# PROGRAMA CENTRO VIDA ORIENTE

# SARA SOFÍA LLANOS GÓMEZ

# PROFESIONAL EN FISIOTERAPIA

**PERIODO:**
**14 DE MAYO AL 13 DE JUNIO DE 2024**

## 1. INFORMACIÓN GENERAL DEL CONTRATO

| | |
|---|---|
| Contratista | SARA SOFÍA LLANOS GÓMEZ |
| Número del Contrato | 1.112.794.452 |
| Cargo: | FISIOTERAPEUTA ESPECIALISTA EN ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGÍA. |
| Proyecto | PROGRAMA CENTRO VIDA ORIENTE |

## 2. DESARROLLO DEL CONTRATO

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*) | ACTIVIDADES EJECUTADAS (**) | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***) | LOGROS |
|---|---|---|---|
| 1. Cumplir con los estándares de proceso, estándares de resultados, valoración inicial, diagnostico y patologías, procesos de intervención y seguimiento. | Se plantea lo siguiente:<br><br>Los estándares de procesos, de acuerdo con el proceso de Apoyo del MIPG y la resolución 0000055 del 2018, se pretende contar con el cumplimiento de:<br>● Valoración integral de la capacidad funcional del adulto en sus múltiples esferas física, cognitiva, social, entre otras.<br>● Plan de atención integral basado en observaciones y evaluaciones.<br>● Evaluaciones periódicas de seguimiento y evolución para determinar avances o emitir remisiones interdisciplinares.<br>● Realización de bitácoras y diarios de campo para registrar, seguir y evaluar el plan integral de cada adulto. | Se propone implementar los estándares de Procesos y Resultados con base al Modelo Integrado de Planeación y Gestión (MIPG) como marco de referencia en la función pública de Colombia y a la resolución 0000055 del 2018 del Ministerio de salud y protección social de Colombia.<br><br>Modelo Integrado de Planeación y Gestión (MIPG): https://www1.funcionpublica.gov.co/documents/28587410/34112007/2022-07-26_Presentaci%C3%B3n_general_MIPG+%281%29.pdf/cf5452e4-5608-460d-6262- | Se espera alcanzar progresiva y organizadamente un diseño, planificación y control en el desarrollo de las actividades planificadas en la estancia del proyecto.<br><br>Se inicia con algunos usuarios que, por observación y solicitud, han recibido el servicio; se proyecta evaluar y asistir a todos los que han referido tener consulta con Ortopedia y posteriormente, avanzar a los siguientes. |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*) | ACTIVIDADES EJECUTADAS (**) | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***) | LOGROS |
|---|---|---|---|
| | La dimensión 4 de Evaluación de resultados del MIPG (Modelo Integrado de Planeación y Gestión) sustenta los estándares de resultados que podrían basarse en indicadores de calidad relacionados con la Oportunidad, que abarca la cantidad de usuarios beneficiarios a la intervención fisioterapéutica; Percepción del usuario explicado como el porcentaje y escalas de aprobación al servicio de salud puesto en marcha; y Precisión entendida como la presencia de oportunidades de mejora una vez ejecutada la planeación.<br><br>Acogiendo los formatos de evaluación recibidos y creados se realiza el acercamiento a los usuarios de forma individual sea el caso, donde se pregunta por:<br><br>● Antecedentes médicos.<br>● Historia del evento/condición.<br>● Evaluación del dolor.<br>● Evaluación del sistema cardiovascular/ pulmonar.<br>● Evaluación del sistema musculoesquelético.<br>● Evaluación del sistema neuromuscular.<br>● Percepción y modificación de las actividades de la vida diaria (AVD) básicas e instrumentales. | 3ecb2e646ab8?t=1660251234878<br><br>Resolución 055 del 2018: https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/Resolucion-055-de-2018.pdf<br><br>Las valoraciones iniciales, diagnóstico, patologías y seguimiento se completaron con formato de elaboración propia: ``Consultas evaluación por sistemas - diagnóstico - plan de tratamiento y seguimiento 1 mes may-jun``(Word), ´´MiniBESTest y Escala MRC`` (Registro fotográfico y escaneado). | |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*) | ACTIVIDADES EJECUTADAS (**) | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***) | LOGROS |
|---|---|---|---|
| 2. Realizar valoraciones individuales y documentadas del proceso de los beneficiarios del centro vida. | Durante el desarrollo de las jornadas se han aplicado dos test que aportan sobre el Equilibrio funcional del adulto y la fuerza muscular global de estructuras del miembro superior e inferior.<br>● El día 5 de Junio se evalúan 3 usuarios de la jornada PM.<br>● El día 6 de Junio se evalúa 1 usuario de la jornada AM. | Registro fotográfico, formatos recibidos reposados en el archivo del Centro Vida. | Se inicia con algunos usuarios de la jornada AM y PM, esperando que durante el proceso se obtenga la totalidad de caracterización fisioterapéutica de los asistentes al Centro Vida Oriente. |
| 3. Identificar e implementar atenciones individuales enfocadas en rehabilitación física y ejercicio terapéutico a los beneficiarios del programa según su pertinencia. | Una vez realizada la lectura de la Historia clínica, pronta anamnesis y valoración fisioterapéutica pertinente del usuario, se plantean objetivos base para rehabilitación física, ejercicio terapéutico y seguimiento a los usuarios, los cuales han sido hasta el momento de pertinencia Ortopédica, neurológica y cardiovascular.<br>Los seguimientos terapéuticos realizados y las remisiones interdisciplinares se ajustan de acuerdo a consultas en los que se realiza Examen físico, análisis clínico e Intervención terapéutica, las cuales se describen en:<br>● El día 21 de mayo con 2 usuarios de la jornada AM.<br>● El día 21 de mayo con 2 usuarios de la jornada PM.<br>● El día 22 de mayo con 1 usuario de la jornada AM.<br>● El día 24 de mayo con 2 usuarios de la jornada PM. | Registro fotográfico y evoluciones de Tratamiento terapéutico descritas en formato de elaboración propia ``Consultas evaluación por sistemas - diagnóstico - plan de tratamiento y seguimiento 1 mes may-jun``(Word) | Se ha logrado hacer un trabajo individual e interdisciplinar con el servicio de Deportes teniendo en cuenta los requerimientos de los usuarios haciendo avances en los diferentes escenarios (gimnasio y piscina). |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*) | ACTIVIDADES EJECUTADAS (**) | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***) | LOGROS |
|---|---|---|---|
| | • El día 25 de mayo con 1 usuario de la jornada PM.<br>• El día 31 de mayo con 1 usuario de la jornada AM.<br>• El día 5 de junio con 1 usuario de la jornada PM. | | |
| 4. Planear y ejecutar talleres en temas afines de suma importancia para el desarrollo del programa. | Identificando las necesidades y requerimientos del grupo poblacional presente del Centro vida Oriente, se han construido hasta el momento talleres teórico prácticos proyectados a:<br><br>• Riesgo de caídas realizado el 20 de mayo en jornadas AM y PM.<br>• Promoción de la salud cardiovascular realizado el 12 de junio en jornadas AM y PM.<br>• Superación de desafíos: Obstáculos y Taller de Glúteo medio / CORE / Coordinación oculomanual realizado el 24 de mayo en jornadas AM y PM.<br>• Patrones cruzados: Desempeño del equilibrio y coordinación motriz realizado el 27 de mayo en jornada AM y 28 de mayo en jornada PM.<br>• Funciones mentales superiores: Club de lectura y Atención y memoria realizado el 4 de junio en jornada PM; 6 de junio en jornadas AM y PM; 11 de junio en jornadas AM y PM. | Registro fotográfico y formato de elaboración propia documento de Word ´´ Plan de trabajo 1 mes - Fisioterapia – CVO``. | Se ha logrado educar a nivel teórico y práctico de las estructuras corporales, funciones y objetivos de la actividad recordándose en cada oportunidad de actividad física. En colaboración con el equipo de Deportes se recibe apoyo en relación con la ejecución y desarrollo del contenido planteado de forma práctica. |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*) | ACTIVIDADES EJECUTADAS (**) | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***) | LOGROS |
|---|---|---|---|
| 5. Planear y ejecutar junto a los profesionales de deporte, planes de intervención enfocados a mejorar aspectos relevantes de los beneficiarios. | Se ha revisado la historia clínica en conjunto con los profesionales en deporte y se han determinado puntos de proceso terapéutico.<br><br>El día 30 de mayo se realiza reunión y talleres en conjunto entre Deportes y Fisioterapia para dialogar sobre la condición, protocolos de prescripción y criterios de progresión de algunos usuarios. | Registro fotográfico. | Se logra unificar el trabajo disciplinar desde enfoques terapéuticos a recreacionales y deportivos con la finalidad del mejoramiento en la calidad de vida dentro y fuera del Centro Vida. |
| 6. Apoyar la planeación, organización y ejecución de encuentros intergeneracionales. | Se han identificado inicialmente una población juvenil correspondiente a la institución José Bayron,<br>llevado a cabo el 12 de junio en la jornada PM abordando lo siguiente:<br><br>En compañía de Trabajo social, profesionales del deporte y psicología, se señalaron temas convenientes a desarrollar, tales como:<br>● Bienvenida a jóvenes participantes al Centro vida Oriente – Tour informativo.<br>● Integración a través de la Recreación y Actividad física (Reconocimiento del otro).<br>● Representación del cuerpo humano con asociación de partes corporales y mensajes significativos (ejemplo, Cerebro-educación; Boca – consejos…)<br>● Reflexión caja del tiempo: expresión del niño interior frente al adulto mayor, realizado en conversación aleatoria. | Registro fotográfico y formato de elaboración propia documento de Word ´´ Plan de trabajo 1 mes - Fisioterapia – CVO``. | Se obtuvieron resultados positivos referidos en integración, participación y conocimiento interpersonal; las reflexiones logran ser de gran valor para los usuarios del Centro vida |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*) | ACTIVIDADES EJECUTADAS (**) | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***) | LOGROS |
|---|---|---|---|
| 7. Elaborar y entregar oportunamente diario de campo- plan clase y seguimientos. | En cuanto al diario de campo se espera crear u obtener un formato para el registro de novedades.<br><br>Para este primer mes de contrato se han planificado algunos de los estatutos para las intervenciones en desempeño muscular y función cardiovascular en los usuarios según la evidencia para la población.<br><br>En conjunto con el registro de seguimiento de las actividades se ha propuesto recordar la historia clínica de los usuarios por medio de una carpeta archivadora física personal para Fisioterapia. | Formato de elaboración propia documento de Word ´´ Plan de trabajo 1 mes - Fisioterapia – CVO" y registro fotográfico. | Se espera que para el mes siguiente de contrato se obtengan los formatos pertinentes para el diario de campo y continuar con planes clase y seguimientos según corresponda. |
| 8. Llevar los registros establecidos para el manejo de la información y el control de esta. | Se ha registrado diariamente la información y asistencia de los usuarios a las actividades de caracterización, protocolos y talleres desde el área de Fisioterapia y derivados. | Registro de asistencias a seguimiento de actividades de políticas públicas y plan de desarrollo reposado en el archivo del Centro Vida (SPP). | Se ha cumplido a cabalidad con el registro de la información pertinente hasta el momento. |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*) | ACTIVIDADES EJECUTADAS (**) | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***) | LOGROS |
|---|---|---|---|
| 9. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor. | En relación con cronogramas estipulados por coordinación, apoyo que requieran los compañeros profesionales y/o personal de manipulación de alimentos se acompaña en la distribución y recolecta de los alimentos de los usuarios. Para este primer mes en este caso fue el 21 de mayo en la jornada de la tarde. | Registro fotográfico. | Se acompaña en la entrega de la alimentación a los adultos mayores en la zona del comedor con todas las medidas de seguridad y sanidad incluyendo gorro, guantes, tapabocas; según se requiera el apoyo. |
| 10. Entregar oportunamente informe de actividades debidamente diligenciado y con sus respectivas evidencias (formatos, listados, registro fotográfico, entre otras). | Se entrega el presente informe impreso y digital junto a las evidencias fotográficas el día 16 de junio según el plazo estipulado por coordinación. | Presente informe y Documento con evidencias fotográficas. | Se entrega oportunamente el informe, formatos, listados y demás documentación dentro de los requerimientos y límite de tiempo solicitado. |
| 11. Asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten. | Desde el área de coordinación del Centro vida y la dirección de los Centros vida en Pereira se han convocado reuniones respecto a organización, socialización y orientación de cronogramas, formatos y demás requerimientos.<br>● El 8 de junio sábado jornada única se celebra el cumpleaños de los usuarios correspondientes de los meses entre Enero a Mayo.<br>● El día 17 de mayo jornada AM se realiza reunión con el operador Daniel Grisales | Registro fotográfico. | Se ha asistido a todas las reuniones citadas en los diferentes espacios y horas. |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*) | ACTIVIDADES EJECUTADAS (**) | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***) | LOGROS |
|---|---|---|---|
| | donde se abordaron temas de organización del Informe, fotografías y asistencias.<br>● El día 21 de mayo jornada AM se participa en la capacitación de Terapeuta respiratorio proveniente de la Alcaldía, en la que se socializa la condición clínica del EPOC, la participación y efecto del cigarrillo en el adulto mayor y las medidas de abordaje para su intervención.<br>● El 12 de junio jornada AM se lleva a cabo capacitación en Seguridad y salud en el trabajo sobre Emergencia, Humos y entrega de Silbato para cualquier evento.<br>● El día 23 de mayo jornada AM se asiste a reunión con profesionales de la Alcaldía Dora Llano y su equipo, en el que se comunican generalidades del programa Centro Vida Oriente respecto a asistencias, desarrollo de actividades, programación y orientación por parte del equipo Psicosocial invitado del Centro Vida El Oso. | | |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*) | ACTIVIDADES EJECUTADAS (**) | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***) | LOGROS |
|---|---|---|---|
| 12. Apoyar actividades de las demás áreas cuando sea requerido. | Durante este mes del contrato se ha estado apoyando en el área administrativa siguiendo solicitudes para el orden y manejo de los diferentes formatos, los cuales fueron desde el 27 al 31 de mayo distribuidos en ambas jornadas.<br><br>Asimismo, se han realizado acompañamientos a las áreas de enfermería y deportes en la atención y ejecución de test/recreación, respectivamente.<br><br>● Referente a las Caracterizaciones de los usuarios se realizan Jornada de la mañana 1 usuario el 27 de mayo; 3 usuarios el 28 de mayo; 3 usuarios el 29 mayo; 1 usuario 30 de mayo.<br>En la Jornada de la tarde 1 usuario 29 de mayo; 3 usuarios 30 de mayo; 2 usuarios 31 de mayo.<br><br>● El día 17 de mayo jornada AM se realiza apoyo a Deportes en actividad recreativa en cancha con rondas.<br>● El día 21 de mayo jornada PM se acompaña a Deportes en Gimnasio con la prescripción de ejercicio aeróbico en caminadoras.<br>● El día 22 de mayo jornada AM se realiza apoyo al área de Deportes para la organización e inventariado del cuarto de los implementos. Y en la jornada PM se apoya al área de Enfermería y APH | Registro fotográfico y asistencias escaneadas en SPP que reposan en el documento PDF. | Se ha apoyado en actividades de las diferentes áreas según las actividades planteadas. |

| OBLIGACIONES PACTADAS/ALCANCES DEL CONTRATO (*) | ACTIVIDADES EJECUTADAS (**) | EVIDENCIAS / SOPORTES DE LA EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES (***) | LOGROS |
|---|---|---|---|
| | acompañando traslado usuaria al centro asistencial.<br>● El día 23 de mayo se realiza apoyo al área de Deportes en activación física jornada PM.<br>● El día 30 de mayo se realiza apoyo en evaluación de Deportes y reunión sobre usuarios y abordaje interdisciplinar jornada AM.<br>● El 5 de junio jornada PM se realiza acompañamiento a Deportes siendo de apoyo en la valoración de usuario en condición de discapacidad múltiple.<br>● El día 6 de junio se realiza apoyo al área de Deportes con la Prescripción del ejercicio físico aeróbico y acompañamiento en Caminadora. | | |

_____

**Nombre:**
**CC.**

# ANEXOS

1. Cumplir con los estándares de proceso, estándares de resultados, valoración inicial, diagnóstico y patologías, procesos de intervención y seguimiento.

**FECHA: 21/05/2024 HORA 10:30AM**

**CONSULTA FISIOTERAPEUTICA MARÍA NOHEMY PÉREZ DE LOPEZ JORNADA AM.**

Usuaria femenina de 76 años de edad de nombre María Nohemy Pérez de López, integrante del programa Centro Vida Oriente sector Villavicencio jornada AM, consulta a fisioterapia por dolor en la rodilla izquierda y hombro derecho, con diagnóstico médico de HTA; Tumor benigno del tejido conjuntivo y de otros tejidos blandos del miembro inferior izquierdo incluido cadera; Quiste sinovial del hueco poplíteo; fumadora hace 70 años con índice tabáquico de 52,5 riesgo alto. Se inicia con la toma de signos vitales: PA 132/78 mmHg, SaO2 98%, FC 76ppm, FR 17 rpm Y Disnea Clase II según Escala Nyha. En cuanto a valoración con relación a Dolor, se presenta hace 12 meses, localizado en la cara posteromedial de rodilla izquierda, referido hacia el tercio medio de pierna en cabeza medial de Gastrocnemio izquierdo con aparente masa palpable de tejido blando y líquido con perímetro de 26cm, presentando dolor intenso sordo, constante y lancinante durante todo el tiempo del día indiferente de actividades físicas y rutinarias que se agrava con la flexo extensión de rodilla y cadera ipsilateral. Al examen físico se evidencia genu valgo bilateral; acortamiento del miembro inferior izquierdo en medida real y aparente, obteniendo resultado de 80cm comparado con el contralateral derecho 82cm; circunferencia de rodilla izquierda 33cm y derecha 32cm. En relación a la estabilidad articular pasiva y activa Coxofemoral, Patelofemoral y Femorotibial izquierda presenta alteraciones asociadas al control y ejecución de la flexión, sensación final de movimiento vacío en la misma y pobre coordinación intermuscular; fuerza muscular de grupos Flexores, rotadores internos de cadera y extensores de rodilla de 3/5 según Escala fuerza muscular MRC modificada; marcha antálgica sin fase de vuelo, desplazamiento por sus propios medios sin uso de ayudas externas.

**OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES DE VALORACIÓN NOHEMY PÉREZ.**

- Se sugiere la remisión a servicio de Ortopedia y Traumatología, por lo que se comunica con Trabajo social para llamada a servicio de salud y acudiente en el caso de la usuaria.
- Los objetivos terapéuticos están enfocados para el manejo de la sintomatología clínica, estabilidad articular y fuerza muscular, posteriormente reeducación de la marcha e inclusión a las actividades físicas.
- Se recomienda **trabajo interdisciplinar con Profesionales del deporte** en cuanto al **balance y estabilización lumbopélvico y fomento de actividad cardiovascular.**
- Pendiente a proceso de remisión médica.

**EVOLUCIÓN TRATAMIENTO.**

**FECHA 22/05/2024 HORA: 9:30AM – NOHEMY PÉREZ DE LOPEZ.**

Usuaria femenina de 76 años de edad de nombre María Nohemy Pérez de López, integrante del programa Centro Vida Oriente sector Villavicencio, asiste a fisioterapia por dolor en la rodilla izquierda y hombro derecho, con diagnóstico médico de HTA; Tumor benigno del tejido conjuntivo y de otros tejidos blandos del miembro inferior izquierdo incluido cadera; Quiste sinovial del hueco poplíteo; fumadora hace 70 años con índice tabáquico de 52,5 riesgo alto. Se inicia con la toma de signos vitales: TA 147/81 mmHg, SaO2 98%, FC 48ppm, FR 16 rpm. Usuaria entra por sus propios medios, se le indica el procedimiento a realizar y se ubica en decúbito supino en camilla; se realiza Masoterapia manual en cabezas medial y lateral del Gastrocnemio izquierdo 6 minutos; Rotación y abducción de cadera, flexo extensión de rodilla izquierdos todas de forma pasiva 2 series de 12 repeticiones; ejercicio activo asistido de Tibiales izquierdos en triple flexión de miembro inferior 2 series de 10 repeticiones; elongación muscular dinámica de cadena posterior izquierda 30 segundos. Usuaria tolera la sesión, se le acompaña a salir del consultorio y se lleva a zona del comedor.



2. Realizar valoraciones individuales y documentadas del proceso de los beneficiarios del centro vida.







Alcaldía de PEREIRA

C.T.A. MULTISER

**CENTRO VIDA ORIENTE**

**Mini-BESTest: Test de evaluación de los sistemas de equilibrio**

| Nombre / código del sujeto | Fecha | Evaluadora |
|---|---|---|
| Milagros de Jesus Bolaño H | 5 junio 2024 | Sara Llanos Fisioterapeuta |

**ANTICIPATORIO** **SUBPUNTUACIÓN: /6**

1. SENTADO A DE PIE

Instrucción: "Cruce los brazos sobre el tórax". Intente no usar las manos salvo que lo necesite. No deje que sus piernas se apoyen contra el borde de la silla cuando esté de pie. Por favor, ahora póngase de pie.

( ) (2) Normal: Se pone de pie sin usar las manos y se estabiliza independientemente.
(•) (1) Moderado: Se pone de pie USANDO sus manos en el primer intento.
( ) (0) Grave: Incapaz de ponerse de pie desde la silla sin ayuda de un asistente O precisa de varios intentos con la ayuda de sus manos.

2. PONERSE DE PUNTILLAS

Instrucción: "Coloque sus pies separados a la anchura de los hombros. Coloque sus manos en sus caderas. Intente ponerse tan alto como pueda de puntillas. Contaré en voz alta hasta 3. Intente mantenerse en esa posición al menos 3 segundos. Mire al frente. Levante ahora."

( ) (2) Normal: Estable durante 3 segundos con la altura máxima.
(•) (1) Moderado: Levanta los talones, pero no con el rango máximo (más pequeño que cuando se sujeta con las manos) O notable inestabilidad durante 3 s.
( ) (0) Grave: < 3 s.

3. APOYO MONOPODAL

Instrucción: "Mire al frente. Mantenga las manos en sus caderas. Póngase a la pata coja (levantando su pierna hacia atrás). No toque con su pierna elevada la pierna de apoyo. Permanezca sobre la pierna tanto como pueda. Mire al frente. Levante ahora."

| Izda: Tpo en s Prueba 1 | Prueba 2 | Dcha: Tpo en s Prueba 1 | Prueba 2 |
|---|---|---|---|
| ( ) (2) Normal: 20 s<br>( ) (1) Moderado: < 20 s<br>(•) (0) Grave: incapaz | 0 (2) M | (•) (2) Normal: 20 s<br>( ) (1) Moderado: < 20 s<br>( ) (0) Grave: incapaz | I • 0 |

**Para registrar cada lado por separado use la prueba de mayor duración. Para calcular la subpuntuación y la puntuación total use el lado [izdo o dcho] con la puntuación numérica más baja [el lado peor].**

**CONTROL POSTURAL REACTIVO** **SUBPUNTUACIÓN: /6**

4. CORRECCIÓN COMPENSATORIA CON UN PASO- HACIA DELANTE

Instrucción: "Coloque sus pies separados a la anchura de los hombros, brazos a los lados. Inclínese hacia delante apoyándose en mis manos más allá de sus límites anteriores. Cuando lo suelte haga lo que sea necesario, incluido dar un paso, para evitar una caída."

(•) (2) Normal: Recupera de forma independiente con un solo y gran paso (el segundo paso de realimentación es permitido).
( ) (1) Moderado: usa más de un paso para recuperar el equilibrio.
( ) (0) Grave: sin pasos O podría caer si no fuera cogido O cae de manera espontánea.

5. CORRECCIÓN COMPENSATORIA CON UN PASO- HACIA ATRÁS

Instrucción: "Coloque sus pies separados a la anchura de los hombros, brazos a los lados. Inclínese hacia detrás contra mis manos más allá de sus límites posteriores. Cuando lo suelte haga lo que sea necesario, incluido dar un paso, para evitar una caída."

(•) (2) Normal: Recupera de forma independiente con un solo y gran paso (el segundo paso de realimentación es permitido).
( ) (1) Moderado: usa más de un paso para recuperar el equilibrio.
( ) (0) Grave: sin paso O podría caer si no fuera cogido O cae de manera espontánea.

6. CORRECCIÓN COMPENSATORIA CON UN PASO- LATERAL

Instrucción: "De pie con los pies juntos, brazos a los lados. Inclínese hacia mi mano más allá de sus límites laterales. Cuando lo suelte, haga lo que sea necesario, incluido dar un paso, para evitar una caída."

| Izquierda | Derecha |
|---|---|
| (•) (2) Normal: recupera de forma independiente con un paso (cruzado o lateral es correcto).<br>( ) (1) Moderado: varios pasos para recuperar el equilibrio.<br>( ) (0) Grave: caída o no puede dar el paso. | (•) (2) Normal: recupera de forma independiente con un paso (cruzado o lateral es correcto).<br>( ) (1) Moderado: varios pasos para recuperar el equilibrio.<br>( ) (0) Grave: caída o no puede dar el paso. |

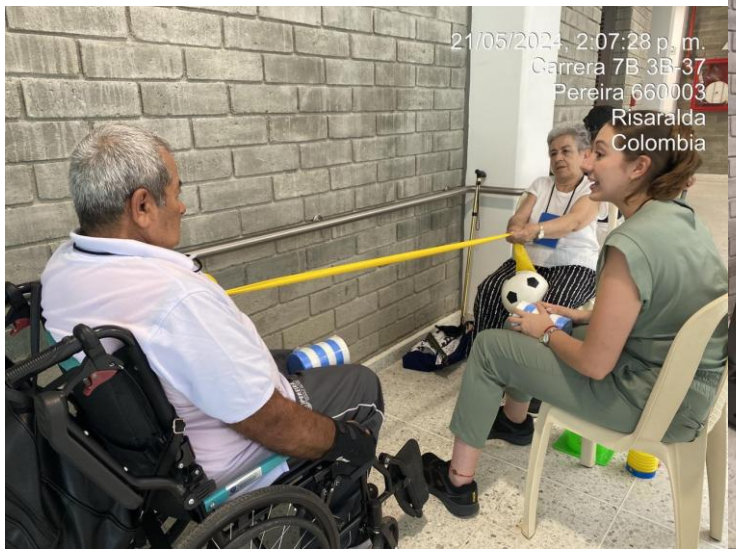
**Use el lado con la puntuación más baja para calcular la subpuntuación y la puntuación total.**

**ORIENTACIÓN SENSORIAL** **SUBPUNTUACIÓN: /6**

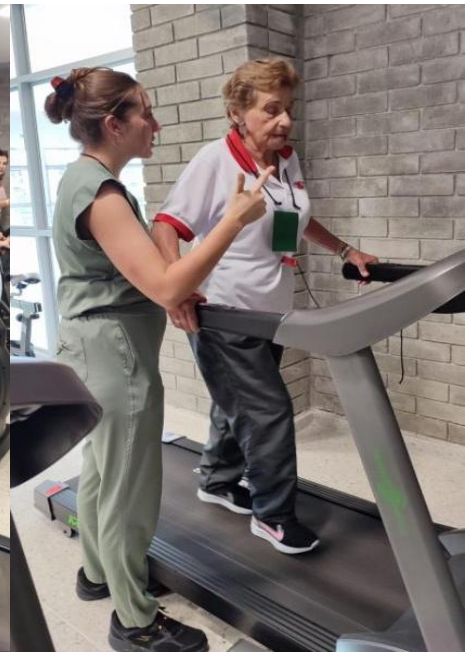
7. DE PIE (PIES JUNTOS); OJOS ABIERTOS, SUPERFICIE FIRME

- Formato Valoración sistemas de Equilibrio ´´MiniBESTest``

3. Identificar e implementar atenciones individuales enfocadas en rehabilitación física y ejercicio terapéutico a los beneficiarios del programa según su pertinencia.





4. Planear y ejecutar talleres en temas afines de suma importancia para el desarrollo del programa.





desempeño físico y cognitivo actual y potenciarlo para, especialmente, la participación, creación estratégica y resolutiva de problemas en cuestión.

**OBJETIVOS ESPECÍFICOS.**

- Fortalecer la integridad muscular, sensorial y funciones mentales superior de los usuarios del Centro vida.
- Mejorar la confianza y auto percepción mediante la superación de retos lúdicos.
- Afianzar el trabajo en equipo para el fomento de la sana competición.

**TEMA IV.**

**PATRONES CRUZADOS: DESEMPEÑO DEL EQUILIBRIO Y COORDINACIÓN MOTRIZ.**

**OBJETIVO GENERAL.**

Valorar la capacidad vital del equilibrio, agilidad y coordinación motriz de las estructuras axioapendiculares identificando la importancia de la zona central y su relación con la funcionalidad en cuanto a las actividades básicas diarias del adulto mayor de Centro vida.

**OBJETIVOS ESPECÍFICOS.**

- Identificar las capacidades de balance, coordinación y respuesta motora de los integrantes adultos mayores del Centro vida.
- Sugerir actividades individuales y en conjunto que favorezcan la sedestación, bipedestación, apoyos unipodales, inclinaciones y marcha.
- Practicar las diferentes posturas corporales para evitar caídas, fortalecer los desplazamientos y mejorar los traslados.

**TEMA V.**

**PATRONES CRUZADOS**

**OBJETIVO GENERAL.**

Contribuir al mejoramiento de las funciones mentales superiores a través de actividades lúdicas, recreativas y motrices, favoreciendo así el envejecimiento activo en los participantes del Centro vida.

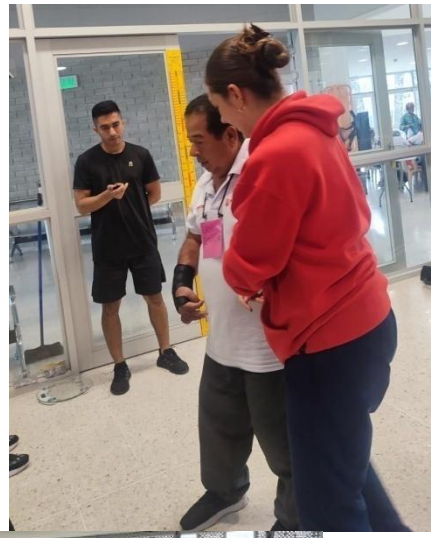
**OBJETIVOS ESPECÍFICOS.**

- Ejercitar la atención como facultad central para el mantenimiento sensorial y físico.
- Practicar la unidad visoespacial como referente conductor entre la función cognitiva central y la parte exteroceptiva con el espacio donde se desenvuelve el adulto.

- Apartado de documento de Word de elaboración propia ´´ Plan de trabajo 1 mes - Fisioterapia – CVO``

5. Planear y ejecutar junto a los profesionales de deporte, planes de intervención enfocados a mejorar aspectos relevantes de los beneficiarios.







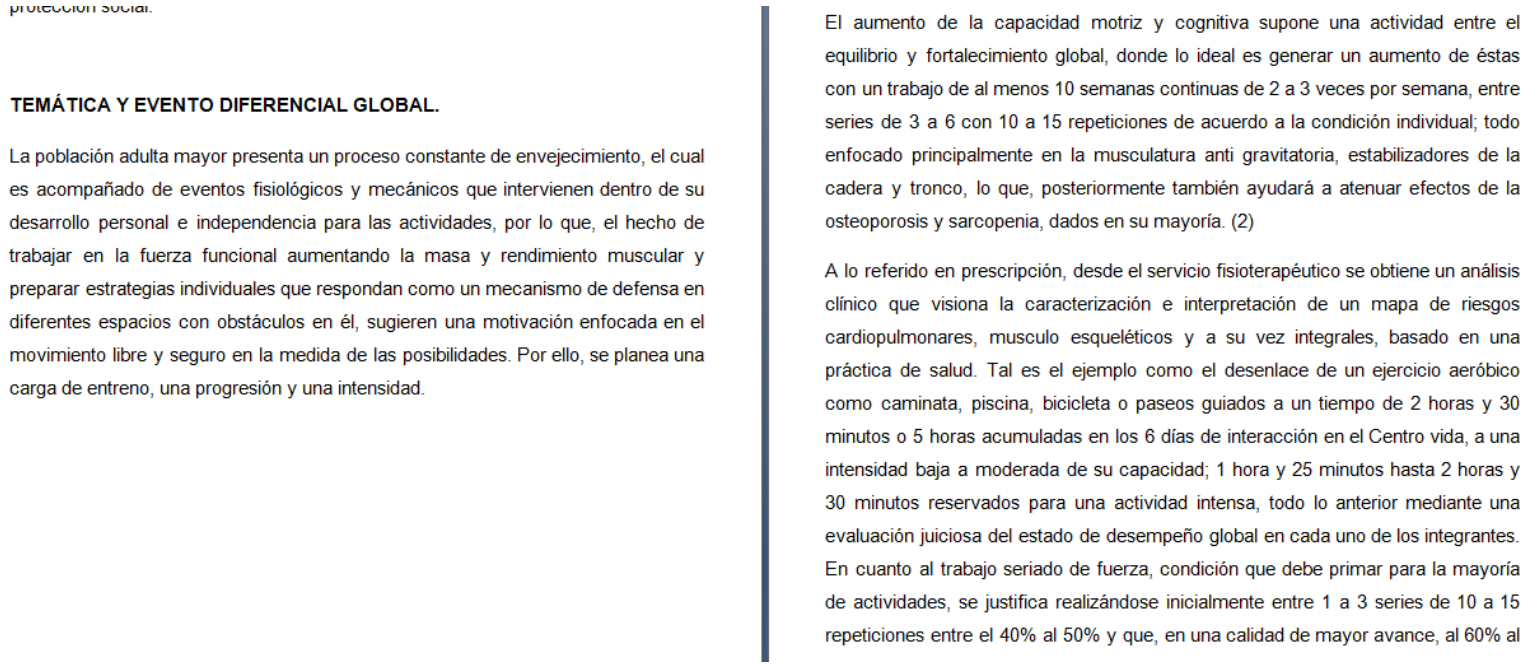
6. Apoyar la planeación, organización y ejecución de encuentros intergeneracionales.







7. Elaborar y entregar oportunamente diario de campo- plan clase y seguimientos.



protección social.

**TEMÁTICA Y EVENTO DIFERENCIAL GLOBAL.**

La población adulta mayor presenta un proceso constante de envejecimiento, el cual es acompañado de eventos fisiológicos y mecánicos que intervienen dentro de su desarrollo personal e independencia para las actividades, por lo que, el hecho de trabajar en la fuerza funcional aumentando la masa y rendimiento muscular y preparar estrategias individuales que respondan como un mecanismo de defensa en diferentes espacios con obstáculos en él, sugieren una motivación enfocada en el movimiento libre y seguro en la medida de las posibilidades. Por ello, se planea una carga de entreno, una progresión y una intensidad.

El aumento de la capacidad motriz y cognitiva supone una actividad entre el equilibrio y fortalecimiento global, donde lo ideal es generar un aumento de éstas con un trabajo de al menos 10 semanas continuas de 2 a 3 veces por semana, entre series de 3 a 6 con 10 a 15 repeticiones de acuerdo a la condición individual; todo enfocado principalmente en la musculatura anti gravitatoria, estabilizadores de la cadera y tronco, lo que, posteriormente también ayudará a atenuar efectos de la osteoporosis y sarcopenia, dados en su mayoría. (2)

A lo referido en prescripción, desde el servicio fisioterapéutico se obtiene un análisis clínico que visiona la caracterización e interpretación de un mapa de riesgos cardiopulmonares, musculo esqueléticos y a su vez integrales, basado en una práctica de salud. Tal es el ejemplo como el desenlace de un ejercicio aeróbico como caminata, piscina, bicicleta o paseos guiados a un tiempo de 2 horas y 30 minutos o 5 horas acumuladas en los 6 días de interacción en el Centro vida, a una intensidad baja a moderada de su capacidad; 1 hora y 25 minutos hasta 2 horas y 30 minutos reservados para una actividad intensa, todo lo anterior mediante una evaluación juiciosa del estado de desempeño global en cada uno de los integrantes. En cuanto al trabajo seriado de fuerza, condición que debe primar para la mayoría de actividades, se justifica realizándose inicialmente entre 1 a 3 series de 10 a 15 repeticiones entre el 40% al 50% y que, en una calidad de mayor avance, al 60% al

- Apartado de documento de Word de elaboración propia ´´ Plan de trabajo 1 mes - Fisioterapia – CVO`` donde se describe fundamento cardiovascular y componente de fuerza muscular en población objeto de estudio.
-

Alcaldía de PEREIRA

REGISTRO PARA EL SEGUIMIENTO A LAS ACTIVIDADES DE POLÍTICA PUBLICA Y PLAN DE DESARROLLO
SECRETARIA DE DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO

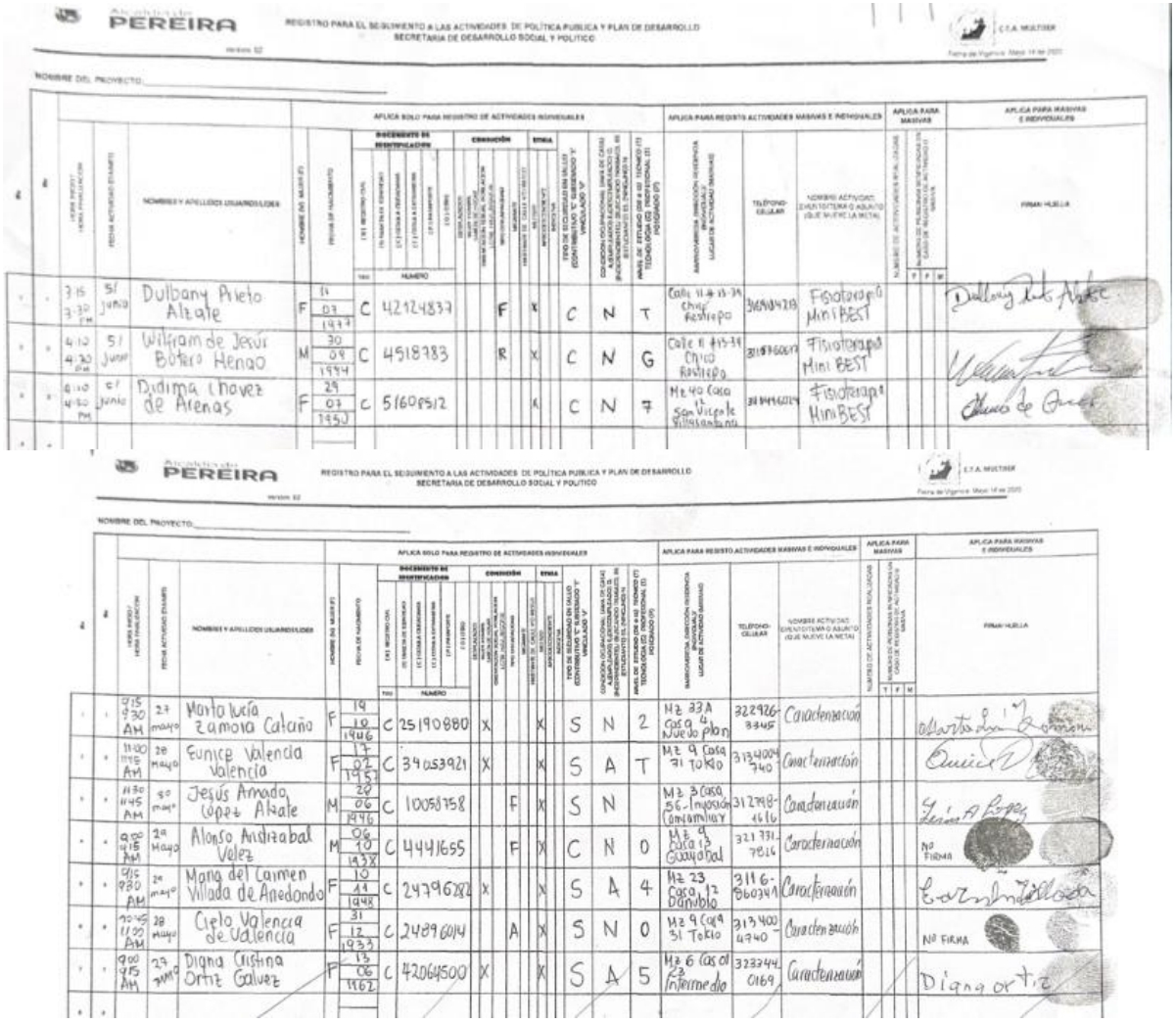
C.T.A. MULTISER

NOMBRE DEL PROYECTO:

| # | # | HORA INICIO / HORA FINALIZACION | FECHA ACTIVIDAD (DIA/MES) | NOMBRES Y APELLIDOS USUARIOS/LIDER | FECHA DE NACIMIENTO | NUMERO | BARRIO/VEREDA (DIRECCIÓN RESIDENCIA LUGAR DE ACTIVIDAD) | TELEFONO-CELULAR | NOMBRE ACTIVIDAD EVENTO/TEMA O ASUNTO (QUE MOTIVÓ LA META) | NUMERO DE ACTIVIDADES REALIZADAS | NUMERO DE PERSONAS BENEFICIADAS EN CADA ACTIVIDAD REALIZADA | F | M | FIRMA Y HUELLA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 1 | 2:30 3:00 PM | 24 Mayo | Dulbany Prieto A | | | CVO | 3169184213 | Deporter | 2 | | | | Dulbany Prieto A. |
| 2 | 2 | 3:30 4:00 PM | 24 Mayo | Dulbany Prieto A | | | CVO | 3169184213 | Artes | 1 | | | | Dulbany Prieto A |
| 3 | 3 | 2:30 2:30 PM | 24 Mayo | Dulbany Prieto A | | | CVO | 3169184213 | Taller Fisioterapia Ciclo medio, Core y reentrenamiento muscular | 1 | | | | Dulbany Prieto A |
| 4 | 4 | | | | | | | | | | | | | |



8. Llevar los registros establecidos para el manejo de la información y el control de esta.



9. Realizar acompañamiento constante en los diferentes espacios del centro vida donde se encuentren los beneficiarios, especialmente en la zona del comedor.





11. Asistir a reuniones y actividades de apoyo a las que sea convocado y otras actividades que se concreten.







12. Apoyar actividades de las demás áreas cuando sea requerido.





