoria, se busca mantener y mejorar las funciones cognitivas como la atención, la memoria y la resolución de problemas. Estas actividades lúdicas no solo mantienen el cerebro activo, sino que también fomentan la interacción social y la participación grupal, lo que tiene un impacto positivo en la salud emocional.

Resultados:

- se Fortaleció la capacidad física de los adultos mayores, mejorando su movilidad y reduciendo el riesgo de caídas.
- se Estimuló preservar las funciones cognitivas, especialmente la memoria y la resolución de problemas.
-se fomentó la socialización y la participación activa en las actividades, mejorando las relaciones interpersonales y promoviendo un entorno comunitario positivo.

Capacitación al personal contratado

El objetivo de capacitar al personal, es mejorar la calidad de la atención integral brindada a las personas mayores, asegurando que el equipo de trabajo cuente con los conocimientos, habilidades y herramientas necesarias para proporcionar un cuidado especializado, humanizado y eficiente.

Nombre de la Actividad: Cuidados Cardiovasculares: "Celebrando el Día Mundial del Corazón".

Objetivo: Brindar conocimientos y herramientas al personal del CDB, para fomentar prácticas saludables que cuiden la salud cardiovascular de los residentes y propias, promoviendo así el bienestar general.

Descripción de la Actividad: La capacitación consistió en una serie de charlas interactivas y talleres prácticos que abordaron los siguientes temas:

1. Importancia de la salud cardiovascular en personas mayores: Estadísticas y datos relevantes sobre enfermedades cardíacas.
2. Factores de riesgo: Identificación y manejo de factores como hipertensión, diabetes, colesterol alto y sedentarismo.
3. Alimentación saludable: Taller sobre nutrición, incluyo recetas y opciones de menús que favorezcan la salud del corazón.
4. Ejercicio y actividad física: Demostración de ejercicios adaptados para personas mayores, resaltando su importancia.
5. Monitoreo y prevención: Cómo realizar chequeos regulares y detectar signos de problemas cardiovasculares.
6. Manejo del estrés: Técnicas de relajación y bienestar emocional que contribuyen a la salud del corazón.

Resultados: Al finalizar la capacitación, se observó las siguientes características:

1. Conocimiento en los principales factores de riesgo para enfermedades cardiovasculares y cómo prevenirlos.
2. Implementación de estrategias de alimentación, actividad física adecuadas para los residentes y personal en general.
3. Empoderamiento en los conocimientos relacionadas con los seguimientos y monitoreo de la salud cardiovascular.
4. Aumento en el bienestar emocional y físico que beneficio a los residentes en su día a día.

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

Durante el mes actual, se ha integrado el software "GERIÁTRICO" como elemento clave del sistema de gestión del Centro de Bienestar. Este programa ofrece una

amplia variedad de funciones, que incluyen desde el registro de admisiones y la recopilación de historias clínicas, hasta el seguimiento del progreso de los residentes, la emisión de recetas médicas y la aplicación de herramientas estandarizadas como el Mini-Mental y la escala de Yesavage. Además, se incorporan mediciones antropométricas. El objetivo principal es realizar una evaluación completa del estado de salud de cada residente, permitiendo brindar un servicio integral y personalizado.

Hospedaje en Espacios Humanizados

ofrece un acompañamiento continuo a cada persona mayor, asegurando un El centro de bienestar está rodeado de extensas zonas verdes, que brindan el entorno ideal para la socialización y actividades recreativas. Cada residente cuenta con una cama individual equipada con colchón, sábanas y almohadas, un armario personal y un baño privado, lo que garantiza comodidad y privacidad. Durante toda la estancia, se proporciona un acompañamiento continuo, asegurando un cuidado atento y permanente para satisfacer todas las necesidades esenciales de cada persona mayor.

5. Avances y resultados de la ejecución

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 Agosto	**Mes 6** Sept.	**Mes 7** Oct.	**Mes 8** Nov.	**Mes 9** Dic.		
COMPONENTE SALUD										
Valoración Inicial	% de Valoración desde el componente de medicina y odontología a toda la población perteneciente al centro de bienestar	100 %	100%	X	X	X	X	X	Médico Odontólogo	• Historias clínicas • Evidencia fotográfica
Talleres de promoción de la salud prevención	# de talleres implementados desde la lúdica para prevenir	3	66%	X		X		X	Médico Odontólogo	• Ficha técnica • Evidencia fotográfica • Asistencia

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
de la enfermedad	estados de enfermedad									
Cuidados de Enfermería	% de asistencia y acompañamiento al estado de salud de la persona mayor por medio de la toma de signos vitales y control de medicamentos y seguimiento de patologías	100 %	100%	X	X	X	X	X	Enfermería	• Base de datos (signos vitales) • Formato de signos vitales
Capacitación en autocuidado e higiene	# capacitaciones para brindar	3	66%	X		X		X	Enfermería	• Ficha técnica • Evidencia fotográfica

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
personal de la persona mayor	herramientas de autocuidado e higiene de la persona mayor, al personal que está a cargo de su cuidado									● Asistencia
Valoración Final	% de evaluación al impacto que tuvo las intervenciones y actividades durante el periodo	90%						X	Médico Odontólogo	● Historias clínicas ● Evidencia fotográfica
COMPONENTE NUTRICIÓN										

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
Tamizaje Inicial	% del estado nutricional desde el componente de nutrición a toda la población perteneciente al centro de bienestar	100 %	100%	X	X	X	X	X	Nutricionista	• Historias clínicas • Evidencia fotográfica
Valoración nutricional	% de valoraciones desde el componente de nutrición a toda la población perteneciente al centro de bienestar	100 %	100%	X	X	X	X	X	Nutricionista	• Historias clínicas • Evidencia fotográfica

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
Acompañamientos nutricionales	% de la supervisión de los estados nutricionales de las personas mayores	100 %	100%	X	X	X	X	X	Nutricionista	• Base de datos • Historia clínica • Evidencia fotográfica
Aprovechamiento de las raciones alimentaria	% de aprovechamiento y verificación del consumo de las comidas distribuidas en el día	90%	100%	X	X	X	X	X	Nutricionista	• Base de datos
Diseño ciclos de minutas	# de ciclos de minutas diseñadas para su implementación	1	100%	X					Nutricionista	• Ciclo de minuta

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
Seguimiento al ciclo de minuta	# de seguimientos al ciclo de minuta	3	66%	X		X		X	Nutricionista	• Fotografía • Formatos de seguimiento
Taller nutricional	# de talleres lúdicos enfocado en la importancia de nutrirse sanamente	4	50%		X	X	X	X	Nutricionista	• Ficha técnica • Evidencia fotográfica • Asistencia
Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos	# de formaciones técnicas de cocción, corte, limpieza y desinfección de insumos, equipo y áreas de trabajo	3	66%	X		X		X	Nutricionista	• Ficha técnica • Evidencia fotográfica • Asistencia

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
Tamizaje Final	% de evaluación en el impacto de las intervenciones y actividades durante el periodo	90%						X	Nutricionista	• Base de datos • Historia clínica • Evidencia fotográfica
PSICOLOGÍA										
Valoración inicial	% de Valoraciones desde el componente de psicología a toda la población perteneciente al centro de bienestar	100 %	100%	X	X	X	X	X	Psicología	• Base de datos • Historia clínica • Evidencia fotográfica

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
Acompañamiento psicosocial	% de acompañamientos por medio de estrategias se brindar apoyo y contención emocional a la persona mayor	100 %	100%	X	X	X	X	X	Psicología	• Base de datos • Historia clínica • Evidencia fotográfica
Proceso de adaptación a los beneficiarios	% de herramientas para facilitar la adaptación al centro de bienestar	100 %	100%	X	X	X	X	X	Psicología	• Base de datos • Historia clínica • Evidencia fotográfica
Talleres de promoción de la salud mental y estimulación cognitiva	# de talleres para fortalecer la parte cognitiva y emocional	6	50%	X	X	X	X	X	Psicología	• Ficha técnica • Evidencia fotográfica • Asistencia

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
	de la persona mayor									
Valoración final	% de evaluaciones en el impacto que tuvo las intervenciones y actividades durante el periodo	90%						X	Psicología	• Base de datos • Historia clínica • Evidencia fotográfica
SALUD FÍSICA										
Valoración inicial	% de valoraciones desde el componente de fisioterapia a toda la población perteneciente al centro	100 %	100%	X	X	X	X	X	Fisioterapeuta	• Base de datos • Historia clínica • Evidencia fotográfica

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
	de bienestar									
Rutinas grupales de acondicionamiento físico	# de rutinas de potencialización de la parte motora	4	75%	X	X	X	X		Fisioterapeuta	● Ficha técnica ● Evidencia fotográfica ● Asistencia
Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad	#de estrategias para mantener y mejorar la funcionalidad en diferentes aspectos de la vida de la persona mayor	4	75%	X	X	X		X	Fisioterapeuta	● Ficha técnica ● Evidencia fotográfica ● Asistencia
Pausas activas	# de pausas para mantener la salud física,	72	48	X	X	X	X	X	Fisioterapeuta/Enfermería	● Ficha técnica

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
	mental y emocional en los adultos mayores, contribuyendo así a una mejor calidad de vida en general.									● Evidencia fotográfica ● Asistencia
Talleres para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico	# de talleres para promover la salud y el bienestar integral en esta población, permitiéndoles vivir una vida más activa, independie	3	66%	X		X		X		● Ficha técnica ● Evidencia fotográfica ● Asistencia

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
	nte y satisfactoria.									
Valoración final	% de evaluaciones en el impacto que tuvo las intervenciones y actividades durante el periodo	90%						X	Fisioterapia	• Base de datos • Historia clínica • Evidencia fotográfica
DIRECCIÓN TÉCNICA – TRABAJO SOCIAL										
Acompañamiento a la Persona Mayor en su ingreso al Centro de Bienestar	# de acompañamientos para brindar bienestar físico, emocional y social.	100 %	100%	X	X	X	X	X	Trabajador social	• Base de datos

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
Gestión documental y trámite ante la EPS	% de revisiones permanentes de los documentos de cada persona mayor.	100 %	100%	X	X	X	X	X	Trabajador social	• Base de datos
Visitas domiciliarias de ingreso	% de evaluaciones del estado de salud, identificar necesidades específicas y establecer un plan de atención personalizado. También permiten garantizar un ambiente seguro y	100 %	100%	X	X	X	X	X	Trabajador social	• Base de datos • Fotográfica • Formato visita domiciliaria

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
	adecuado en el centro de bienestar para la persona mayor									
Documentación de beneficiarios	% de identificación y verificación de las personas con trámites pendientes, dando cumplimiento al derecho de recibir beneficios, como seguro de salud, pensiones o	100 %	100%	X	X	X	X	X	Trabajador social	• Base de datos • Documentos de identidad físicos • Afiliación a la eps

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
	asistencia social.									
Actividades enfocadas a la recreación internas y Externas	# de actividades que promuevan el bienestar físico, mental y social. Ofrece oportunidades de entretenimiento y participación en los residentes. También experiencias fuera del entorno habitual, lo que ayuda a combatir	3	66%	X		X		X	Trabajador social	• Ficha técnica • Evidencia fotográfica • Asistencia

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
	el aislamiento y mantener una calidad de vida satisfactoria.									
Jornadas interdisciplinarias de promoción de la salud y prevención de la enfermedad	# de jornadas que fomenten estilos de vida saludables, identifican factores de riesgo y brindan herramientas para prevenir enfermedades, promoviendo así la salud y el	3	33%		X		X	X	Medicina, nutrición, salud física, psicología, trabajo social, odontología. Equipo interdisciplinario	• Ficha técnica • Evidencia fotográfica • Asistencia

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
	bienestar de la comunidad.									
Actividades Lúdico-Pedagógicas de Promoción y Prevención dirigidas a la fragilidad	# de actividades que combinen elementos educativos y recreativos para fortalecer el cuerpo y la mente, promoviendo el ejercicio, la socialización y el aprendizaje sobre hábitos saludables. Ayudan a prevenir	3	66%	X		X		X	Nutrición, Salud física, Psicología.	• Ficha técnica • Evidencia fotográfica • Asistencia

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
	caídas, deterioro funcional y otras complicaciones asociadas con la fragilidad, promoviendo así un envejecimiento activo y saludable.									
Capacitación al personal contratado	# de capacitaciones al personal cuidador de adultos mayores garantiza una atención de calidad,	3	66%	X		X		X	Trabajador social	• Ficha técnica • Evidencia fotográfica • Asistencia

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
	centrada en las necesidades específicas de esta población, promoviendo así su bienestar y seguridad.									
Actualización digital de las personas mayores (BD-Arch digital y/o físico)	# de actualizaciones digitales de las personas mayores mediante una base de datos (digital o física) permite mantener registros precisos y	5	60%	X	X	X	X	X	Trabajadora social – Dirección Técnica	• Base de datos

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
	actualizados de su información personal, médica y cualquier otro dato relevante, facilitando así la gestión eficiente de su atención y necesidades.									
Hospedaje en Espacios humanizados	# de aportes con espacios humanizados, para acoger y satisfacer las necesidade	5	60%	X	X	X	X	X	Medicina, nutrición, salud física, psicología, trabajo social. Equipo interdisciplinario	• Evidencia fotográfica • Encuesta de satisfacción

PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	**INDICADOR**	**META**	**% AVANCES**	**MESES DE EJECUCIÓN**					**RESPONSABLE**	**EVIDENCIAS**
				Mes 5 **Agosto**	**Mes 6** **Sept.**	**Mes 7** **Oct.**	**Mes 8** **Nov.**	**Mes 9** **Dic.**		
	s emocionales, sociales y físicas de las personas mayores físicas									

6. Anexo fotográfico

Componente de salud

Odontología

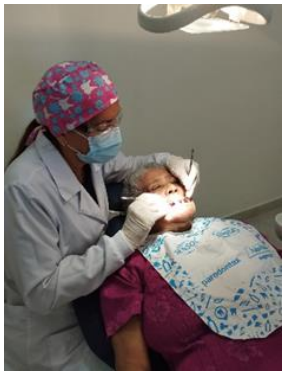


Ilustración 1 Seguimiento odontológico

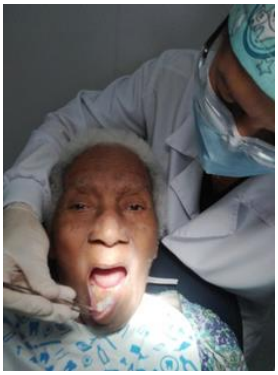


Ilustración 2 Seguimiento odontológico



Ilustración 3 Taller de promoción de la salud prevención de la enfermedad -Adagios bucales-

Enfermería



Ilustración 4 capacitación enfermería



Ilustración 5 cuidados de enfermería

Nutrición



Ilustración 6 Acompañamiento nutricional



Ilustración 7 Raciones servidas



Ilustración 8 Raciones consumidas



Ilustración 9 Encuesta de satisfacción



Ilustración 10 Taller Formativo Nutricional Dirigido Al Manipulador De Alimentos



Ilustración 11 Actividad de psicologia



Ilustración 12 actividad de psicologia



Ilustración 13 Rutinas grupales de acondicionamiento físico: Circuito de terapia física



Ilustración 14 **Rutinas grupales de acondicionamiento físico: Circuito de terapia física**



Ilustración 15 Talleres para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico: Piernas saludables



Ilustración 16 **Talleres para el mantenimiento y/o incremento del bienestar físico: Piernas saludables**



Ilustración 17 Pausas activas



Ilustración 18 Mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad



Ilustración 19 Mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad



Ilustración 20 fragilidad