

INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONVENIO DE ASOCIACIÓN
No. 059 del 12 DE OCTUBRE DEL 2024

Supervisor (a)
MARIA ISABEL BALLESTEROS NOBZA
Técnico Operativo Grado 25
Municipio de Bucaramanga.

Con toda atención me permito presentar informe de actividades correspondiente al periodo comprendido entre el 12 noviembre de 2024 al 11 de diciembre de 2024 en los siguientes términos:
CENTRO VIDA RECURSO MUNICIPIO.

CONTRATISTA	FUNDACIÓN CENTRO DIA TERESA DE JESÚS
DEPENDENCIA	SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL
FECHA DE PRESENTACIÓN	19 DE DICIEMBRE DEL 2024
NÚMERO DE INFORME	02

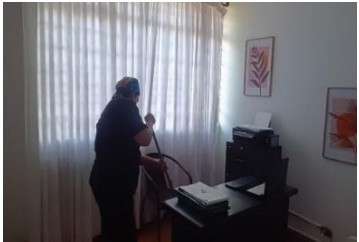
NÚMERO	OBLIGACIÓN	PRODUCTO	ACTIVIDAD REALIZADA	CANTIDAD	EVIDENCIA
1.	ALIMENTACIÓN	Iniciamos con la preparación de los alimentos de acuerdo a la minuta elaborada por nuestra profesional en nutrición, cumpliendo con lo establecido en el menú diario, cumpliendo con los protocolos para nuestros adultos mayores, teniendo en cuenta la importancia de su bienestar nutricional para el desarrollo de sus actividades. nuestras enfermeras realizan cada una las valoraciones, a cada adulto mayor, según los diagnósticos reportado en su historia clínica la cual es aportada por cada uno de ellos, mediante estos diagnósticos manejamos las recomendaciones registrada por el medico en el proceso de su alimentación, como es bajo en sal o dulce o en algunos casos que no deben comer granos, con el fin de ayudar a mantener su bienestar.	Se prepararon 1500 desayuno almuerzos y refrigerios hasta la fecha estipulada. Actividad realizada de lunes a viernes.		    

Así mismo se ejecutan las funciones definidas para el desarrollo de mi labor, las cuales son asignadas por la institución `con el fin de brindar un servicio de calidad, en lo que corresponde a sostener todos los espacios limpios y organizados cumpliendo siempre con los protocolos de mantenimiento a todas las áreas utilizadas con el fin de evitar propagación bacterias la cuales puedan ser contaminantes y afectar la salud de los usuarios del centro día.

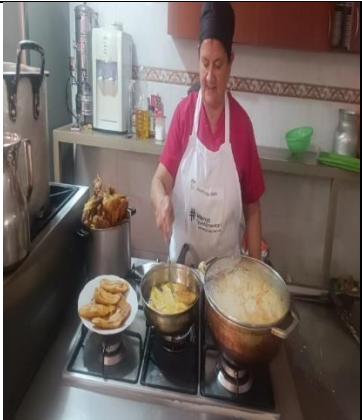
Así mismo se ejecutan las funciones definidas para el desarrollo de mi labor, las cuales son asignadas por la institución `con el fin de brindar un servicio de calidad, en lo que corresponde a sostener todos los espacios limpios y organizados cumpliendo siempre con los protocolos de mantenimiento a todas las áreas utilizadas con el fin de evitar propagación bacterias la cuales puedan ser contaminantes y afectar la salud de los usuarios del centro día.

Se ejecuta diariamente la limpieza en profundidad de todas las superficies y equipos de cocina, incluyendo utensilios de cocina con el fin de esterilizar todo y así evitar la proliferación de



	<p>bacterias y otros contaminantes en todas las áreas de la cocina.</p> <p>Semanalmente se realiza el inventario, con el fin de solicitar a nuestros proveedores las cantidades necesarias de proteínas, verduras, frutas y abarrotes con la finalidad de ofrecer a nuestros adultos mayores todo fresco.</p> <p>La profesional en nutrición nos capacita sobre el cuidado que debemos tener al preparar los alimentos a los adultos mayores como el lavado, la conservación, el tiempo de cocción entre otros con el fin de que nuestros adultos mayores mantengan su bienestar y sana alimentación.</p> <p>Diariamente se revisan el estado de los alimentos a utilizar, teniendo en cuenta que debo cumplir con los protocolos de empaque almacenamiento, refrigeración temperatura, congelación y esterilización. Para de esta manera evitar cualquier tipo de contaminación que afecte el estado de salud de los adultos mayores.</p> <p>Una de las funciones principales en nuestra fundación es que al servir a la mesa el emplatado de los alimentos, sea agradable y</p>		    
--	---	--	--

	<p>nuestros adultos mayores lo consume. Es por ello que todo se encuentra porcionado con el fin de servir las cantidades adecuadas.</p> <p>Para la fundación es muy importante la conservación de los alimentos, ya que con ello evitamos la proliferación y contaminación por microorganismos, ya que debemos tener en cuenta que existen alimentos que se deben conservar adecuadamente con frío mientras otros los podemos preservar al aire,</p> <p>La buena higiene es muy importante al manipular los alimentos, sin embargo es muy importante asegurarnos que los platos y utensilios de cocina al servir los alimentos estén limpios.</p> <p>Para nuestro centro día es de gran importancia la conservación de los alimentos, lo cual desarrollamos mediante la higiene evitando la proliferación y contaminación de microorganismos,</p> <p>Así mismo mediante las capacitaciones realizadas por nuestra profesional en nutrición aprendemos a tener en cuenta el manejo de los alimentos adecuadamente con frío mientras otros los podemos preservar al aire.</p>			    
--	---	--	--	--

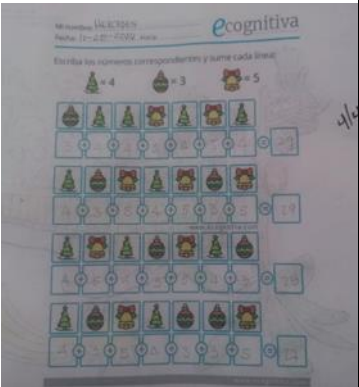
		<p>Así mismo diariamente antes de servir a la mesa, se realiza la higiene en los platos, vasos y cucharas.</p>			 
2.	VALORACIÓN PSICOLÓGICA	<p><i>Desde el área de psicología durante este mes realizamos un acompañamiento de forma individual a cada uno de los adultos mayores con el fin de conocer sus necesidades.</i></p> <p><i>Para fomentar la comunicación asertiva siempre durante el día tenemos un espacio de interacción grupal en donde de manera positiva interactuamos por medio de charlas reflexivas, para fortalecer la convivencia en el centro día. Es importante resaltar que nuestra labor en el programa es brindar una atención integral a nuestros adultos mayores y estar con la disposición de escuchar sugerencias y dudas a nivel grupal e individual, teniendo en cuenta que somos el porta voz para la</i></p>	<p>La valoración se centra en la adquisición de información demográfica del usuario, así como las condiciones de vida actuales del adulto, composición familiar, dinámica familiar, descripción física y emocional del adulto mayor (la condición física la enfermedad, la medicina o los tratamientos, el, antecedente psicológicos, e identificación del estado anímico) el concepto social (vínculos y adaptación a la sociedad) y midiendo el grado de dependencia y deterioro cognitivo haciendo uso de unas escalas y evaluaciones.</p>	<p><i>Valoracion es por psicología</i></p> <p><i>Capacitaciones</i></p> <p><i>Talleres</i></p>	 

resolución de problemas y conflictos.
Durante este mes enfocamos las actividades cognitivas con la época decembrina incentivando a nuestros adultos mayores a disfrutar de una época que para ellos representa emocionalmente un papel fundamental en el grupo.

También se llevó a cabo la capacitación sobre enfermedades cognitivas, cuales son y de que manera podemos prevenirlas.

Durante este mes se realizaron valoraciones psicosociales a usuarios que ingresaron por primera vez al programa para identificar y evaluar sus necesidades desde las distintas áreas y solicitar la ruta de atención oportuna para hacer valer sus derechos.

En estas valoraciones se observa las condiciones cognitivas y emocionales del adulto mayor por medio de la entrevista realizada, se indaga sobre el contexto familiar, social y antecedentes de salud para brindar un acompañamiento oportuno a la persona mayor de acuerdo a sus necesidades
Otra de las actividades que





INFORME DE CUMPLIMIENTO A
OBLIGACIONES
CONTRACTUALES

Código: F-GJ-1140-238,37-009

Versión: 1.0

Fecha aprobación: Junio-29-2017

Página 7 de 32

tuvimos con las personas mayores fue laberintos, mándalas, dibujo libre, entre otras actividades que nos permitían evaluar los distintos procesos de forma individual y grupal visuales, esta ficha constaba de una imagen de referencia que debían analizar para luego buscar En las otras imágenes expuestas en la ficha la tuviera mayor relación o fuera idéntica.

Esta actividad se ejecuto de manera individual, con la finalidad que cada usuario desarrollara la ficha y de esta manera evaluar su proceso para las respectivas recomendaciones.

Se mostraron atentos, organizados y fue una actividad en la que las personas mayores en su totalidad participaron mostrando el interés por la clase otra de las actividades que tuvimos durante este mes fue la capacitación sobre el Alzheimer, en donde se realizó una capacitación informativa y de prevención, dando a conocer el origen, la sintomatología, y las actividades de prevención que se pueden realizar para evitar un grado de complejidad en la etapa adulta.





INFORME DE CUMPLIMIENTO A
OBLIGACIONES
CONTRACTUALES

Otra de las actividades que tuvimos durante este mes fue la capacitación sobre higiene y hábitos saludables para una convivencia sana en donde se socializo las pautas de los hábitos que permiten una mejor convivencia.

Se dio inicio al proyecto cognitivo navideño en donde se inicio socializando en una mesa redonda las actividades a implementar para evaluar y mejorar los procesos de memoria, atención y ejecución.

Este proyecto se inicio con una actividad navideña de memoria la cual consistió en identificar el nombre de las figuras y buscarlo en la sopa de letras. La siguiente actividad fue diseñada para evaluar la atención selectiva y focalizada y consistió en identificar el numero correspondiente de cada figura navideña y luego escribir en la casilla correspondiente. Se finalizo la actividad dando a conocer las recomendaciones en los distintos tipos de evaluación realizada para mejorar su ubicación en tiempo y espacio de esta manera también fortalecer su área cognitiva como eje fundamental para lograr un bienestar integral.



Por otra parte, se le dio el ingreso a los usuarios que iniciaron en el programa, haciendo primero una valoración geriátrica para conocer los diferentes contextos y grado de vulnerabilidad así mismo su red de apoyo emocional conocer sus necesidades y crear estrategias para hacer de su instancia en el programa un tiempo ameno y significativo en su bienestar integral. Los usuarios que se les dio ingreso se mostraron muy participativo y activos en las diferentes actividades de los profesionales.

También tuvimos un espacio de recreación por medio de un juego atencional denominado oca navideña el cual nos permite evaluar la atención focalizada.

Y finalizamos con un taller cognitivo el cual está compuesto por sopa numéricas en donde el adulto mayor debe desarrollar un grado de concentración para poder identificar y señalar el número que se encuentra en la hoja.

Es importante resaltar que la mayoría de las actividades fueron enfocadas en los procesos atencionales y cognitivos ya que en el diagnóstico



LA ENFERMEDAD DE ALZHEIMER

La enfermedad de alzheimer es una enfermedad neurodegenerativa progresiva que altera la memoria, el pensamiento y el comportamiento. Deteriora las capacidades cognitivas de manera progresiva e irreversible, causando dificultades para la vida cotidiana.

Síntomas clave

- **Pérdida de memoria:** Principalmente de eventos recientes o de información aprendida recientemente.
- **Desorientación:** Dificultad para ubicarse en el tiempo y el espacio.
- **Tareas familiares:** Problemas para realizar tareas cotidianas simples.
- **Trastornos del lenguaje:** Dificultad para encontrar las palabras y discutir palabras.
- **Cambios de comportamiento:** Humor cambiante, ansiedad y depresión.
- **Mal juicio:** Tema de decisión alterada y falta de discernimiento.

Causas

La enfermedad de alzheimer es causada por la acumulación de placas amiloides y ovillos neurofibrilares en el cerebro, provocando la muerte progresiva de las células cerebrales. Los factores de riesgo incluyen:

- **La edad:** Principal factor de riesgo, especialmente después de los 65 años.
- **Antecedentes familiares:** Predisposición genética (variante APOE ε4).
- **Factores ambientales:** Estilo de vida y enfermedades cardiovasculares.

Prevalencia

- Más de 36 millones de personas en el mundo viven con algún tipo de demencia, de las cuales el 60-70% de los casos están relacionados con la enfermedad de alzheimer.
- Aproximadamente el 10% de las personas mayores de 65 años se ven afectados por esta enfermedad.

Evolución de la enfermedad

La progresión es lenta pero inevitable. Después del diagnóstico, el tiempo medio de supervivencia es de 4 a 8 años, aunque algunos pacientes pueden sobrevivir hasta 20 años. Los estilos de vida conducen a una pérdida total de la autonomía y requieren cuidados intensivos.

Prevención y manejo

Aunque actualmente no existe una cura, algunas medidas pueden ayudar a ralentizar la progresión:

- **Estilo de vida saludable:** Actividad física, dieta equilibrada y estimulación cognitiva.
- **Intervenciones no farmacológicas:** Ejercicios cognitivos y terapias conductuales y ocupacionales para mejorar la calidad de vida de los pacientes.

ATENCIÓN: 1.2. Atención selectiva

Una con una línea y siguiendo el orden correcto los meses del año, alternando entre estos los números en orden creciente:

1

julio

8

septiembre

6

mayo

2

9

3

agosto

7

febrero

5

11

4

noviembre

10

junio

12

octubre

12

enero

4

24

Solución en la página 34

inicial era una de las dificultades más notoria que se lograba identificar en el grupo, y buscamos trabajar directamente para evitar un deterioro cognitivo en nuestras personas mayores.

Otra de las actividades que apoyamos desde el área de psicología es el apoyo en la toma de evidencias de la alimentación con el fin de garantizar que los usuarios reciban lo que se muestra.

Así mismo se brinda el acompañamiento en la servida hasta la mesa con el objetivo de garantizar su atención oportuna a cualquier inquietud o sugerencia que surja de los alimentos recibidos.

Es importante resaltar que desde el área de psicología buscamos no solo garantizar el cumplimiento de los procesos en el área, sino velar en pro de la no vulnerabilidad de los derechos de los usuarios, garantizando no solo una buena intervención, sino también una atención optima donde el adulto mayor se sienta satisfecho del servicio recibido y de testimonio de la experiencia en el programa. Socializamos la importancia de una

2

Nivel de dificultad:.....MEDIO-BAJO

Área que estimula:.....MEMORIA SOBRE EL CONOCIMIENTO DEL MUNDO

Tiempo estimado:.....15-20 min.

Periodicidad:.....2-3 VECES/SEMANA

MEMORIA: 1.1. Memoria semántica

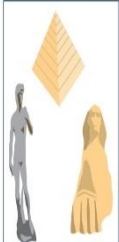
Una con una línea los dos dibujos que estén relacionados.

Ejemplo:

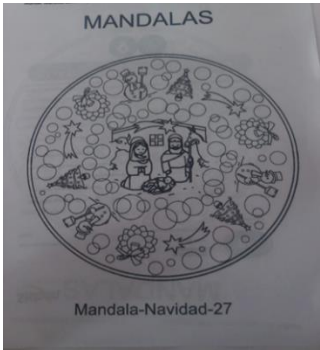








8





INFORME DE CUMPLIMIENTO A
OBLIGACIONES
CONTRACTUALES

Código: F-GJ-1140-238,37-009

Versión: 1.0

Fecha aprobación: Junio-29-2017

Página 11 de 32

buena respiración para controlar episodios de ansiedad, estrés, problemas del sueño.

Primeramente, explicando las diferentes técnicas de relajación como lo es ejercicios de respiración equitativa, ejercicios de respiración abdominal, la importancia del tiempo de calidad con la familia y los amigos.

principales en nuestra institución. siempre buscamos fortalecerlos en nuestros usuarios, para ello jugamos el amigo dulce, en donde cada uno trajo un regalo de acuerdo a sus condiciones a la persona que le correspondió, en este día tuvimos juegos y concursos con el fin de fortalecer este tipo de valores de manera individual y grupal. Se brindo el acompañamiento

vía telefónica a los usuarios de discapacidad con el fin de conocer el avance en sus procesos, dialogar con su cuidador y socializar las actividades a emplear durante el mes.

Se les hizo entrega de un taller de atención y memoria en donde con la ayuda de su cuidador buscamos fortalecer estos procesos.





INFORME DE CUMPLIMIENTO A
OBLIGACIONES
CONTRACTUALES

Se hizo la entrega de los mercados correspondiente a este mes, en donde nuevamente se les hace una valoración por psicología para identificar los avances del proceso, así mismo identificar necesidades que nos permitan emplear nuevas estrategias de intervención y prevención en esta población.

Con cada usuario se indaga sobre los diferentes contextos familiares, sociales y económicos con el fin de conocer a fondo el círculo que a este lo rodea, si tiene una red de apoyo emocional o si durante el último mes ha sido víctima de algún tipo de maltrato teniendo en cuenta que es una problemática a la que en esta edad se exponen nuestros adultos mayores.

Otra de las funciones que realizamos desde el área de psicología es ser porta voz de los derechos y deberes que institucionalmente nos rigen como institución es por ello que atendemos de manera diligente algún tipo de problema que vincule a nuestros usuarios y que afecte la integridad de la institución, todo esto siguiendo la ruta adecuada y pertinente.



3.	SEGUIMIENTO PSICOSOCIAL	<p>Así mismo la importancia de incluir en la cotidianidad los ejercicios, la buena alimentación y la utilización de suplementos y remedios naturales que pueden ayudar en este proceso como lo es la falta de conciliación del sueño o la angustia que puede desarrollar por algún tipo de situación.</p> <p>También les socialice la importancia de ejecutar las técnicas de relajación como lo es la visualización, para ello se realizó un espacio corto en donde se empleó para que las personas mayores tuvieran la idea de cómo emplearla y los beneficios que trae.</p> <p>episodios de ansiedad, ya que es una gran aliada para encontrar la calma, y recuperar el equilibrio interior.</p> <p>Ya que este tipo de terapia libera hormonas como la serotonina, la cual actúa como un analgésico que ayuda aliviar molestias físicas, tensiones y preocupaciones.</p> <p>También socializamos la importancia de la aromaterapia las cuales también han demostrado influir de manera positiva en el estado de ánimo de las personas.</p>	   
----	--------------------------------	--	---



INFORME DE CUMPLIMIENTO A
OBLIGACIONES
CONTRACTUALES

Y esta actividad culmino con la

importancia de la risa, como el antidepresivo numero uno que debemos poner en práctica.

Otra de las actividades culminadas durante este mes fue la realización de la personificación de las emociones y valores.

En donde un grupo voluntario de personas mayores se les dio un valor y una emoción y lo representaron con un vestuario acorde y una actividad lúdica que dejara una enseñanza de cada valor en el grupo.

En la ejecución de la actividad se personificaron valores como el amor, la paz, el respeto, la tolerancia.

Y emociones como la alegría, con el objetivo de resaltar la importancia de ponerlos en práctica en nuestra cotidianidad `para de esta manera tener una vida mas tranquila y lograr un bienestar integral, el cual es lo que se busca que como persona mayor logre en eta etapa de su vida.

Con cada usuario se indaga sobre los diferentes contextos familiares, sociales y económicos con el fin de conocer a fondo el circulo que a este lo rodea, si tiene una red de apoyo emocional o si





INFORME DE CUMPLIMIENTO A
OBLIGACIONES
CONTRACTUALES

Código: F-GJ-1140-238,37-009

Versión: 1.0

Fecha aprobación: Junio-29-2017

Página 15 de 32

durante el último mes ha sido víctima de algún tipo de maltrato teniendo en cuenta que es una problemática a la que en esta edad se exponen nuestros adultos mayores Es importante resaltar que la mayoría de las actividades fueron enfocadas en los procesos atencionales y cognitivos ya que en el diagnóstico inicial era una de las dificultades más notoria que se lograba identificar en el grupo, y buscamos trabajar directamente para evitar un deterioro cognitivo en nuestras personas mayores.

se brinda apoyo en la toma de evidencias de la alimentación con el fin de garantizar que los usuarios reciban lo que se muestra. Así mismo se brinda el acompañamiento en la servida hasta la mesa con el objetivo de garantizar su atención oportuna a cualquier inquietud o sugerencia que surja de los alimentos recibidos. Los usuarios que se les dio ingreso se mostraron muy participativo y activos en las diferentes actividades de los profesionales.

Otra de las actividades empleadas fue la de cerebro ágil en donde iniciamos primeramente



	<p><i>socializando la importancia del ejercicio físico para el buen desarrollo del ejercicio mental.</i></p> <p><i>Socializamos la importancia de una buena respiración para controlar episodios de ansiedad, estrés, problemas del sueño.</i></p> <p><i>También les socialice la importancia de ejecutar las técnicas de relajación como lo es la visualización, para ello se realizó un espacio corto en donde se empleó para que las personas mayores tuvieran la idea de cómo emplearla y los beneficios que trae.</i></p> <p><i>Otra de las actividades culminadas durante este mes fue la realización de la personificación de las emociones y valores.</i></p> <p><i>En donde un grupo voluntario de personas mayores se les dio un valor y una emoción y lo representaron con un vestuario acorde y una actividad lúdica que dejara una enseñanza de cada valor en el grupo.</i></p> <p><i>En la ejecución de la actividad se personificaron valores como el amor, la paz, el respeto, la tolerancia.</i></p>		  
--	---	--	---



4.	TALLER DE MANUALIDADES	<p>Damos inicio a nuestros proyectos realizados por nuestros adultos mayores</p> <p>1. Centro De Mesa Navideño, El proceso se realizó primero realizando los moldes con es la base en cartón se forra con papel navideño, así mismo se utilizan tres bolas navideñas y flores en papel donde se pegan en la base con silicona.</p> <p>Este proyecto es encaminado a que cada adulto mayor desarrolle su motricidad fina, y creatividad e imaginación artística para dar termino al proyecto.</p> <p>El segundo proyecto Centro De Mesa Con Muñeco De Nieve, Este proyecto inicia utilizando un molde en base de cartón y se forra con tela turin, se utiliza follaje, dos bolas navideñas y una fruta plástica, las cuales se utiliza silicona para pegar todo, asi mismo con una botella de plástico reciclables, la partimos por la mitad, y metemos una bola de icopor para realizar el muñeco de nieve le pegamos los ojitos y realizamos la nariz con un molde de papel higiénico lo forramos con pedazo de tela Turín naranja hacemos el molde</p>	<p>En estas actividades el objetivo es que cada adulto mayor al realizar el proyecto desarrolle su motricidad. creatividad como eje fundamental en su bienestar, y motivando el espíritu emprendedor como fuente de generar ingresos a través de su conocimiento adquirido.</p> <p>El objetivo es incentivar el reciclaje con las botellas de plásticos de manera se le puede dar un uso productivo empleando la creatividad.</p> <p>En esta actividad los usuarios mostraron interés y participaron positivamente, también se pudo evidenciar el trabajo en equipo. Es importante resaltar que cada una de las actividades establecidas en el cronograma de manualidades se realizan bajo la voluntad de cada participante y el trabajo en equipo para conseguir</p>	   
----	---------------------------	--	---	--

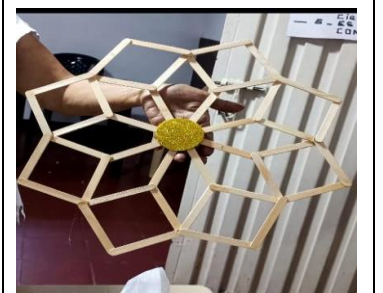
de la corbata y el sombremos con cartón tela roja y por ultimo hacemos una corbata de cinta navideña

El tercer proyecto Estrella Navideña

Utilizamos 44 palitos de helado y de acuerdo al molde presentado por nuestra tallerista iniciamos a realizar en cada mesa la unión de cada los palitos teniendo en cuenta el centro que era un círculo de cartón que fue forrado o pintado en fomi y así mismo pegándolos a sus extremos con silicona después de haber realizado en su totalidad la estrella iniciamos a realizar la pintura de la estrella la cual por decisión propia de cada adulto mayor se podía realizar dorada o negra donde terminada se coloco a secar al sol, con el fin de pegarle en el centro una cinta para colgarla

Las manualidades demuestran que nuestros adultos mayores, tiene una capacidad motricidad para ejecutar cualquier proyecto, donde también demuestran su creatividad para terminarlo

alguno de los materiales, que en la mayoría de los casos son reciclables y están bajo el alcance de cada adulto mayor. Por otra parte, se logra identificar dentro del grupo usuarios con excelente creatividad destacando en los resultados de cada proyecto. En términos generales el grupo muestran muchísimo interés en cada una de las clases, adquieren compromiso al momento que se necesitan materiales que está a su alcance y han desarrollado un espíritu emprendedor ya que manifiestan que al finalizar cada actividad el producto final es vendido por la buena aceptación del público en general.





INFORME DE CUMPLIMIENTO A
OBLIGACIONES
CONTRACTUALES

5	NUTRICION	<p>VALORACIÓN NUTRICIONAL: Se realiza tamizaje nutricional a los nuevos ingresos de los beneficiarios del programa y seguimiento a los casos de delgadez, se diligencia formato de valoración y se hace entrega para el respectivo archivo</p> <p>Por otra parte se realiza educación nutricional sobre beneficios del consumo de huevos y productos lácteos. Mediante charla dirigida y explicativa se le da a conocer a los adultos mayores sobre los mitos a cerca del consumo de huevos y las ventajas que tiene este alimento junto con los lácteos para la salud de dientes y huesos.</p> <p>El mensaje también invita a incluir el huevo en la alimentación diaria, que es uno de los alimentos más completos y económicos de la canasta familiar. Al ser fuente de proteína de alta calidad, también favorece la salud de músculos, dientes y huesos. En niñas y niños contribuye al crecimiento, y en personas adultas sanas ayuda a mantener el funcionamiento del cuerpo. Aunque es un alimento fuente de colesterol, no tiene un efecto negativo en la salud, siempre y cuando haga parte de una alimentación balanceada.</p> <p>EDUCACIÓN NUTRICIONAL TEMA: Plato Saludable Mediante charla dirigida y explicativa</p>	<p>Uno de los objetivos de la fundación es darles a conocer a los adultos mayores todo el proceso de valoración y lo importante que es cumplir con las recomendaciones ya que con ello vamos a lograr mantener una mejor calidad de vida.</p> <p>Con respecto al consumo de los alimentos diarios, como les enseñe la importancia de incluir el huevo todos los días, primero porque es una proteína que tenemos al alcance de nuestra economía. Teniendo en cuenta que como todo debe ser balanceado con el fin de no alterar efectos en nuestra salud.</p> <p>Asi mismo en nuestras actividades les ofrecemos mediante explicaciones y fichas la forma de servir un plato saludable.</p>	     
---	-----------	---	--	--



INFORME DE CUMPLIMIENTO A
OBLIGACIONES
CONTRACTUALES

se le da a conocer a los adultos mayores sobre la clasificación de los grupos de alimentos que conforman el plato saludable y su aporte en la salud evitando el progreso de enfermedades. Teniendo como punto de referencia el plato saludable de la familia colombiana se dan a conocer los mensajes propósitos para adaptar a la vida diaria:

1. Consume alimentos frescos y variados, como lo indica el Plato saludable de la familia colombiana.
2. Para favorecer la salud de músculos, huesos y dientes, consume diariamente leche, u Otro producto lácteo, y huevo.
3. Para una buena digestión y prevenir enfermedades del corazón, incluye frutas enteras y verduras frescas en cada una de las comidas.
4. Para complementar la alimentación, consume al menos dos veces por semana leguminosas como fríjol, lenteja, arveja o garbanzo.
5. Para prevenir la anemia, los niños, las niñas, los adolescentes y las mujeres jóvenes Deben comer vísceras una vez por semana.
6. Para mantener un peso saludable, reduce el consumo de “productos de paquete”, comidas rápidas, gaseosas y bebidas azucaradas.
7. Para tener una

Así mismo como nutricionista le doy la explicación a los adultos mayores como se conforman el grupo de alimentos que debemos consumir con el fin de adaptarnos a cambios en los procesos de vida, lo cual equivale con evitar las grasas en cantidades y lograr el consumos de los carbohidratos en minimas cantidades.





INFORME DE CUMPLIMIENTO A
OBLIGACIONES
CONTRACTUALES

Código: F-GJ-1140-238,37-009

Versión: 1.0

Fecha aprobación: Junio-29-2017

Página 21 de 32

presión arterial normal, reduce el consumo de sal y alimentos como carnes embutidas, enlatados y productos de paquete altos en sodio.

8. Cuida tu corazón
Consume aguacate maní y nueces; disminuye el consumo de aceite vegetal y margarina; evita grasas de origen animal como mantequilla y manteca.

9. Por el placer de vivir saludablemente, realiza actividad física de forma regular.

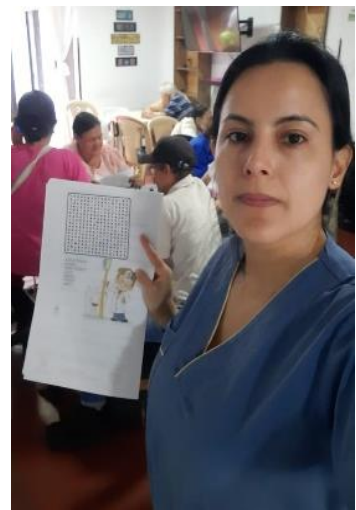
Por otra parte con el fin de fomentar actividades de coordinación y movimiento se realiza juego en grupos para la construcción de torres según la numeración definida. Para tal fin los adultos mayores deben coordinar con sus compañeros y actuar todos al tiempo.

EDUCACIÓN NUTRICIONAL

Salud Bucal mas allá de una sonrisa. Mediante charla explicativa y dirigida se le da a conocer a los adultos mayores que el concepto de Salud Bucal supera el solo hecho de tener dientes blancos, encías rosadas y dientes parejos y se concibe como el estado en el que las estructuras relacionadas con la boca contribuyen positivamente al bienestar físico, mental y social de las personas al permitirles disfrutar de la vida a través de auto-percibirse y

Tambien es de gran importancia en nuestra adultez tener en cuenta que el consumo de sal y azúcar debe ser en cantidades minimas. Tambien como adultos mayores debemos fomentar nuestra actividad física.

Como adultos mayores debemos manejar una salud bucal, la cual corresponde a lavarse los dientes todos los días y después de cada comida, lo cual contribuye a disfrutar de estar presente en reuniones sin tener que avergonzarse y contar con una buena dentadura con la cual logra





INFORME DE CUMPLIMIENTO A
OBLIGACIONES
CONTRACTUALES

reconocerse positivamente, hablar, masticar, saborear la comida y alimentarse, y disfrutar y participar de sus relaciones sociales al transmitir emociones a través de sus expresiones faciales. Se hace énfasis en los cambios que se presentan en el envejecimiento, tales como: -Se reduce el flujo de la saliva - En la lengua se atrofian las papilas gustativas - Los dientes cambian de tamaño, posición, forma y color - En la mucosa bucal, se producen cambios que reducen la elasticidad - En los labios es muy común la queilitis comisural relacionada por deficiencias de vitaminas del complejo B. La higiene bucal consiste en:

- Usar la seda dental para remover placa de los espacios entre los dientes.
- Remover la placa bacteriana con el cepillo dental de las superficies de los dientes y de otros tejidos (como lengua)
- Aplicar de forma tópica flúor para fortalecer el esmalte dental, con el uso de crema dental.
- Usar cuando es indicado enjuagues dentales.
- Realizar higiene, de prótesis dental.

Por otro lado se adelanta valoración nutricional a los beneficiarios nuevos. Como actividad Lúdica se para afianzar conocimientos se realiza juego de mesa concéntrate.

realizar actividades diarias

Asi mismo con el envejecimiento s existen muchos cambios por el proceso de nuestra adultez.



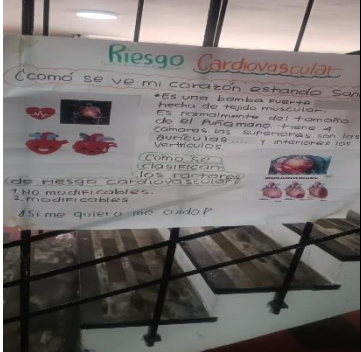
6

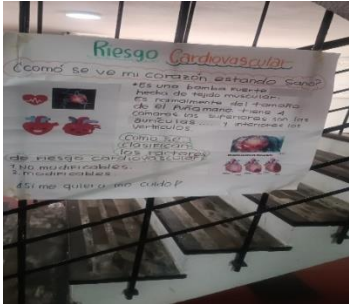
ENFERMERAS

Toma de signos vitales

Cotidianamente se realiza la valoración a los adultos mayores con el objetivo de conocer su estado de salud, por lo tanto, cuando los adultos mayores ingresan al centro día los dejamos descansar un poco ya que como se vienen caminando desde sus casas debemos dar un tiempo prudencial para que la toma de tensión no le salga alterada. De igual forma a los adultos mayores que sufren de diabetes se les realiza la glucometría, con su respectivo registro. Es significativo resaltar que de acuerdo a estos resultados se realizan recomendaciones a cada adulto mayor para evitar complicaciones en su salud. Entre ellas estas la de gran importancia como evitar el consumo de azúcar, sal, grasas y harinas. Con ello evitamos

Se llevaron actividades encaminadas enfocadas a la prevención con el objetivo que nuestras adultos mayores tengan presente los cuidados que deben tener de acuerdo a sus diagnósticos.

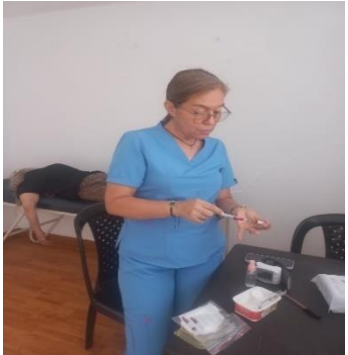


	Registro de asistencia	<p>mantener nuestro peso y el desarrollo de otras enfermedades. Diariamente se realiza un registro de los usuarios que asisten a la fundación con el objetivo de llevar un control, y notificar cualquier novedad que se presente con el área de coordinación, con el fin de que se revise la carpeta del adulto mayor y se evidencia el registro de su ausencia, motivos por el cual su cuidador o en otro caso sus hijos explique si por tema de enfermedad, citas médicas o exámenes.</p>	<p>Con el registro de asistencia logramos mantener un control diariamente en el caso de inasistencia.</p>	
	Capacitación	<p>Se realiza, charla sobre Riesgo Cardiovascular con el fin de explicar cómo se observa el corazón sano.</p>		
	Saludable	<p>Clasificación de los factores de riesgo cardiovasculares: 1. No modificables. 2. modificables</p> <p>Se realizo actividad, de enseñarles a los adultos mayores como se puede lograr mantener saludable. Para ello se realiza un Jugo de Pepino, con espinaca y limón.</p>	<p>Para nuestro centro vida es de vital importancia estas charlas se basa en la enseñanza como está formado el corazón. Y lo que tenemos como son 4 camaras.</p> <p>Es importante que los adultos mayores, aprender a realizar jugos saludables.</p>	   

	<p>Masajes Geriátricos</p>	<p>poco dinero e ingredientes que tenemos a nuestro alcance. Para nuestra institución es darles a conocer lo importante que es consumir alimentos saludables y mantener el bienestar y salud física.</p> <p>Esta actividad está diseñada con el fin de brindar espacios de relajación en el adulto mayor, para tratar ciertos puntos donde existe dolor y rigidez muscular.</p> <p>Por medio de esta técnica los usuarios experimentan buena circulación y les brinda una sensación de bienestar general, aliviando sus dolencias</p>	<p>Los adultos mayores, dan a conocer la importancia de realizar un masaje, de acuerdo a sus dolores en el cuello, espalda y las piernas.</p>	
	<p>Baile Terapéutico</p>	<p>Esta actividad está diseñada para ejercitar los músculos en el adulto mayor, con el fin de liberar emociones, estrés y ansiedad acumulada ya que los usuarios al mover su cuerpo desbloquean todo lo que tienen acumulado.</p> <p>Mejorando de esta forma su autoestima.</p> <p>Es de gran importancia realizar estas actividades con los adultos mayores pues es una terapia creativa donde se utiliza el movimiento la cual esto logra mejorar la salud mental y</p>		   



INFORME DE CUMPLIMIENTO A OBLIGACIONES CONTRACTUALES

7	<p>Acompañamiento en la solicitud de citas a los adultos mayores</p> <p>DEPORTOLOGO ACTIVIDAD FISICA Y DEINTERACCION SOCIAL.</p>	<p>física de los adultos mayores, donde en esta actividad se conecta con los compañeros tanto individual como grupal.</p> <p>Así mismo logramos que con la actividad del baile terapéutico combatimos la obesidad, el estrés, la depresión y enfermedades del corazón.</p> <p>Durante este mes se les brindo acompañamiento a los adultos mayores en la solicitud de citas médicas en las entidades a la que se encuentran afiliados.</p> <p>En este tipo de actividades revisamos que citas médicas tienen pendientes, se les realiza sugerencia de acuerdo a la ficha de salud para que se hagan control con el especialista o medico de acuerdo a sus necesidades y así prevenir futuras complicaciones.</p> <p>Iniciamos este mes socializando las actividades a ejecutar haciendo las recomendaciones pertinentes como lo es utilizar la ropa adecuada para la actividad así mismo una buena.</p>			    
---	--	--	--	--	--



ACTIVIDAD
APRENDIENDO
VALORES
ATRAVES DEL
JUEGO.

Esta actividad consistía en organizarse de forma circular los usuarios y por medio de la música ejecutar movimientos con la finalidad de realizar una relajación muscular y estiramiento.

Esta actividad consiste en unos obstáculos que llevaban por nombre valores como el amor, la paz, tolerancia en donde el adulto mayor al llegar al obstáculo debe decir una frase o un mensaje.

Alusivo al valor que le correspondió. Con esta actividad incentivamos la importancia de los valores a través del juego e interacción.

ACTIVIDAD
INSERTA LA
RUEDA

Esta actividad consiste en que cada adulto mayor debía insertar la rueda en el cono desde una distancia aproximada de 1 metro, con este tipo de ejecución buscamos que el adulto mayor trabaje la coordinación y





8.	<p>DEPORTOLOGO ACTIVIDADES RECREATIVAS Y CULTURALES</p> <p>EL CIRCULO BAILABLE CON PREMIOS</p>	<p>ejecución por medio del juego, teniendo en cuenta que debe estar concentrado para lograr el objetivo de la clase. En esta actividad participaron muy activo los usuarios mostrando interés y satisfacción por el trabajo realizado</p> <p>Esta actividad consiste Identificar por medio de la pista el titulo de la canción y cantarla. Y luego Seleccionar el color correspondiente de cada pelota y ejecutar la acción de quedar en lugar que corresponde Esta actividad fue realizada con el objetivo de incentivar por medio de la música decembrina una forma distinta de ejercita al adulto mayor</p>			     
----	--	--	--	--	---



9	<div>DEPORTOLOGO</div> <div>ACTIVIDAD</div> <div>COGNITIVA</div> <div>INTERACION</div> <div>SOCIAL.</div> <div>E</div>	<p>Primera actividad: el profesor organiza a los participantes en mesas y comienza con una actividad de pensamiento positivo y de reconocimiento de amor propio luego entro a explicar en que consiste la actividad.</p> <p>Se en primera instancia de una charla de como aprendemos en la edad adulta y la toma de decisión.</p> <p>Segundo se retoma con la actividad final del anterior taller realizado,</p> <p>Se les da un detalle de un cuaderno el cual servirá como su agenda llamado la agenda de su propia felicidad el cual decoraran la portada de la manera más creativa. Y llevaran su día a día de actividades que desarrollen en la fundación.</p> <p>Posteriormente se realiza un juego de relación de fechas con días especiales.</p> <p>Continuamos con otro juego donde observan un cuadro con números y desarrollamos observación para encontrar un numero la mayor cantidad de veces este.</p> <p>Y finalizamos con un juego de letras al que forme palabras con esas letras y cuantas palabras máximo se encuentran para insentivar el pensamiento.</p>		     
---	--	--	--	--



INFORME DE CUMPLIMIENTO A
OBLIGACIONES
CONTRACTUALES

Código: F-GJ-1140-238,37-009

Versión: 1.0

Fecha aprobación: Junio-29-2017

Página 30 de 32

10	SERVICIOS GENERALES	<p>El profesor organiza a los participantes en mesas y comienza con una actividad de pensamiento positivo y de reconocimiento de amor propio y sentido de vida pensando en sueños por realizar y el fin de nuestra vida luego entro a explicar en qué consiste la actividad.</p> <p>Segundo se retoma con la actividad final del anterior taller realizado,</p> <p>Se hace una revisión del cuaderno valorando los esfuerzos y las tareas cumplidas.</p> <p>Posteriormente se realiza un juego de relación letras con elementos repetidos.</p> <p>Diariamente, se realiza el aseo de todo el centro vida al inicio de la jornada y la terminación de la misma donde se inicia desde todas las áreas comunes ya que es de gran importancia mantener limpio todos los espacios, con el fin de que se evite alguna contaminación para nuestros adultos mayores</p> <p>Así mismo se realiza el aseo en todas las áreas como es el ingreso a la institución como es patios, baños, salones y demás espacios utilizados por los adultos mayores.</p> <p>Se realiza el lavado de mesas y sillas, para mantener la</p>	   
----	---------------------	--	--



INFORME DE CUMPLIMIENTO A
OBLIGACIONES
CONTRACTUALES

Código: F-GJ-1140-238,37-009

Versión: 1.0

Fecha aprobación: Junio-29-2017

Página 31 de 32

higiene que es esencial para prevenir infecciones y además favorecer el estilo de vida de los adultos mayores la cual debe ser saludable.

Limpieza y desinfección de los estantes donde se almacenan los abarrotes. Así mismo se realiza la limpieza de la loza, cristalería, cubiertos etc, manteniendo un ambiente seguro y saludable para todo.

Se realiza el procedimiento y utilización de los productos químicos de acuerdo a las fichas técnicas de los productos que adquirimos para hacer nuestra labor con el fin de evitar, una intoxicación al no sabemos utilizarlos, y muchas ocasiones podemos manchar los pisos y dañarlos por fusionar los productos.

La limpieza de todo el centro vida se realiza de acuerdo a los protocolos como es utilizar los elementos de protección, guantes, tapabocas, señalización del área de trabajo.

Se realiza la limpieza de todas las mesas y sillas ya que una de las cosas mas importantes de nuestra institución es cumplir con la higiene en todas las áreas.

Se cumple con la elaboración de los formatos de registro y verificación de limpieza y desinfección de todas las áreas.



CONTRATISTA

Claudia Bueno Rivera Fundación Centro Día Teresa de Jesús Representante Legal