
FELIZ DÍA
del
amor
&
la amistad

HOGAR SAN PEDRO CLAVER

NIT: 890.480.145-7

CARTAGENA-COLOMBIA

INFORME DE AVANCES DE LOS COMPONENTES ALIMENTACIÓN RECREACIÓN Y FORMACIÓN

PERIODO DEL 01 AL 30 DE SEPTIEMBRE 2023.

PRESENTADO A:

SECRETARIA DE SALUD DE BOLIVAR

PRESENTADO POR:

HOGAR SAN PEDRO CLAVER

Alimentación saludable



1 INTRODUCCIÓN

Para el periodo comprendido entre el 01 al 30 de septiembre de 2023 se trabajó teniendo en cuenta cronograma de capacitaciones al adulto mayor, manipuladores de alimentos, así mismo cronograma de captura de datos antropométricos establecido para evaluar y realizar seguimiento al estado nutricional de los beneficiarios adscritos al hogar geriátrico San Pedro Claver.

Como acción principal y teniendo en cuenta cronograma se realiza tamizaje nutricional a adultos mayores cuyos diagnósticos nutricionales presentaron mal nutrición por déficit, todo esto con el fin de realizar seguimiento al estado nutricional y así mismo, continuar con plan alimentario acorde a las necesidades y requerimientos por día de acuerdo al grupo etario.
Esto permite el mejoramiento o mantenimento del estado nutricional a travez del consumo de la minuta correspondiente a su grupo etareo reforzada con bebidas caseras de alto valor nutricional.

Por otra parte en aras de prestar un servicio integral se realiza capacitación a la población adulta mayor en el tema de Alimentación en población con hipertensión,
Siguiendo la línea de las capacitaciones se realiza desarrollo de capacidades al talento humano (manipuladores de alimentos) encargados Del servicio de alimentos del Hogar San Pedro Claver, con el tema de enfermedades transmitidas por los alimentos ETAS

1.2 OBJETIVO

1
INSENTIVAR a los adultos mayores a consumir alimentos que no representen riesgo de contraer enfermedades no transmisibles como lo es la hipertensión arterial.

1.3 DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES DE NUTRICIÓN

SESIÓN EDUCATIVA AL ADULTO MAYOR

ETAPA DE ALISTAMIENTO Y PLANEACIÓN DE ACTIVIDADES

ACCION	DETALLES DE LA ACTIVIDAD
Población Objeto:	Adultos mayores, Hogar Geriátrico San pedro Claver
Responsable de la actividad	Nutricionista Keyla Verbel Martínez
Fecha, sitio de Ejecución y # de asistentes	**Fecha:** 4/09/2023 **Lugar:** Salón de actividades lúdico recreativas al adulto Mayor del hogar geriátrico San pedro Claver.
Descripción de la actividad	El proceso de planeación y ejecución se realizó en salón adecuado para la intervención utilizando las medidas de bioseguridad, se desarrolla agenda en donde participaron profesionales de nutrición objetivo como estrategia sugerida La agenda se desarrolla de la siguiente manera: • Bienvenida • Intervención de la Nutricionista en acompañamiento de manipuladores de alimentos Beneficiarios: 20 Adultos mayores Características de los Beneficiarios: Adultos mayores internos en el hogar Geriátrico San pedro Claver. Se da inicio con la bienvenida a todos los asistentes, Acto seguido se socializó la agenda del día de las diferentes actividades programadas. Se realizó actividad lúdica recreativa junto con el equipo interdisciplinario del Hogar Geriátrico San Pedro Claver teniendo como espacio las playas de manzanillo, espacio donde se logró la gran participación de los adultos mayores autovalentes. Se dio inicio con actividades lúdicas empleando el juego como dinámica rompe hielo, luego se abrió paso a charla nutricional sobre Adecuada alimentación en población con hipertensión. Se concluye la actividad con una reflexión alusiva al tema tratado sensibilizando sobre la importancia de poner en práctica los conocimientos adquiridos.
Metodología	Convocatória al interior del hogar geriátrico
Resultados de la	Se logra que los asistentes de 20 personas

actividad:	
Insumos y/o logística	Sillas,
Inconvenientes presentados y tipo de solución	N/A
Recomendaciones	Continuar con el desarrollo de capacidades

SESIÓN EDUCATIVA A MANIPULADORES DE ALIMENTOS

ETAPA DE ALISTAMIENTO Y PLANEACIÓN DE ACTIVIDADES

ACCION	DETALLES DE LA ACTIVIDAD
Población Objeto:	Manipuladores de Alimentos, Hogar Geriátrico San pedro Claver
Responsable de la actividad	Nutricionista Keyla Verbel Martínez
Fecha, sitio de Ejecución y # de asistentes	**Fecha:** 18/09/2023 **Lugar:** Servicio de Alimentos del Hogar Geriátrico San pedro Claver.
Descripción de la actividad	El proceso de planeación y ejecución de la sesión educativa se realizó en salón adecuado para la intervención utilizando las medidas de bioseguridad, se desarrolla agenda en donde participaron profesionales de nutrición objetivo como estrategia sugerida La agenda se desarrolla de la siguiente manera: • Bienvenida • Socialización de los Objetivo de la actividad • Intervención de la Nutricionista • Sesión de Preguntas • Cierre Talento humano: 3 Manipuladoras de alimentos El día 18/09/2023 se reúnen en las instalaciones del hogar geriátrico la profesional en nutrición y manipuladoras del servicio de alimentos: se inició con la retroalimentación verificando el cumplimiento de los ciclos de menús y procesos establecidos para el óptimo funcionamiento del servicio de alimentos, acto seguido se socializo las observaciones encontradas con las respectivas acciones de mejora. Posterior a lo anterior se orientó y reforzó a las manipuladoras

	de alimentos en el tema de Enfermedades transmitidas por los alimentos ETAS Se concluye la reunión dando gracias por la participación de los presentes y dando a conocer los compromisos adquiridos en medio de la jornada recalcando la importancia de ponerlos en práctica.
Metodología	Convocatória al interior del hogar geriátrico
Resultados de la actividad:	Se logra que los asistentes de 3 personas
Insumos y/o logística	Sillas, computador portátil
Productos y Soportes	Evidencias fotográficas
Inconvenientes presentados y tipo de solución	N/A
Recomendaciones	Continuar con el desarrollo de capacidades

SEGUIMIENTO NUTRICIONAL Y PLANES ALIMENTARIOS

Teniendo en cuenta los resultados de la valoración antropométrica elaborada en el mes anterior, se realizan las siguientes actividades de acuerdo a cada diagnóstico nutricional, para el mes de Septiembre se realizó seguimiento nutricional a beneficiarios cuyo diagnóstico nutricional presentaron mal nutrición por déficit.

DIAGNÓSTICO NUTRICIONAL-SECRETARIA					
ADECUADO	**DESNUTRICIÓN SEVERA**	**DESNUTRICIÓN MODERADA**	**BAJO PESO**	**SOBREPESO**	**OBESIDAD**
N/A	**0**	**2**	**13**	**N/A**	**N/A**
	0%	**5,7%**	**37,1%**		



Teniendo en cuenta la información anterior podemos tener en cuenta los siguientes resultados:

- ✓ El 0% de la población presenta desnutrición severa (0 adultos mayores).
- ✓ El 5,7% de la población presenta desnutrición moderada (2 adultos mayores).
- ✓ En la actualidad tenemos 13 adultos mayores que presentan bajo peso (el 37,1% de la población).

Al realizar los seguimientos nutricionales a los casos que presentaron desnutrición severa, moderada, leve y bajo peso se identificó que los beneficiarios muchos años antes del ingreso al hogar geriátrico se encontraban en precarias condiciones (situación de calle, inseguridad alimentaria específicamente en el eje de acceso a los alimentos ya que no se garantizaban 3 tiempos de comidas en calidad y cantidad) con diagnósticos nutricionales de desnutrición aguda severa que hasta la fecha de hoy ha mejorado con ganancias de pesos significativas en rangos de 16 a 20 gr por semana aunque actualmente algunos presenten bajo peso.

Por otra parte se evidenció beneficiarios que a pesar de que cuentan con disponibilidad y acceso a sus alimentos presentan patologías que han impedido la

recuperación del estado nutricional por ser enfermedades que generan un gasto energético alto.

La OMS en su resolución 2465 del 2016 (Por la cual se adoptan los indicadores antropométricos, patrones de referencia y puntos de corte para la clasificación antropométrica del estado nutricional de niñas, niños y adolescentes menores de 18 años de edad, adultos y gestantes adultas) nos indica que para poder lograr avances en la recuperación nutricional a un adulto mayor con diagnóstico de desnutrición leve a severa es necesario garantizar mínimo 3 a 4 meses una nutrición adecuada, suficiente y equilibrada sin patologías agregadas puesto que dichas enfermedades de bases generan un gasto energético que imposibilita lograr un diagnóstico nutricional adecuado.

Cabe señalar que a este grupo poblacional que presenta dichos diagnósticos nutricionales según indicador IMC reciben alimentación acorde a su grupo etareo teniendo encuentra necesidades calórica por día además de suplementación con fórmulas nutricionales entregadas desde sus EAPB y donaciones de laboratorios clínicos.

[1] Ministerio de salud y protección social 2016, resolución número 00002465 del 2016

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS





1. Capacitación a manipuladores de alimentos en ETAS



Keyla Verbel Martínez

_____

Keyla Verbel Martínez
Nutricionista Dietista
MND 06683

EVIDENCIA ALIMENTACIÓN

Desayuno lunes





Refrigerio lunes





Almuerzo lunes





Refrigerio lunes





Cena lunes





Desayuno martes





Refrigerio martes





Almuerzo martes





Refrigerio martes





Cena martes





Desayuno miércoles





Refrigerio miércoles





Almuerzo miércoles





Refrigerio miércoles





Cena miércoles





Desayuno jueves





Refrigerio jueves





Almuerzo jueves





Refrigerio jueves





Cena jueves





Desayuno viernes





Refrigerio viernes





Almuerzo viernes





Refrigerio viernes





Cena viernes





Desayuno sábado





Refrigerio sábado





Almuerzo sábado





Refrigerio sábado





Cena sábado





Desayuno domingo





Refrigerio domingo





Almuerzo domingo





Refrigerio domingo





Cena domingo





ACTIVIDADES ADULTOS MAYORES



1.4 INTRODUCCIÓN ACTIVIDADES

Hay que resaltar que los adultos mayores constituyen una pieza muy importante en la sociedad. Este grupo etareo es transmisor de sabiduría y experiencia. Además son ellos quienes dejan los legados y van constituyendo lo que somos hoy como sociedad.

El envejecimiento humano, según Fernández (2000), es un proceso multidimensional, gradual de los seres humanos, que se caracteriza por ser heterogéneo, intrínseco e irreversible; inicia en la concepción, se desarrolla durante el curso de vida y termina con la muerte. Es un proceso complejo de cambios biológicos, fisiológicos y psicosociales de los individuos, en interacción continua con la vida social, económica, cultural y ecológica de las comunidades, durante el transcurso del tiempo.

En este tránsito de cambios donde los adultos mayores se van deteriorando es donde van surgiendo alguno estereotipos como son que esta población no es productiva, pierden la creatividad e inteligencia, no sirven para nada entre otros afirmaciones.

Teniendo en cuenta este panorama, desde los Hogares geriátricos se propone promover una cultura de respeto y valor a la población de adultos mayores, ofreciéndoles una vida digna y con calidad, lo cual se ve reflejado en la prestación de los diferentes servicios de alojamiento, alimentación, salud (medico – enfermería), recreación, formación, y terapia ocupacional.

Durante este periodo de ejecución del presente informe los adultos mayores gozaron de múltiples actividades relacionadas con el mes del amor y la amistad, donde se divirtieron y mostraron todas sus destrezas y habilidades, se desarrollaron actividades que fortalecieron los lazos de amistad.

1.5 OBJETIVOS

GENERAL:

Garantizar la atención integral en la prestación del servicio a los adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver, de manera oportuna y eficaz, en aras de mejorar la calidad de vida y restablecer los derechos de esta población vulnerable.

ESPECÍFICOS:

- Promover cambios de estilos de vida, hábitos y costumbres saludables entre los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver.

- Prevenir enfermedades y las discapacidades que estas puedan desencadenar, a través de la implementación de actividades lúdico – recreativas y formativas.

- Fomentar una alimentación balanceada, lo que garantiza que los adultos mayores gocen de vitalidad y energía para el desarrollo de actividades.

1.6 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DEL 01 AL 30 DE SEPTIEMBRE DE 2023

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TIPODE ACTIVIDAD	FECHA
Espiral de colores	Formativa	4 y 5 de septiembre
Mano animada	Formativa	6 y 7 de septiembre
Elaboración de flor dulcera	Formativa	8 y 9 de septiembre
Elaboración del pollito pio pio	Formativa	Del 11 al 13 de septiembre
Decora tu piedra	Formativa	14 y 15 de septiembre
Ratoncito juguetón	Formativa	18 y 19 de septiembre
Atrapa las peloticas de colores	Recreativa	20 de septiembre
Atravesando el laberinto	Recreativa	21 y 22 de septiembre
Pasa y encesta la pelota	Recreativa	25 y 26 de septiembre
Celebración de cumpleaños del mes	Recreativa	27 de septiembre
Juego de lotería	Recreativa	28 de septiembre
Celebración de amor y amistad	Recreativa	29 de septiembre

Actividades formativas



1.7 ESPIRAL DE COLORES

OBJETIVO:

Fortalecer la parte Psicomotora de los adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver, mediante la elaboración de actividades manuales.

METODOLOGÍA:

Para iniciar la actividad se entrega el material a los participantes, quienes tendrán una tarea inicial y es cortar 16 tiras de cartulinas de diferentes colores, las cuales tendrán una medida de 1cm de ancho por 13cm de largo, una vez realizado este paso proceden a irlas pegando en forma circular, las cuatro primeras haciendo una cruz y las siguientes una arriba de la otra no utilizando mucho pegante.

Cumplido el paso anterior, cortan dos círculos utilizando como molde una moneda de 500 pesos. A estos se les hace un pequeño agujero en el centro, el primer círculo se pega arriba de las tiritas y el segundo se pega por debajo de las tiras, haciendo en especie de un globo con las mismas. Ambos lados del espiral se sellan con silicona caliente echando una gótica en los extremos de cada círculo.

Una vez realizan todos estos pasos proceden a utilizar sus espirales girando de un lado a otro.

IMPORTANCIA:

- Organización mental
- Habilidades motoras
- Entretenimiento
- Precisión

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

ESPIRAL DE COLORES

FECHA: 4 y 5 de septiembre

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Cartulinas de colores
- Pegante en barra
- Paquetes de palitos de chuzos
- Pistolas de silicona
- Silicona en barra

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

ESPIRAL DE COLORES





1.8 MANO ANIMADA

OBJETIVO:

Incentivar a los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver a la realización de manualidades creativas, donde sean autónomos en la escogencia y creación de esta actividad.

METODOLOGÍA:

La actividad mano animada se trata de construir con un guante de látex un divertido entretenimiento, el cual consiste en colocar el guante abierto en un vaso desechable de cartón y luego sujetarlo este con un caucho elástico.

Realizado el paso anterior se indica a los participantes que deben decorar cada dedo del guante según lo prefieran, se da las diferentes opciones de realizar caritas con diferentes expresiones, muñequitos entre otros, para ello utilizaran diferentes materiales e insumos.

Finalizadas estas indicaciones se procede a realizar un orificio con ayuda de un pitillo grueso en la parte de delante de los rostros e imágenes del guante, este con el fin de soplar y hacer que la mano animada se abra y se cierre.

IMPORTANCIA:

- Fomentar habilidades manuales
- Liberar emociones negativas
- Recrear la mente
- Autonomía
- Actitud proactiva

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

MANO ANIMADA

FECHA: 6 y 7 de septiembre

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Paquetes de guantes trasparentes
- Bolsas de cauchos elásticos
- Vasos desechables de cartón
- Cartulinas de colores
- Ojitos móviles
- Silicona liquida
- Pitillos gruesos de colores

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

MANO ANIMADA





1.9 ELABORACIÓN DE FLOR DULCERA

OBJETIVO:

Prevenir el deterioro cognitivo de los adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver, a través de la elaboración de manualidades que les permitan explorar sus habilidades.

METODOLOGÍA:

Lo primero que se hace es entregar a los adultos mayores el molde de los pétalos de las flores para luego ir armando según lo va indicando la persona que dirige la actividad.

Una vez se arma la flor los participantes introducen un dulce en el centro de esta y eligen una persona a quien quieren entregarla como un gesto de amor y amistad, esta actividad se hace en conmemoración al mes de amor y amistad, donde se fomenta el respeto, la tolerancia y sana convivencia entre la población de adultos mayores

IMPORTANCIA:

- Fomenta el respeto
- Fortalecen los lazos de amistad
- Invita amar
- Expresan sentimientos
- Interactúan
- Se incrementa el perdón

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD
ELABORACIÓN DE FLOR DULCERA

FECHA: 8 y 9 de septiembre

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Pliegos de cartulina de colores
- Pliegos de foami de colores
- Pistolas de silicona
- Barras de silicona
- Palitos de chuzo
- Rollos de cinta de papel de colores

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

ELABORACIÓN DE FLOR DULCERA





1.10 ELABORACIÓN DEL POLLITO PIO PIO

OBJETIVO:

Promover el envejecimiento activo y saludable entre los adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver, a través de la realización de actividades manuales.

METODOLOGÍA:

Lo primero que se hace es entregar los moldes a los adultos mayores, una vez los tienen calcan en la cartulina y luego lo recortan, hecho este paso proceden a formar dos cilindros que hacen parte del cuerpo del pollito.

Los cilindros los pegan unos sobre el otro dejando los orificios descubiertos hacia los lados, luego sacan los moldes de las partes del rostro como el pico, la cresta, los ojitos y las patas.

Se arma el pollito con todas las partes anteriormente sacadas y se exhibe en el muestrario de manualidades.

IMPORTANCIA:

- Desarrollo motriz
- Fortalecen la autoestima

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD
ELABORACIÓN DE POLLITO PIO PIO

FECHA: Del 11 al 13 de septiembre

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Pliegos de cartulina amarillo
- Pliegos de cartulina naranja
- Tijeras
- Siliconas liquidas

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

ELABORACIÓN DE POLLITO PIO PIO





1.11 DECORA TU PIEDRA FAVORITA

OBJETIVO:

Beneficios en el cerebro. Con la pintura se estimulan ambos hemisferios del cerebro, se estimula el lado lógico y racional junto con el lado creativo y de las emociones. Por lo tanto, al pintar se estimula la imaginación y se hace trabajar al cerebro por completo, evitando enfermedades como el Alzheimer.

METODOLOGÍA:

Para esta actividad se imprimen algunos modelos de piedras decoradas con diferentes figuras y se entregan a los adultos mayores, quienes deben elegir entre estos el que desean realizar.

Una vez escogen la figura se dirigen al patio del hogar y miran cuál de las piedras chinas les es más útil para ello, regresan a su mesas y empiezan a dibujar la imagen de su creación.

Finalmente pintan con vinilo y ayuda de un pincel y esperan hasta que este, perfeccionan y esperan que sequen.

IMPORTANCIA:

- Favorece la salud mental
- Despiertan la imaginación
- Previene el alzhéimer
- Desarrollan la paciencia

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD
DECORA TU PIEDRA FAVORITA

FECHA: 14 y 15 de septiembre

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Piedras chinas
- Vinilos grandes
- Pinceles
- Vasos desechables
- Papeles periódicos
- Brillo

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

DECORA TU PIEDRA FAVORITA





1.12 RATONCITO JUGUETÓN

OBJETIVO:

Potenciar la Psicomotricidad entre los adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver, a través de la creación de manualidades que contribuyan a explorar todos sus talentos.

METODOLOGÍA:

En esta actividad necesitaremos vasos desechables de cartón, al cual se le hacen tres orificios uno de cada lado y el otro en la parte de abajo, luego se recorta un circulo de la medida del molde entregado.

El círculo que tiene cada adulto mayor es para realizar la carita del ratoncito, le pegan los ojitos, los bigotes, las orejitas y se hacen unos corazoncitos para pegarlos en la parte de afuera del vaso.

Luego se unen tres pitillos y se sujetan con cinta doble faz, dejando dos dedos de espacio al poner la cinta. Se pega la carita del ratón y se introducen los pitillos por los orificios realizados inicialmente formando con ello los bracitos y las piernecitas del ratón. Las piernecitas del ratón servirán para que sea un ratoncito movible, ya que lo podrán hacer que mueva los brazos con el pitillo de abajo sacándolo y metiéndolo.

IMPORTANCIA:

- Diversión
- Mejoran la Psicomotricidad

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD
RATONCITO JUGUETON

FECHA: 18 y 19 de septiembre

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Vasos desechables de papel
- Pitillos de colores
- Cinta doble faz
- Cartulina blanca
- Cartulina rosada
- Cartulina negra

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

RATONCITO JUGUETON





Actividades recreativas



1.13 ATRAPA LAS PELOTICAS DE COLORES

OBJETIVO:

Favorecer el desarrollo de las diferentes destrezas motoras en los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver, mediante juegos lúdicos – recreativos en pro de este grupo etareo.

METODOLOGÍA:

En una cesta plástica se introducen varias peloticas de diferentes colores cada participante elige un color y se procede a dar la explicación de la actividad que se va a realizar.

En una mesa está la cesta, los participantes se les entrega una raquetica forrada con cinta pegante, con la cual deben atrapar todas las peloticas del color que eligieron en el menor tiempo posible.

Quien logre el objetivo de recolectar todas las pelotas del color acordado obtendrá un premio.

IMPORTANCIA:

- Recrear la mente
- Fortalece la autoestima
- Mantienen buen animo

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD
ATRAPA LAS PELOTICAS DE COLORES

FECHA: 20 de septiembre

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

MATERIALES:

- Peloticas plásticas de diferentes colores
- Rollos de cinta pegante
- Raqueticas
- Porcelana grande
- premios

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

ATRAPA LAS PELOTICAS DE COLORES





1.14 ATRAVESANDO EL LABERINTO

OBJETIVO:

Estimular el pensamiento lógico y las funciones ejecutivas, a la vez que mejoran las habilidades viso – espaciales entre los adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver.

METODOLOGÍA:

Se crea un laberinto con lana en la base de la mesa, los adultos mayores que desean participar forman una hilera justo detrás de donde inicia este. La actividad consiste en entregar un pitillo a cada concursante y cinco peloticas de pin pon.

Los concursantes tendrán un minuto para recorrer el laberinto e introducir todas las peloticas en una cesta que se encuentra al final de este, quien logre hacerlo en el tiempo estimado se le entregara un premio.

IMPORTANCIA:

- Estimula el pensamiento lógico
- Mejora las habilidades viso – espaciales
- Coordinación Psicomotriz
- Estrategias de resolución de problemas

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

ATRAVESANDO EL LABERINTO

FECHA: 21 y 22 de septiembre

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

MATERIALES:

- Rollos de lana
- Cinta pegante
- Mesas plásticas
- Peloticas de pín pon
- Cesta plástica
- Premio
- Cronometro

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

ATRAVESANDO EL LABERINTO





1.15 PASA Y ENCESTA LA PELOTA

OBJETIVO:

Mejorar la sincronización del ritmo cardiaco, comprendiendo los cambios físicos, mentales y conductuales entre los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver, mediante la recreación.

METODOLOGÍA:

En la pared hay sujetada una cesta de básquet bol con su respectiva maya, a cierta distancia se coloca una tira de color, donde se indica que de la parte de atrás de esta debe colocarse cada jugador para hacer el lanzamiento.

Todos los adultos mayores tienen la oportunidad de lanzar por dos oportunidades, quienes logren insertar en las dos oportunidades irán clasificando para la final, por tanto se hace una segunda eliminatoria donde se escoge un ganador (a).

En la segunda ronda los adultos lanzan la pelota durante un minuto, el ganador (a) es quien más introduzca en la cesta.

IMPORTANCIA:

- Desarrollan fuerza muscular
- Mejora la salud del sistema cardiovascular
- Aumenta la confianza y disciplina
- Mantienen la mente centrada
- Reduce los niveles de estrés

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD
PASA Y ENCESTA LA PELOTA

FECHA: 25 y 26 de septiembre

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

MATERIALES:

- Balones
- Cesta de básquet
- Taladro
- Premios
- Cinta de papel de colores
- Cinta pegante

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

PASA Y ENCESTA LA PELOTA





1.13 CELEBRACIÓN DE CUMPLEAÑOS

OBJETIVO:

Reconocer la importancia de la vida de los adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver, a través de la celebración de los cumpleaños trimestralmente.

METODOLOGÍA:

La celebración de los cumpleaños a los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver se les realiza trimestralmente. En esta inicialmente se agrade a Dios por la vida y salud de los cumplimentados.

Por otro lado se toman las fotografías a las personas que cumplen años, se comparten los mecatos, la torta y se hace un obsequio a cada uno de los cumplimentados.

Cabe resaltar que los adultos mayores durante esta actividad se divierten en gran manera, ya que bailan, conversan y recuerdan momentos de su niñez, juventud y edad adulta.

IMPORTANCIA:

- Agradecimiento por la vida
- Se emocionan
- Se integran

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

CELEBRACIÓN DE CUMPLEAÑOS

FECHA: 27 de septiembre

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

MATERIALES:

- Gaseosas
- Vasos desechables
- Servilletas
- Torta
- Decoración (Globos, cortinas, pendón, manteles)
- Mecatos
- Regalos para los cumplimentados

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD





1.14 JUEGO DE LOTERÍA

OBJETIVO:

Contribuir al tratamiento del Alzheimer y la demencia senil, a través del juego de lotería con los adultos mayores beneficiarios del Hogar San Pedro Claver, donde se diviertan y disfruten.

METODOLOGÍA:

El objetivo principal del juego es ganar. No existe el segundo ni tercer lugar. Al no tener límite de tiempo, básicamente el juego durará hasta que los participantes estén dispuestos a poner su suerte en el destino.

Selecciona el cartón que deseas y asegúrese que conozca todas las imágenes que aparecen en este. La persona que dirige la actividad introduce las fichas en una bolsa oscura e inicia sacándolas y expresando en voz alta la figura que salió.

Las personas participantes deben estar muy alertas para saber si tienen la imagen es su cartón y completar el cartón lleno.

Quien termine primero debe cantar lotería en voz alta, se verifican las fichas e imágenes para comprobar que es el ganador (a).

IMPORTANCIA:

- Mejora la concentración
- Fortalece la memoria
- Contribuye a la observación
- Entretenimiento y diversión

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD
JUEGO DE LOTERÍA

FECHA: 28 de septiembre
HORA: De 9:35 a 11:00am
LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

MATERIALES:

- Juegos de loterías
- Bolsa oscura
- Mesas plásticas
- Sillas plásticas
- Premios

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

JUEGO DE LOTERÍA





1.15 CELEBRACIÓN DE AMOR Y AMISTAD

OBJETIVOS:

Estimular y favorecer entre los Adultos Mayores del Hogar San Pedro Claver el valor del amor y la amistad, recuperando algunas costumbres y tradiciones como lo es la celebración del amor y la amistad

METODOLOGÍA:

La celebración del día del amor y la amistad se llevó a cabo el 18 de Septiembre en el salón de eventos, donde se decoró el lugar con cortinas de corazones, globos y mesas.

Durante la actividad se dijeron poesías declamadas por los Adultos Mayores y personal administrativo del Hogar, bailaron, compartieron y la pasaron muy bien en compañía de todos.

En la realización del evento se utilizaron los protocolos de bioseguridad; uso de tapabocas y compartir en sus empaques para evitar la manipulación de los pasa bocas con las manos de los asistentes.

IMPORTANCIA:

- Mostrar las habilidades
- Participación
- Interacción
- Disminuye el estrés
- Fortalecer el valor de la amistad

ESPECIFICACIONES DE LA ACTIVIDAD

CELEBRACIÓN DEL DÍA DEL AMOR Y AMISTAD

FECHA: 29 de Septiembre

HORA: 1:30 A 4:30 pm

LUGAR: salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

IMPLEMENTOS UTILIZADOS:

- Vasos
- Servilletas
- Mecatos
- Pasa bocas
- Cortina decorativa
- Globos
- Regalos individuales
- Regalos para concurso
- Bomba para inflar globo
- Mantel
- Pliegos de papel barrilete rojos y blancos
- Frutas para ensalada
- Platicos desechables

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

CELEBRACIÓN DEL DÍA DEL AMOR Y AMISTAD





1.16 CUIDADOS DE ENFERMERÍA

OBJETIVO GENERAL

Proporcionar una atención individualizada a los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver en los cuidados de enfermería, promoviendo el auto cuidado y la autonomía de los beneficiarios.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Asistir al adulto mayor en la alimentación y actividades de la vida diaria
- Administrar medicamentos a los adultos mayores para mejorar su calidad de vida
- Fomentar el desarrollo del trabajo interdisciplinario para el abordaje de una atención integral de calidad al adulto mayor

Enfermería juega un papel fundamental en la atención integral al adulto mayor en hogar san pedro Claver ya que atreves de la labor que hacemos identificamos sus necesidades básicas y mejoramos su calidad, por medio de la observación directa detectamos necesidades las cuales tratamos en lo posible darles las solución oportuna y a sus necesidades .

Para la atención a los adultos mayores contamos con personal de enfermería capacitado en la atención al adulto mayor contamos con 8 auxiliares de enfermería y 1 enfermera jefe para la atención a los adultos mayores. El personal auxiliar de enfermería realiza notas de enfermería a los adultos mayores en las cuales se registran las actividades realizadas a cada adulto mayor y su condición clínica.

Contamos con un stop de medicamentos para situaciones de urgencias los cuales están divididos en parte superior encontramos medicamentos para control de hipertensión , dolor abdominal , diarrea y vómitos en la parte

medica encontramos los insumos tales como jeringas catéteres soluciones endovenosas, y en la parte inferior encontramos insumos para la parte respiratoria como cánulas nasales , kit de Venturi y de kit para realizar nebulizaciones. Todos los medicamentos están debidamente rotulados de acuerdo a su fecha de vencimiento.

La administración de medicamentos se realiza de acuerdo al ordenamiento médico teniendo en cuenta el medicamento , paciente , dosis , vía , hora , fecha de vencimiento , preparación, velocidad, verificar posibles reacciones y registros del medicamento a cada adulto mayor, por sus múltiples comorbilidades están inscritos en programas de atención en salud en su EPS de los cuales tenemos:

En los programas de Hipertensión y Diabetes las EPS realizan controles médicos trimestrales donde les ordenan medicamentos y exámenes de laboratorios, de acuerdo a su evolución y condición clínica, los adultos mayores con patologías de Esquizofrenia EPOC entre otras manejan consultas de acuerdo a las condiciones clínicas y necesidades del paciente de forma bimensual de acuerdo a la condición del paciente . Contamos con una auxiliar de enfermera que realiza en acompañamiento al adulto mayor en este proceso lo cual es fundamental para mejorar las condiciones de salud del adulto mayor. Asisten a citas médicas presenciales, atención domiciliaria, se practicaron exámenes de laboratorios,

Cuando un adulto mayor se enferma que por su condición clínica amerita traslado a un centro de mayor complejidad (clínica y/o hospital) se traslada al adulto mayor en compañía de la auxiliar de enfermería, la cual lo acompaña durante su proceso de hospitalización.

EVIDENCIAS DE LA ATENCIÓN DE ENFERMERÍA





1.17 CONCLUSIÓN

La atención al adulto mayor demanda un componente integral; físico-recreativo, terapéutico, socio-cultural, psico - educativo brinda una función en cuanto a mejorar el estado fisiológico, psicológico, mental y espiritual de los adultos mayores lo cual permite mejorar la calidad de vida de ellos.

Durante el periodo de ejecución del informe se llevaron a cabo las actividades recreativas y formativas contempladas en el cronograma, las primeras contribuyen a mantener el funcionamiento Psicomotriz adecuado y las segundas previenen el deterioro cognitivo.

En la parte formativa se trabajaron las manualidades y artesanías. En aras de mantener y desarrollar habilidades motoras finas y gruesas, fortalecer la autoestima y creatividad

La recreación se enfocó en estimular la concentración y a reforzar el trabajo en equipo, se trabajó el tema cultural y de relaciones sociales.

En la parte nutricional se elaboró un ciclo completo en la minuta del mes por días, se hizo una lista de intercambios de alimentos alterna, que da la posibilidad de variabilidad y flexibilidad con los productos que se encuentren en la alacena.

En cuanto a la prestación de los servicios de salud, se trasladaron a los adultos mayores a sus citas médicas y controles de hipertensión, diabetes entre otras patologías de base.

Actualmente se están llevando a todos los adultos mayores a citas y controles por odontología, para cuidar su salud bucal.

Otros Servicios



1.18 ATENCIÓN MÉDICA

OBJETIVO:

Prevenir, diagnosticar y tratar las enfermedades presentes en los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver, en aras de garantizar la salud y calidad de vida de los mismos.

METODOLOGIA:

Para llevar a cabo la atención en salud de los adultos mayores, el Hogar San Pedro Claver dispone de un médico general encargado de realizar rondas diarias en los diferentes pabellones de la institución en apoyo de enfermera jefe 8 horas diarias y auxiliares de enfermería de forma permanente.

Durante el mes de julio como de forma habitual se realizaron rondas medicas diarias en compañía de personal de enfermería, lo cual nos permitió priorizar a aquellos que presentaron síntomas y signos asociados a agudización de patologías de base y enfermedades de Novo, durante el mes en curso prevalecieron cuadros de resfriado común todos manejados en el hogar con adecuada respuesta a tratamientos farmacológicos establecidos, en el momento en términos generales nuestros adultos mayores se encuentran clínicamente compensados, sin embargo, todos con alto riesgo de muerte por senilidad y comorbilidades, todos en continuos chequeos y manejos asistenciales para manejo de sus condiciones clínicas con el apoyo de laboratorios Pasteur, AMI y las distintas EAPB a las cuales se encuentran afiliados nuestros adultos mayores.

IMPORTANCIA:

- Garantizar bienestar
- Prevención de enfermedades y/o complicaciones
- Preservar la capacidad funcional
- Disminución de la morbimortalidad

EVIDENCIA DE LA ATENCIÓN MÉDICA





1.19 SERVICIOS FARMACÉUTICOS

OBJETIVO:

Identificar el manejo de medicamentos en los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver, para su posterior administración por parte del personal de enfermería capacitado para tal fin.

METODOLOGÍA:

Inicialmente los adultos mayores reciben valoración por el médico del Hogar o de su EPS. Una vez recibida la formula, se procede a retirar los medicamentos en las farmacias correspondientes.

Los medicamentos no pos son comprados por el Hogar, una vez se tienen son dispensados en la farmacia de la institución. La farmaceuta procede a la revisión, contabilización, almacenamiento y posterior entrega a las auxiliares de enfermería de acuerdo a los requerimientos para administrar por la vía indicada a los beneficiarios.

IMPORTANCIA:

- Prevenir alteraciones en patologías de base
- Evitar complicaciones de salud
- Administrar las dosis correctas
- Mantenerse proactivos en las actividades
- Suministrar soportes nutricionales

EVIDENCIAS DE LOS SERVICIOS FARMACÉUTICOS





1.20 ALOJAMIENTO

Infraestructura Física

Hogar san pedro Claver cuenta con habitaciones colectivas con capacidad para 10 personas con un área total de 71 m^2 distribuidas en 12 m de largo por 5.9 m de ancho, con ventanas amplias traslucidas y de apertura las cuales permiten una ventilación óptima para la comodidad de los residentes, dotadas de closets para el alojamiento de sus pertenencias de manera segura, cuenta con intercomunicador capaz de comunicar con todas las áreas de la institución. Camas individuales dotadas de colchones anti-fluidos anti-escaras con dimensiones de 1.90 m x 0.9 m para dar espacios entre camas de 1.25 m, también se cuenta para pacientes en condición de discapacidad, con camas hospitalarias.

Las habitaciones cuentan con un baño compartido en un área de 40 m^2 dotado de 4 retretes, 4 duchas y 4 lavamanos dotados de los accesorios necesarios para el uso del adulto mayor como soporte pasamanos y sillón de ruedas para retrete. El espacio del baño cuenta con ventanas de fácil apertura para una buena iluminación y ventilación.

Contamos con habitaciones individuales para la atención de casos específicos como aislamientos preventivos por control de enfermedades infectocontagiosas, las cuales disponen de un espacio de 20m^2 la cual cuenta con baño interno con el espacio suficiente para el movimiento del adulto mayor y un asistente en caso de requerirlo. La habitación igualmente cuenta con ventanas de fácil apertura para una correcta ventilación e iluminación, e igualmente cuenta con intercomunicador.

Contamos también con un consultorio médico dotado con camilla, sillas, escritorio, linterna de mano, martillo de reflejos, equipo para oxigenoterapia, bascula, tensiómetro, fonendoscopio, termómetro, Pulsioxímetro y equipo de signos vitales.

Contamos con un área de cuidados paliativos donde se prestan los servicios de enfermería y cuidados más personalizados para los adultos mayores que más lo

requieran, también tenemos un salón de Fisioterapia en el cual tenemos equipos como, camillas, equipo de ultrasonido, caminadores, calentador de toallas, bandas, ligas, pesas, balones terapéuticos sillas para masajes entre otros, que en conjunto con el salón Social son utilizados para fortalecer las capacidades psicomotrices del adulto mayor.

Las instalaciones de Hogar San Pedro Claver cuentan con un amplio comedor en una extensión de 324 m2 que cuenta con 20 mesas redondas de 1.5 m de diámetro con capacidad para 5 personas. Espacio abierto de gran ventilación e iluminación. Cuenta con televisores y ventiladores.

Cercano al comedor se encuentra nuestras cocina industrial que cuenta con una estufa de 6 fogones y 2 estufas de un fogón, mesones, repisas y pesetas en acero inoxidable para fácil saneamiento, áreas de lavado de platos, zona de procesamiento de verduras, procesamiento de frutas y procesamiento de carnes. Una bodega de hortalizas y tubérculos, una bodega de congelados y refrigerados que cuenta con 1 refrigerador para verduras y 3 congeladores para carnes, 1 despensa de alimentos no perecederos dotada de repisas y estibas plásticas para el almacenamiento de los alimentos. En todos los anteriores se aplican procesos de saneamiento básico y las BPM para la correcta manipulación de alimentos.

Contamos con lavandería la cual cuenta con equipos industriales de lavandería como son 2 lavadoras y una secadora, lo que garantiza el continuo funcionamiento del área aun en días lluviosos. Dispone de un espacio con estantería habilitado para el almacenamiento de la ropa de los adultos mayores debidamente rotulado.

En todo el espacio útil del centro se cuenta con puntos ecológicos para la recolección de residuos y canecas de residuos peligrosos en las áreas que así lo requieran como cuartos, baños, enfermería y consultorio médico.

Hogar San Pedro Claver cuenta con un espacio de oficinas donde se llevan a cabo todas las labores administrativas y de operación de la institución, capilla para celebraciones católicas y parqueadero para el acceso de visitantes.

Contamos con abastecimiento de agua potable y además con tanques de almacenamiento y bombas de agua que garantizan el suministro constante para el funcionamiento a los cuales se les realiza limpieza y mantenimientos periódicos.

EVIDENCIA DE ALOJAMIENTO





1.21 ENTREGA DE ÚTILES DE ASEO

OBJETIVO:

Mantener hábitos de higiene regulares en los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver en especial para la prevención de infecciones y ciertas enfermedades de la piel, además de favorecer un estilo de vida saludable.

METODOLOGÍA:

Las entregas de útiles de aseo personal se realizan mensualmente, donde se distribuyen los kit a los adultos mayores autovalentes de manera directa y a los beneficiarios no autovalentes le reciben las auxiliares de enfermería, quienes asisten a estas personas que presentan alguna limitación física y/o cognitiva.

Dentro de los elementos de aseo que se entregan en el kit son: jabón de baño, papel higiénico, pasta dental, desodorante, presto barba, toallas de baño, enjuague bucal, pañitos húmedos, cepillos de diente (trimestral), pañales desechables (adultos mayores no autovalentes).

IMPORTANCIA:

- Auto cuidado
- Mejor calidad de vida
- Buena higiene bucal
- Prevención de enfermedades de la piel
- Favorece la socialización
- Mejora la autoestima

EVIDENCIA DE LA ENTREGA





1.22SUMINISTRO DE VESTUARIO

OBJETIVO:

Proteger y mantener la dignidad de los Adultos Mayores del Hogar San Pedro Claver, a través de los buenos hábitos de vestir y calzar, aumentando el nivel de autoestima con la mejora de su aspecto físico.

METODOLOGÍA:

Para hacer la entrega de vestuario y calzado se evalúan las necesidades de los beneficiarios, una vez se recopila la información, se procede hacer la compra de los mismos para su posterior distribución.

Para la entrega de estos insumos se coloca la ropa y el calzado exhibidos en una mesa. Los adultos mayores van pasando por género y seleccionando las prendas según sus gustos y preferencias, luego la persona encargada anota en un formato el nombre del beneficiario y las prendas entregadas.

Otra forma de suministrar vestuario, es a través del personal de ropería, quien debe garantizar que los adultos mayores estén limpios día a día.

Elementos que se entregan:

- Pijamas de hombres y mujeres
- Vestidos
- Pantalonetas
- Suéteres
- Camisas

IMPORTANCIA:

- Motivación por mantener su aspecto físico
- Mejora la autoestima
- Favorece las relaciones sociales

EVIDENCIAS DE LA ENTREGA DE VESTUARIO





ANEXOS

SAN PEDRO CLAVER

Hogar Geriatrico

SEMANA No. 1

LUNES 04 DE SEPTIEMBRE	MARTES 05 DE SEPTIEMBRE	MIERCOLES 06 DE SEPTIEMBRE	JUEVES 07 DE SEPTIEMBRE	VIERNES 08 DE SEPTIEMBRE	SABADO 09 DE SEPTIEMBRE	DOMINGO 10 SEPTIEMBRE
DESAYUNO						
MAZAMORRA DE MAIZ	AVENA EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	AVENA EN LECHE	COLADA DE MAICENA	CHOCOLATE EN LECHE
QUESO CAMPESINO	HUEVO REVUELTO	QUESO COSTEÑO EN PORCION	HUEVO REVUELTO	SANDWINS DE QUESO CON MANTEQUILLA		QUESO EN CUAJADA
PAN BLANCO	BOLLO LIMPIO	AREPA DULCE	PLATANO VERDE O PAPA COCIDO		EMPANADAS	PAN CROISSANT
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
JUGO DE MANGO	COLADA DE AVENA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	GELATINA	CHICHA DE ARROZ	JUGO DE MORA	JUGO DE COROZO
GALLETA DE SODA	PAN BLANCO	GALLETAS DUCALES		GALLETAS DUCALES	TOSTADAS	GALLETAS WAFER
ALMUERZO						
SOPA DE VERDURAS	MOTE DE QUESO	PALOMITOS GUISADOS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PESCADO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS
PECHUGA DE POLLO APANADA	ARROZ BLANCO	PECHUGA ASADA	ESPAGUETTI-ATUN	FILETE DE PESCADO FRITO	FRIJOLES GUISADOS	CARNE EN CUADRITOS
ARROZ ZANAHORIA	PORCION DE AGUACATE	ARROZ DE PIMENTON		ARROZ DE COCO	HUEVO FRITO	ARROZ CON AJO
PAPA CRIOYA AL VAPOR	AGUA DE PANELA CON LIMON	TAJADAS AMARILLAS O BANANO	ARROZ DE AJO	YUCA COCIDA	ARROZ CON FIDEOS	LENTEJAS
ENSALADA DE: ZANAHORIA Y REMOLACHA		ENSALADA DE PEPINO,TOMATE,CEBOLLA	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE AGUCATE,TOMATE	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA Y BANANO EN PORCION	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIFLOR,PEPINO
JUGO DE MARACUYA		JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO MANGO	AGUA DE PANELA CON LIMON	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL
REFRIGERIO DE LA TARDE						
PAPAYA EN TROZOS	JUGO DE MANGO	GELATINA EN CUADRITOS	GELATINA	JUGO DE MANGO	JUGO DE COROZO	BEBIDA CON LECHE
	GALLETA WAFER			GALLETAS DUCALES	PAN DE QUESO	TORTA
COMIDA / CENA						
HIGADO DE RES EN BISTEK	PECHUGA DE POLLO GUISADA	CERDO EN CUADRITOS	CARNE DESMECHADA CON VERDURAS	POLLO APANADO	CERDO GUISADO	BOFE EN BISTECK
ARROZ DE FIDEOS	ARROZ DE ESPINACA			ARROZ DE ZANAHORIA		
TAJADA AMARILLA	PAPA CRIOYA AL VAPOR	YUCA COCIDA	ARROZ DE AJI	PAPA COCIDA	ARROZ DE ESPINACA	ARROZ DE PIMENTON
TOMATE EN CUADRO	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	ARROZ BLANCO	BANANO EN PORCION		YUCA COCIDA	TAJADA AMARILLA
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	ENSALADA DE REMOLACHA	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA	ENSALADA DE PEPINO,ÑECHUGA,TOMATE	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIF	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA
		JUEGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA

KEYLA VERBEL MARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683

SAN PEDRO CLAVER

Hogar Geriatrico

SEMANA No. 2

LUNES 11 DE SEPTIEMBRE	MARTES 12 DE SEPTIEMBRE	MIERCOLES 13 DE SEPTIEMBRE	JUEVES 14 DE SEPTIEMBRE	VIERNES 15 DE SEPTIEMBRE	SABADO 16 DE SEPTIEMBRE	DOMINGO 17 DE SEPTIEMBRE
DESAYUNO						
CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	CREMA DE ARROZ CON LECHE	COLADA DE MAICENA	COLADA DE AVENA CON LECHE
AREPA ASADA	ÑAME COCIDO	BOLLO LIMPIO	PAN BLANCO,HUEVO REVUELTOS	YUCA O PAPA COCIDA	EMPANADAS	SADWINS CON QUESO
QUESO EN PORCION	HUEVOS PERICOS	QUESO EN PORCION		QUESO EN PORCION		
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
ARROZ CON LECHE	JUGO DE MANGO	PETO	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO DE COROZO
GALLETA DE SODA	PAN CROISSANT	GALLETA DE SODA	PONQUE	GALLETA DULCE		PAN DE QUESO
ALMUERZO						
SOPA DE VERDURAS CON ARVERJAS	SOPA DE VERDURAS CON AHUYAMA	SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS	SOPA DE FRIJOL	ARROZ CON COCO	SOPAS CAMPESINAS	MOTE DE QUESO
ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ DE FIDEO	ARROZ DE PIMENTON	ARROZ BLANCO	POSTA DE PESCADO EN ZUMO DE COCO	ARROZ DE PIMENTON	ARROZ BLANCO
CARNE GOULASH	CERDO ASADO		HUEVO COCIDO		ATUN	PORCION DE AGUACATE
ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA LECHUGA	PAPA COCIDA	CARNE EN BISTEC	PURE DE AHUYAMA	PALITOS DE YUCA	ENSALADA HABICHUELA ZANAHORIA Y CEBOLLA	
BANANO EN PORCION	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA Y PEPINO	ENSALADA CAMPESINA, PLATANO EN TENTACION	TAJADA AMARILLAS	ENSALADA DE AGUACATE,LECHUGA,TOMATE	TAJADAS AMARILLAS	AGUA DE PANELA CON LIMON
JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO MANGO	AGUA DE PANELA	JUGO DE GUAYABA	
REFRIGERIO DE LA TARDE						
MANGO EN PORCION	GELATINA	CHICHA DE PATILLA	ENSALADA DE FRUTAS (BANANO,PIÑA,PAPAYA MELON,PATILLA)	GELATINA	YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS (BANANO,PIÑA,PAPAYA MELON,PATILLA)
					PAN BLANCO	
COMIDA / CENA						
ARROZ CON MAIZ TIERNO	PASTAS GUISADAS CON VERDURAS/ARROZ AJI	ARROZ ENCEBOLLADO	ARROZ DE ZANAHORIA	ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ DE AJI	ARROZ DE PIMENTON
			CERDO A LA PLANCHA			
ATUN	CARNE MOLIDA GUISADA	POLLO EN SALSA CRIOLLA		HUEVO FRITO	PECHUGA ASADA	CARNE EN SALSA
ENSALADA COCIDA DE ZANAHORIA,HABICHUELA (OPCIONAL)		LENTEJAS		FRIJOLES GUISADOS	LENTEJAS	PAPA CHORREADA
PAPA AL VAPOR	ENSALADA VERDE	ENSALADA COCIDA,ZANAHORIA,REMOLACHA	ENSALADA DE BROCOLI,ZANAHORIA,PIMENTON	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA Y PEPINO	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA LECHUGA	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA LECHUGA
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA

KEYLA VERBEL MARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683

SAN PEDRO CLAVER

Hogar Geriatrico

SEMANA No. 3

LUNES 18 DE SEPTIEMBRE	MARTES 19 DE SEPTIEMBRE	MIERCOLES 20 DE SEPTIEMBRE	JUEVES 21 DE SEPTIEMBRE	VIERNES 22 DE SEPTIEMBRE	SABADO 23 DE SEPTIEMBRE	DOMINGO 24 DE SEPTIEMBRE
DESAYUNO						
CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	MAZAMORRA DE MAIZ	CHOCOLATE EN LECHE	AVENA EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE MAICEENA
HUEVO FRITO	QUESO EN PORCION, PLATANO MADURO O PAPA COCIDO	QUESO RALLADO		HUEVO PERICO		HUEVO FRITO
PAN MOGOLLA		AREPA	SANDWINS CON QUESO EN LONJA Y MANTEQUILLA	BOLLO LIMPIO	EMPANADAS	PAN TAJADO
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
JUGO DE MANGO	COLADA DE AVENA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	COLADA DE ARROZ	LECHE CON CEREAL	JUGO DE MORA	JUGO DE COROZO
PAN MOGOLLA	GALLETA DUCALES	TORTA	GALLETA DE SODA		GALLETA DU CALES	PAN TAJADO
ALMUERZO						
AJIACO	SOPA DE FRIJOLES	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE LENTEJAS	CONSOME DE POLLO	SOPA DE VERDURAS	SANCOCHO DE CARNE
	HUEVO REVUELTO	CERDO GUISADO	CARNE GOULASH	PECHUGA APANADA	ARROZ CON CERDO EN CUADRITOS Y VERDURAS	ESPAGUETTI CON CARNE MOLIDA
ARROZ BLANCO	ARROZ DE ESPINACA	ARROZ CON FIDEOOS	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ DE ESPINACAS		
MONEDITAS DE PLATANO	YUCA COCIDA	PAPA CHORREADA	TAJADA DE PLATANO VERDE	PAPA AL CILANTRO	PAPA CRIOLLA	GALLETAS SALTIN
AGUACATE	ENSALADA DE: ZANAHORIA Y REMOLACHA	ENSALADA DE PEPINO,TOMATE,CEBOLLA	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIF	
AGUA DE PANELA	JUGO DEGUAYABA	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO MANGO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL
REFRIGERIO DE LA TARDE						
JUGO DE MORA	COLADA DE MAICENA	GELATINA	ENSALADA DE FRUTAS, PAPAYA,MELON,PIÑA,PATILLA	JUGO DE MANGO	JUGO DE COROZO	JUGO DE MANGO
TORTA	PAN DE QUESO	GALLETA WAFER		PAN BLANCO	GALLETAS DUCAES	PAN CROISANT
COMIDA / CENA						
CARNE MOLIDA CON VERDURAS	POLLO DESMECHADO	HUEVO REVUELTO CON ESPINACA	BOFE	ATUN	ENSALADA DE ATUN CON PAPA	CARNE ASADA
PASTAS EN SALSA CRIOLLA	ARROZ CON MAIZ TIERNO	ARROZ DE PIMENTON	ARROZ DE FIDEOS	ARROZ DE MAIZ TIERNO	ARROZ CON MAIZ	ARROZ DE ZANAHORIA
	PAPA CRIOLLA	PLATANO MADURO COCIDO	PURE DE PAPA	PALITOS DE YUCA		PAPA AL PEREJIL
TOMATE EN CUADRO	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA	ENSALADA DE PEPINO,ÑECHUGA,TOMATE	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIFLOR.PIMENTON	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA		ENSALADA FRESCA OPCIONAL
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUEGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA

KEYLA VERBEL MARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683

SAN PEDRO CLAVER

Hogar Geriatrico

SEMANA No. 4						
LUNES 25 DE SEPTIEMBRE	MARTES 26 DE SEPTIEMBRE	MIERCOLES 27 DE SEPTIEMBRE	JUEVES 28 DE SEPTIEMBRE	VIERNES 29 DE SEPTIEMBRE	SABADO 30 DE SEPTIEMBRE	DOMINGO 01 DE OCTUBRE
DESAYUNO						
COLADA DE MAICENA	COLADA DE CEBADA	COLADA DE AVENA	COLADA DE BANANO	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA
QUESO CAMPESINO	HUEVO COCIDO	QUESO CAMPESINO	HUEVO REVUELTO	QUESO CAMPESINO		HUEVO FRITO
PURE DE YUCA COCIDA	PLATANO MADURO O PAPA COCIDO	PAPA COCIDA	PAN MOGOYA	PURE DE PAPA COCIDA	EMPANADAS	PAN BLANCO
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MANGO	COLADA DE AVENA	GELATINA	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO DE COROZO
PAN CROISSANT	TORTA	GALLETA DE SODA		GALLETAS DUCALES		PAN DE QUESO
ALMUERZO						
SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PASTA	HUEVO FRITO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	CARNE DE RES MAGRA GUISADA	MOTE DE QUESO
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	CERDO GUISADO	ARROZ ZANAHORIA	FILETE DE PESCADO O ATUN	PECHUGA DE POLLO GUISADA	ARROZ DE VERDURAS	ARROZ BLANCO
ARROZ CON MAIZ TIERNO	ARROZ ESPENACA	LENTEJAS GUISADAS	ARROZ DE COCO	ARROZ DE PIMENTON	FRIJOL ROJO GUISADO	PORCION DE AGUACATE
PAPA COMUN GUISADA	PLATANO MADURO COCIDO	PLATANO MADURO COCIDO	PALITOS DE YUCA FRITOS	PAPA CRIOYA AL VAPOR	PAPA COMUN COCIDA	AGUA DE PANELA
TOMATE EN CUADRO	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	ENSALADA DE REMOLACHA	ENSALADA DE AGUACATE	ENSALADA DE: ZANAHORIA Y REMOLACHA	ENSALADA DE AHUYAMA	
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE MORA	
CENA						
COLADA DE MAICENA	ENSALADA DE FRUTAS PAPAYA,PATILLA,PIÑA,MELON	GELATINA	TORTA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	ENSALADA DE FRUTAS PAPAYA,PATILLA,PIÑA,MELON	GALLETAS WAFER
GALLETAS DUCALES			JUGO DE MORA	PAN DE QUESO		JUGO DE MANGO
COMIDA / CENA						
CARNE DE RES MAGRA A LA PLANCHA	CARNE MOLIDA	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	CERDO GUISADO	ATUN	PECHUGA DE POLLO	CARNE DE RES MAGRA GUISADA
ARROZ BLANCO	PASTA TIPO ESPAGUETIS	ARROZ CON MAIZ TIERNO	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ DE FIDEOS	PASTAS TIPO SPAGUETES	ARROZ DE ZANAHORIA
LENTEJAS GUISADAS	PALITOS DE YUCA FRITOS	PAPA COMUN GUISADA	PLATANO MADURO COCIDO	YUCA COCIDA		
PLATANO MADURO COCIDO (OPCIONAL)	ENSALADA DE AGUACATE	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIFLOR,PEPINO	ENSALADA DE PEPINO,TOMATE,LECHUGA	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	PAPA COMUN COCIDA
ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE MORA	JUGO DE COROZO	JUGO DE GUAYABA	TOMATE EN CUADROS
JUGO DE MORA						JUGO DE TOMATE DE ARBOL

KEYLA VERBEL MARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683

Responsable del Proyecto

RUTH PIEDAD VIVANCO GOMEZ

DEPARTAMENTO DE BOLIVAR: HOGAR SAN PEDRO CLAVER

NOMBRES Y APEELIDOS	TIPO DE IDENTIFICACION	NUMERO DE IDENTIFICACION	GRUPO DE SISBEN	FECHA DE NACIMIENTO	EDAD	PROCEDENCIA	REGIMEN DE AFILIACION	GENERO	ETNIA	ENFOQUE DIFERENCIAL	CATEGORIA DE DISCAPACIDAD
AGUSTINA CADIS AHUMEDO	CC	1.047.518.691		27/03/1925	97	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	
ARCENIO ANGEL OSPITIA	CC	2.914.767		17/09/1937	85	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	
ARMANDO MENA MARRUGO	CC	9.081.538		15/02/1951	72	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	05
ARCELIA OVIEDO OLMOS	CC	41.725.020		18/09/1950	70	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	
ARMANDO BRID GONZALEZ	CC	3.709.141		03/06/1936	85	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	07
AURA MUÑOZ OSPINA	CC	22.974.497		14/09/1923	97	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	01
BLAS JOSE ROMERIN FLOREZ	CC	9.075.459		03/02/1951	71	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	01
CARMEN ISABEL DIAZ BERMUDEZ	CC	25.950.202		16/07/1936	86	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	05
CARMEN VIDEZ CAÑA	CODIGO CENSAL	13001S0192		01/01/1939	83	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	07
CONCEPCION DAVID HURTADO	CC	39.297.965		08/12/1940	82	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	03
DANIEL CARMONA CUETO	CODIGO CENSAL	13001S8132		13/01/1925	97	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	07
FELIX ANTONIO RIOLA MUÑOZ	CC	3.812.741		18/11/1939	83	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	03
FLOR MARIA CAMARGO VALDELAMAR	CC	33.122.941		25/07/1943	78	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	05
GLADYS FAVIOLA HERNANDEZ HERRERA	CC	26.228.412		03/11/1946	76	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	07
GUSTAVO CORTES OCAMPO	CC	561.313		13/12/1936	86	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	05
HUMBERTO HERRERA MARTINEZ	CC	3.786.283		03/08/1937	83	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	07
ISABEL CHAVEZ	CC	1.047.373.030		18/04/1942	80	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	02
JORGE TERCERO JIMENEZ	CC	9.067.492		16/09/1947	74	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	05
JOSE CABALLERO VALDELAMAR	CC	9.078.745		21/12/1950	71	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	07
JOSE RAFAEL VERGARA	CC	9.090.406		24/12/1946	74	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	07
LUIS ENRIQUE MARTINEZ HERNANDEZ	CC	2.800.884		16/12/1941	81	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	07
LUIS GARRIDO JULIO	CC	9.079.372		22/01/1952	70	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	
MARIA BALLESTERO GARCIA	CC	25.758.180		14/04/1939	83	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	
MATILDE MUÑOZ CARABALLO	CC	22.704.331		11/11/1934	85	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	
VERDIT JUANA FORBES DE PORTO	CC	22.752.176		25/01/1936	87	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	07
NESTOR MANUEL GONZALEZ MADRID	CC	9.106.596		21/12/1945	75	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	07
NIVE MERCADO OROZCO	CC	33.124.935		07/04/1947	75	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	
NURIS QUINTERO MORENO	CC	1.043.991.259		23/03/1957	65	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	05
ORLANDO ENRIQUE VILLA PEREZ	CC	9.061.398		17/05/1944	78	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	
PETRONA RAMOS MELENDEZ	CC	22.852.134		03/02/1931	91	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	07
RAFAELA BATISTA	CC	33.122.379		24/10/1946	74	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	
ROBINSON JOSE MOLINA HERNANDEZ	CC	10.538.880		25/11/1960	61	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	
URBANO ALVAREZ CAMAÑO	CC	891.938		02/03/1937	85	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	
WILLIAM LUNA TORRES	CC	1.238.340.505		21/03/1951	71	CARTAGENA	SUBSIDIADO	MASCULINO	08	06	
YACQUELINE RIBERO	CC	37.893.717		01/02/1965	57	CARTAGENA	SUBSIDIADO	FEMENINO	08	06	05

Etnia	01: Afrodescendiente	02: Negro	03: Blanco	04: Mestizo	05. Indígena	06: Palenquero	07: Otra	08: Ninguna:
Enfoque Diferencial	01: Víctimas	02: Persona con Discapacidad (PCD)	03: LGTBI	04: Desplazado	05: Población Migrante	06: Ninguno		
Categoría de Discapacidad	01: Fisica	02: Auditiva	03: Visual	04: sordoceguera	05: Discapacidad intelectual	06: Psicosocial (Mental)	07:Multiple	08.

Responsable del Proyecto:



RUTH PIEDAD VIVANCO GOMEZ