# INFORME TÉCNICO

# GESTIÓN SOCIAL – PROYECTO CENTROS DE BIENESTAR

## FUNDACIÓN ANA DELIA

## MAYO

## VIGENCIA 2025

## INTRODUCCION

Este informe tiene como propósito presentar las acciones realizadas, los seguimientos efectuados y los resultados obtenidos en el trabajo con personas mayores, dentro del marco del enfoque de Atención Centrada en la Persona. Este modelo propone una intervención integral que valora la dignidad, la trayectoria de vida, las capacidades, los intereses y las decisiones individuales, priorizando el bienestar emocional, físico y social de cada persona. Desde una perspectiva humanizada, esta forma de atención facilita vínculos de cuidado más empáticos y eficaces, ajustados a las necesidades y características particulares de cada adulto mayor, promoviendo su autonomía, participación activa y sentido de pertenencia. El documento compila las estrategias empleadas, los avances conseguidos y los retos encontrados a lo largo del proceso de acompañamiento, con el fin de aportar al perfeccionamiento constante de las prácticas de cuidado. Todo esto ha sido posible gracias al compromiso de un equipo interdisciplinario que, día a día, hace realidad esta atención integral para cada uno de los beneficiarios.

## BENEFICIARIOS

En el periodo actual, la institución ha brindado atención a un total de treinta y cuatro (34) personas mayores, todas ellas activas. De este grupo, veintisiete (27) son hombres y siete (7) mujeres. La atención se ha desarrollado bajo un enfoque interdisciplinario que integra servicios en las áreas de salud general, psicología, fisioterapia, salud física y trabajo social. Además, los adultos mayores disponen de dormitorios con baño privado, espacios para la recreación, acceso a servicios públicos y una alimentación adecuada, ajustada a sus condiciones físicas y mentales.

## CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN

En el centro de bienestar se encuentra una población variada desde los aspectos de condición de discapacidad, condición de vulnerabilidad, etnias y género, lo cual se detalla en la información de la siguiente tabla:

| CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN BENEFICIARIA | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| VARIABLES | | GENERO | | | |
| | | HOMBRE | MUJER | TOTAL | % |
| Número de Beneficiarios | | 27 | 7 | 34 | 100% |
| En condición de Discapacidad | Física | 6 | 0 | 6 | 18% |
| | Psicosocial | 1 | 2 | 3 | 9% |
| | Sensorial | 3 | 0 | 3 | 9% |
| | Cognitiva | 2 | 1 | 3 | 8% |
| | Múltiple | 9 | 4 | 13 | 38% |
| | Ninguna | 6 | 0 | 6 | 18% |
| En condición de vulnerabilidad | Cabeza De Hogar | 26 | 7 | 33 | 97% |
| | Víctimas De violencia De Género | 0 | 0 | 0 | 0% |
| | Desplazados | 0 | 0 | 0 | 0% |
| | Inmigrantes | 1 | 0 | 0 | 3% |
| | Retornados de Venezuela | 0 | 0 | 0 | 0% |
| Sisbén | | 15 | 4 | 19 | 56% |
| Red Unidos | | 0 | 0 | 0 | 0% |
| Etnia | Afrodescendientes | 1 | 0 | 1 | 3% |
| | Palenque | 0 | 0 | 0 | 0% |
| | Mujer Rural | 0 | 0 | 0 | 0% |
| | Campesino/a | 0 | 0 | 0 | 0% |
| | Rom | 0 | 0 | 0 | 0% |
| | Indígena | 0 | 0 | 0 | 0% |
| | Raizal | 0 | 0 | 0 | 0% |
| Localidad | Riomar | 0 | 0 | 0 | 0% |
| | Metropolitana | 0 | 0 | 0 | 0% |
| | Suroccidente | 0 | 0 | 0 | 0% |
| | Suroriente | 0 | 0 | 0 | 0% |
| | Norte Centro Histórico | **27** | **7** | **34** | **100%** |

Tabla N° 1. Caracterización de la población

## COMPONENTE SALUD FÍSICA Y FUNCIONALIDAD

Con el paso del tiempo, el cuerpo humano experimenta transformaciones, como la reducción de la fuerza muscular. Diversos estudios han demostrado que la actividad física en las personas mayores es una herramienta efectiva para prevenir ciertos tipos de cáncer, aumentar la densidad ósea, reducir riesgos asociados a la salud y mejorar la calidad de vida en general.

El envejecimiento exitoso se define como la capacidad de conservar un nivel elevado de actividad física y mental, así como mantenerse vinculado a la vida mediante relaciones sociales y la participación en actividades significativas que prevengan el deterioro funcional propio de la edad. Por ello, alcanzar esta condición está directamente relacionado con la implementación de medidas preventivas y la adopción de hábitos saludables en la rutina diaria, como una alimentación balanceada y la práctica regular de ejercicio.

- **Actividades y cuidados de enfermería**

Dentro del enfoque de atención personalizada, se han desarrollado diversas acciones orientadas al bienestar integral de las personas mayores, priorizando aspectos como el aseo, la nutrición y los cuidados básicos de salud. En este marco, se apoyó a dieciséis (16) residentes en su higiene personal; se realizaron controles diarios de signos vitales a treinta y cuatro (34) usuarios, y se llevó a cabo el monitoreo diario de los niveles de glucosa en un beneficiario.

También se gestionó la entrega de tratamientos médicos a veintiocho (28) personas, con el fin de asegurar el control adecuado de sus enfermedades y contribuir a una mejor calidad de vida. Por otra parte, se efectuaron curaciones en cinco (5) residentes, aplicando medidas rigurosas de limpieza y desinfección para favorecer la recuperación de sus heridas; tres (3) de estos procedimientos fueron realizados por personal del programa de atención domiciliaria y de la clínica de heridas de su EPS.

Igualmente, se brindó acompañamiento en la movilidad a catorce (14) residentes que presentaban limitaciones físicas, y se prestó asistencia alimentaria a cinco (5) personas.

Además, se mantiene un seguimiento constante de las citas médicas, tanto en modalidad presencial como virtual, al igual que de los trámites realizados ante la EPS, tales como solicitudes de autorizaciones y reclamaciones relacionadas con fórmulas médicas, suplementos nutricionales y productos de apoyo como pañales.

- **Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad**

Las actividades orientadas a la promoción del bienestar y la prevención de enfermedades en personas mayores desempeñan un papel fundamental en la adopción de hábitos saludables y en la disminución de los factores de riesgo vinculados al envejecimiento.

Estas iniciativas ofrecen conocimientos prácticos y recursos útiles para evitar el desarrollo de afecciones crónicas, manejar adecuadamente condiciones ya diagnosticadas y fortalecer las defensas del organismo. Asimismo, favorecen una mayor comprensión del propio cuerpo, lo que facilita la identificación temprana de posibles signos de alerta y una toma de decisiones más informada en relación con el cuidado de la salud. Se realizó un taller con la temática sobre FIEBRE AMARILLA.

| Nombre de la actividad | Objetivos | Metodología | Resultados |
|---|---|---|---|
| Fiebre Amarilla | Informar a los adultos mayores sobre la fiebre amarilla, sus formas de prevención, síntomas y la importancia de la vacunación. | Se realizó charla presencial con ayuda de equipos audiovisuales | Alta participación en la sección de preguntas, adultos mayores lograron entender la importancia los riesgos y la prevención de esta enfermedad. |

**Tabla N° 2. Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad**

- **Formaciones en autocuidado e higiene personal de la persona mayor**

Enseñar a las personas mayores sobre el cuidado personal y la higiene es clave para ayudarles a ser más independientes, sentirse mejor y tener una buena calidad de vida. Estas actividades les permiten aprender o recordar prácticas que les ayudan a cuidar su cuerpo y mente, evitar enfermedades y seguir siendo autónomos en su día a día. Además, este tipo de formación les da más seguridad en sí mismos y les motiva a hacerse responsables de su propio bienestar. Se realizó una sección de formación sobre PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES DE LA PIEL.

| Nombre de la actividad | Objetivos | Metodología | Resultados |
|---|---|---|---|
| Prevención de enfermedades de la piel | Promover el conocimiento y la adaptación de medidas preventivas frente a las enfermedades en la piel en adultos mayores, informar sobre las causas síntomas y formas de contagios. | Enseñar hábitos de higiene personal y del entorno para prevenir la enfermedad. | La intervención educativa fue afectiva para aumentar el conocimiento sobre la escabiosis y fomentar conductas preventivas, varios adultos mayores dieron su punto de vista y la importancia del autocuidado |

**Tabla N° 3. Formaciones en autocuidado e higiene personal de la persona mayor**

- **Formación en primeros auxilios a los beneficiarios**

Brindar conocimientos básicos de primeros auxilios a las personas mayores es fundamental para proteger su integridad y la de quienes están a su alrededor. Este tipo de formación les proporciona las herramientas necesarias para reaccionar correctamente ante emergencias como caídas, cortes, desmayos, problemas respiratorios o señales de un ataque cardíaco, lo que mejora la capacidad de respuesta oportuna y efectiva. Además, estas capacitaciones fortalecen la sensación de seguridad, fomentan la independencia y refuerzan la confianza tanto de los adultos mayores como de sus cuidadores y seres queridos. Se realiza educación sobre LAS QUEMADURAS.

| Nombre de la actividad | Objetivos | Metodología | Resultados |
|---|---|---|---|
| Las Quemaduras | Sensibilizar a los adultos mayores sobre la prevención y atención inicial de quemaduras para reducir complicaciones y mejorar la respuesta ante accidentes, identificar los tipos de quemaduras y reconocer situaciones de riesgo dentro del hogar. | Se realizó charla explicativa sobre las medidas y primeros auxilios ante una quemadura | Alta participación en la sección de preguntas, adultos mayores lograron entender la importancia los riesgos y la prevención de este tipo de accidentes |

**Tabla N° 4. Formaciones en primeros auxilios a los beneficiarios**

- **Rutinas grupales de acondicionamiento físico**

Se llevan a cabo de forma regular sesiones grupales de ejercicio para las personas mayores, con el objetivo de mantener en buen estado su sistema musculoesquelético. Estas actividades ayudan a fortalecer su cuerpo y a prevenir el deterioro físico que puede producirse por la inactividad o los efectos propios del envejecimiento, por esto en el presente mes realizamos tres (3) rutinas grupales donde realizan ejercicios y también fortalecen las capacidades intergrupales. Dentro de este ítem se encuentra un acumulado de seis (6) rutinas realizadas.

| Nombre de la actividad | Objetivos | Metodología | Resultados |
|---|---|---|---|
| Fortalecimiento de miembros inferiores | Activar los todos los músculo inferiores lo que nos permite mantenerlos fuertes evitan rigidez fracturas y posibles caídas | En esta actividad consiste dos aros de pelota llenas y otro vacío la persona mayor se sienta en una silla y con sus piernas escoja la pelota con sus tobillos sin dejarla caer y llevarlo hacia el otro extremo. | Dificultad para mantener la pelota y la mayoría pudo realizar la actividad. |
| Aprendamos a caminar con el balón entre las piernas | Mantener nuestra postura equilibrio al caminar | La actividad consiste en colocar el balón entre las piernas y caminar sin dejarlas caer manteniendo la postura para luego llevarlo hacia al otro extremo. | A algunos se le dificulta repetir nuevamente la actividad. |
| Control pélvico | Activa los músculos pélvicos sirven brindar soporte estructural y ayudar a mantener la continencia. | En una ronda que consiste en colocar unos bolos en fila en el suelo y en la cintura un bolo atado a una cuerda lo que permite balancear con los movimientos pélvicos delante y hacia atrás esta derribarlas cada una. | Los participantes los realizaron de manera correcta sin dificultad otros necesitaron de ayuda. |

**Tabla N° 5. Rutinas grupales de acondicionamiento físico**

- **Pausas activas**

Las pausas activas consisten en movimientos breves que se incorporan durante momentos prolongados de reposo, con el fin de activar tanto el cuerpo como la mente. En el caso de las personas mayores, estas dinámicas resultan esenciales para evitar el estilo de vida sedentario, estimular la circulación sanguínea, reducir la rigidez en músculos y articulaciones, y aumentar la energía a lo largo del día. Además, tienen un impacto positivo en el estado de ánimo, ayudan a aliviar el estrés y fortalecen los lazos sociales cuando se practican en grupo. Se trata de una estrategia simple pero muy efectiva para conservar la movilidad y fomentar la independencia en la etapa de envejecimiento.

Se realizaron treinta y un (31) sesiones de pausas activas, las cuales se hicieron una (1) por día, se presenta un acumulado de sesenta y un (61) pausas activas.

- **Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad y bienestar físico**.

Estas actividades ayudan a cuidar tanto el cuerpo como la mente. Es importante que las personas mayores realicen ejercicios que trabajen la memoria, la atención, la audición, la interacción social y la diversión, ya que esto les permite mantenerse activos y conservar sus habilidades. De esta manera, pueden ser lo más independientes y funcionales posible, según lo que su condición física les permita. En el presente mes se desarrollaron tres (3) de estas actividades, se presenta un acumulado de seis (6) de estas actividades realizadas.

| Nombre de la actividad | Objetivos | Metodología | Resultados |
|---|---|---|---|
| Trazos de lana | Fortalecer los músculos de la mano de los dedos lo que es crucial para el desarrollo de habilidades como la escritura y el manejo de herramientas | En una hoja con un dibujo de diferentes líneas geométricas seguir con lana hasta formar figura hasta completarla. | Las personas mayores que participaron lograron el objetivo. |
| Juego de colores | Fortalecer el sistema nervioso ayuda mantener a la mente activa y ágil en el desarrollo cognitivo | En una mesa se colocan cartones de huevos con diferentes pelotas de colores el adulto mayor debe ordenarlas en filas del mismo color en un tiempo determinado. | A algunos se le dificulta la actividad y otros lo hicieron con mayor agilidad. |
| Velocidad de reacción y acción | El objetivo de esta actividad es percibir procesar ante la respuesta de un estímulo | En una mesa se colocan varias pelotas de manera rápida y el participante debe recoger la mayor cantidad en el menor tiempo posible. | En esta actividad los adultos mayores lograron el objetivo otros demoraron por falta de agilidad. |

**Tabla N° 6. Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad y bienestar físico**

**COMPONENTE NUTRICIÓN**

El componente de nutrición es de vital importancia para que la población adopte hábitos alimenticios saludables. A través de acciones de prevención, educación, atención, rehabilitación y cuidado de la salud, se proporcionan las herramientas necesarias para combatir la desnutrición, obesidad, el sobrepeso y diversas enfermedades crónicas, tales como las cardiovasculares, la diabetes, los problemas renales, así como las alergias e intolerancias alimentarias.

- **Acompañamientos nutricionales a los adultos mayores con malnutrición o desnutrición.**

La atención nutricional individualizada es fundamental para brindar un cuidado específico y adaptado a las necesidades únicas de cada persona.

La intervención nutricional, que incluye la provisión de alimentos y nutrientes específicos, juega un papel crucial en la promoción de la salud y el bienestar. En este período, se realizaron planes nutricionales individualizados y control de peso para seis (6) personas mayores. La atención nutricional personalizada se basó en un análisis exhaustivo de los factores que influyen en la salud y nutrición de cada individuo, con el objetivo de crear un asesoramiento adaptado a sus necesidades específicas. Resultados de los acompañamientos: Tres (3) personas mayores presentaron peso insuficiente, uno (1) presentó peso normal y dos (2) con desnutrición moderada. Se realizaron varios tipos de planes nutricionales individualizados de acuerdo con los diagnósticos médicos y nutricionales. Plan de aumento de peso:

- Diseñado para adultos mayores con peso insuficiente, enfocado en aumentar la ingesta calórica y proteica.
- Plan de mantenimiento de peso:
- Diseñado para adultos mayores con peso normal, enfocado en mantener una alimentación equilibrada y saludable.
- Planes específicos por patologías:
- Para personas con diabetes, se crean planes con control de carbohidratos y azúcares.
- Para personas con hipertensión, se crean planes bajos en sodio.

Se presenta un acumulado de once (11) personas mayores a quienes se les ha realizado acompañamientos nutricionales.

- **Seguimiento ciclos de minutas y aceptación de los menús por parte de los beneficiarios**

La aceptación y la encuesta de satisfacción de los menús por parte de los beneficiarios se realiza con el objetivo de evaluar, qué tan bien las personas mayores de un programa de alimentación o servicio de comidas reciben y consumen los alimentos que se les ofrecen. Esto implico medir la satisfacción de los beneficiarios con los menús, considerando factores como, sabor, calidad y variedad; si los alimentos son agradables al paladar, si los menús ofrecen una gama diversa de alimentos. Esta evaluación se realizó a través de la encuesta de satisfacción realizada a 6 beneficiarios por medio de un formato diseñado por el profesional de nutrición. También se realizó seguimiento mediante la observación de los hábitos de consumo y medición de los residuos de alimentos.

| Alimentos que no les gusta | Suma de N° Beneficiarios 6 |
|---|---|
| Pan molde con huevo | 6 |
| Mazamorra | 6 |
| (en blanco) | 4 |



| | |
|---|---|
| Ahuyama | 2 |
| Yuca cocida | 1 |
| Pasta | 1 |
| Guineo verde cocido | 1 |
| Ensalada de zanahoria | 1 |
| Atún en croquetas y ensalada | 1 |

Teniendo como resultados de dicha encuesta lo siguiente, se identificaron varios alimentos que no son del agrado de los beneficiarios, destacando la mazamorra, ahuyama y el pan molde con huevo como los más rechazados, también se observaron aversiones individuales a alimentos como la yuca cocida, el guineo verde cocido, el atún en croquetas y en ensalada, la pasta y la ensalada de zanahoria. Cuatro beneficiarios indicaron no haber probado la papa y el ñame. Esto sugiere una oportunidad para introducir gradualmente estos alimentos en el ciclo de minutas. En esta también se evaluó el nivel de satisfacción con los servicios del área de alimentación y las respuestas se centraron en que la atención del personal de cocina y aseo fue calificada positivamente, con la mayoría de los beneficiarios expresando satisfacción, la limpieza y ambiente del comedor también recibieron una alta calificación de satisfacción, la puntualidad en el servicio de comidas fue bien valorada por los beneficiarios, la variedad de alimentos ofrecidos fue bien recibida por la mayoría de los beneficiarios, los resultados indican un alto nivel de satisfacción general con los servicios de alimentación, es importante abordar las aversiones alimentarias individuales y considerar la introducción gradual de alimentos no probados. En resumen, los resultados de la encuesta proporcionan información valiosa para mejorar la calidad de los servicios de alimentación y satisfacer las necesidades y preferencias de los beneficiarios.

- **Aprovechamiento de las raciones alimentarias.**

La optimización de las raciones alimentarias es fundamental para minimizar el desperdicio y garantizar el máximo aprovechamiento de los alimentos, especialmente en la población d mayor. Un alto índice de aprovechamiento no solo contribuye a la eficiencia de los recursos, sino que también asegura que las personas mayores reciban la nutrición adecuada. Durante el período actual, se sirvieron un total de 5.270 raciones alimentarias, de las cuales 5.270 fueron consumidas. Esto representa un índice de aprovechamiento del 100%, lo que indica una gestión eficaz de los recursos alimentarios.

- **Entrega de suplementos**

La suplementación nutricional responsable, guiada por profesionales de la salud, puede ser una

herramienta valiosa para complementar la dieta y mantener la salud y vitalidad, especialmente en casos de desnutrición o riesgo nutricional.

Durante el período evaluado, se realizó la entrega de suplementos nutricionales a dos (2) personas mayores con el objetivo de complementar su dieta y mejorar su estado nutricional. Los suplementos fueron proporcionados por la Entidad Promotora de Salud, estos fueron Ensure Advance frasco de 220ml y CIK – 3 sobre 120 gr. Se entregó un total de 16.132 gramos de suplementos nutricionales durante el mes, con buena tolerancia y adherencia por parte de los adultos mayores.

- **Talleres nutricionales a los beneficiarios**

La educación nutricional es fundamental para las personas mayores por varias razones como es la prevención de enfermedades, promoción de hábitos saludables, fortalecimiento de la autonomía, mejora de la calidad de vida ya que una alimentación balanceada impacta directamente en la energía, la movilidad y el estado de ánimo, contribuyendo a que las personas mayores disfruten de una vida más plena y activa.

En este periodo, se trabajó un tema de gran importancia: Taller Exploración sensorial de los alimentos, con el objetivo de Fomentar el interés por alimentos saludables utilizando los sentidos (vista, olfato, gusto, tacto e incluso oído) para hacer la experiencia más rica y memorable. La metodología aplicada en este taller se dio de la siguiente manera: Primero se le explicó brevemente la importancia de los sentidos al elegir alimentos, por ejemplo, cómo el aroma de una fruta madura puede indicarnos que está lista para comer, luego se muestra diferentes alimentos coloridos (como pimientos de distintos colores, zanahoria) y comentaron su relación con los nutrientes. Se les pide a los participantes que cierren los ojos y huelan hierbas como orégano, anís en grano o canela. Luego, conversaron sobre los recuerdos o sensaciones que les evocan.

Teniendo resultados positivos por lo que, las actividades de exploración sensorial ofrecen una variedad de beneficios, especialmente cuando se trata de involucrar a personas mayores, Estas fueron algunas de las principales ventajas: Beneficios físicos, beneficios cognitivos, alivio del estrés. Al involucrar los sentidos hace que los conceptos sean más tangibles, reforzando la información sobre nutrición o hábitos saludables. Asistencia de 18 personas mayores.

- **Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos**

Durante el mes de mayo, se llevó a cabo un taller de nutrición para el personal de manipulación

de alimentos. Su objetivo principal fue asegurar la inocuidad alimentaria mediante la eliminación de suciedad, residuos químicos y microorganismos patógenos. El tema se abordó a través de una sesión educativa apoyada por recursos visuales para facilitar su comprensión.
Tema tratado: Lavado y desinfección de alimentos: Procedimientos correctos para frutas, verduras y utensilios. Asistencia: Dos (2) personas.

**COMPONENTE DE SALUD MENTAL**

El componente de Psicología promueve la participación activa de la persona mayor, tanto el buen funcionamiento físico y la adecuada capacidad cognitiva motivándolos en cada actividad y/o taller brindado para esta población. Enfoque en la estimulación de sus procesos cognitivos a nivel grupal e individual. Durante la edad avanzada, se producen cambios en las funciones y procesos psicológicos, que están influenciados por factores como la salud física, la genética y el nivel de actividad intelectual y social. Los cambios psicológicos en la persona mayor tales como la pérdida de funciones y recursos puede llevar a problemas como la depresión y la ansiedad, pero existen acciones y hábitos específicos para regular las emociones enfocándonos en el bienestar de las personas mayores.

En este periodo se brindaron los siguientes servicios desde el área como: acompañamientos psicosociales, procesos de adaptación a los beneficiarios, talleres de promoción de la salud mental y talleres de promoción de estimulación cognitiva.

- **Acompañamiento psicosocial de oficio a la persona mayor**

El acompañamiento psicosocial es una herramienta valiosa para apoyar a las personas en el proceso de superar situaciones difíciles y promover su bienestar y desarrollo integral. En los acompañamientos psicosociales se brindan herramientas para manejar el estrés, la ansiedad, la depresión a través de talleres que fomenten el bienestar integral en ellos. Se brindan distintas técnicas entre ellas la reestructuración cognitiva para crear estrategias en su forma de pensar y actuar. Todo esto con el fin de mantener o estimular las funciones cognitivas de las personas mayores. A fines de corte del presente informe se realizaron cinco (5) acompañamientos. Presenta un acumulado de siete (7) acompañamientos.

- **Talleres y/o actividades de promoción de la salud mental**

En el actual periodo se realizó un (1) taller de salud mental y estimulación cognitiva dirigida a las

personas mayores, el cual se realizó con el propósito de psico educarlos acerca de la empatía con la finalidad de fomentar un vínculo afectivo a través de estrategias ayuden a promover la empatía entre las personas mayores, con ello, se espera generar un impacto en el bienestar psicológico de los participantes. El tema del período LA EMPATÍA con el cual se busca lograr una sana convivencia. Se presenta un acumulado de dos (2) talleres realizados.

| Nombre de la actividad | Objetivo | Metodología | Resultados |
|---|---|---|---|
| La empatía | Aprender estrategias que ayuden a fomentar la empatía en las personas mayores del CDB relacionándose sanamente entre compañeros | Se da inicio a la actividad con una psicoeducación. Se realiza una fuga de ideas para que los adultos expresen sus apreciaciones. Observan un vídeo el cuál se socializa. Voluntariamente pasan al frente y exponen a través de un letrero “soy empático cuando…”. Luego se realiza una dinámica "Me pongo en tus zapatos" en la cual la finalidad era que ellos mismos al elegir unos zapatos que no eran los suyos describieron como fue la experiencia de estar en los zapatos del otro..<br>Recurso humano: personas mayores, Psicóloga.<br>Recurso material: zapatos. Vídeo: La Empatía "https://www.youtube.com/watch?v=vk7HMwTB1ko". Televisor | Las personas mayores se mantuvieron atentos, receptivos, logrando así el objetivo buscado, aportaron sus ideas y durante la dinámica pudieron sentir el estar en los zapatos del otro y expresar cómo se sentían. Así como a medida que llegaba el turno decían cuando eran empáticos |

**Tabla N° 7. Talleres y/o actividades de promoción de la salud mental**

- **Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva**

En el actual periodo se realizó un (1) taller de promoción de estimulación cognitiva a las personas mayores, el cual se realizó con el propósito de involucrar diversas funciones cerebrales y permitir la expresión del lenguaje escrito. El tema del período EXPLORADORES DE PALABRAS.

| Nombre de la actividad | Objetivo | Metodología | Resultados |
|---|---|---|---|
| Exploradores de palabras | Permitir la comunicación, el aprendizaje y la preservación de información a través de una actividad lúdica | La actividad consistió en iniciar con una palabra y cada adulto pasaba al frente y en el tablero escribía una palabra con la última sílaba de la anterior y así sucesivamente. Recurso humano: Personas mayores, Psicóloga. Recurso material: tablero, marcadores. | Disfrutaron la actividad estimulando la función cognitiva del lenguaje escrito |

**Tabla N° 8. Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva**

- **Acompañamiento a la reincorporación al núcleo familiar o red de apoyo**

El acompañamiento en el proceso de reincorporación al núcleo familiar o red de apoyo es esencial para fortalecer el sentido de pertenencia, la estabilidad emocional y la calidad de vida de las personas mayores. Este tipo de intervención facilita la reconstrucción de vínculos afectivos, promueve la integración social y disminuye el riesgo de abandono, aislamiento o depresión. Además, permite sensibilizar y orientar a las familias o redes cercanas sobre el cuidado y respeto hacia el adulto mayor, creando entornos más seguros, empáticos y

sostenibles. Se mantienen en acumulado de acompañamiento cinco (5) personas, en el periodo no se reportan estos acompañamientos.

## COMPONENTE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO Y RECREACIÓN

El tiempo libre y la recreación son fundamentales para el bienestar y la calidad de vida del adulto mayor. Los beneficios son diversos tales como la mejora de la salud física y mental, ayudando a prevenir enfermedades crónicas, mejorando la función cognitiva y reduciendo el estrés; fortalece las relaciones sociales, promueven la autonomía e independencia y mejoran la autoestima y confianza.

Es importante recordar que cada persona es única, y es fundamental encontrar actividades recreativas que se adapten a las necesidades e intereses individuales de la persona mayor.

- **Actividades artísticas y manualidades para el aprovechamiento del tiempo que promuevan el envejecimiento activo.**

Las actividades artísticas y manualidades tienen un impacto positivo en la vida de las personas, ya que pueden estimular la mente, la motricidad fina, la memoria y la creatividad, además de ayudar a reducir el estrés, la ansiedad y el dolor crónico. El tema de este mes fue INTEGRACIÓN DE LA CREATIVIDAD Y EXPRESIÓN ARTÍSTICA con la cual se busca el desarrollo de la imaginación de los residentes. Se presenta un acumulado de dos (2) actividades realizadas.

| Nombre de la actividad | Objetivo | Metodología | Resultados |
|---|---|---|---|
| Integración de la creatividad y expresión artística | Coordinar los movimientos que hacen con los músculos pequeños del cuerpo, por ejemplo, los de las manos, muñecas o dedos lo que permite ejercer fuerza muscular sensibilidad normal agarre y precisión | En una mesa redonda los adultos mayores se les asignó una cartulina blanca haciendo referencia colocación de las manos derecha e izquierda con témpera hasta formar un ramo en el caso de las mujeres; en los hombres en una hoja con unos diferentes vehículos de transporte el cual se requiere de plastilina y con los dedos pulgar e índice deslizar hasta completar la figura.<br>Recurso humano: Personas mayores, Psicóloga, fisioterapeuta.<br>Recurso material: cartulina, hojas de block, plantillas, témperas, pinceles, plastilinas | La mayoría de los participantes lograron realizar la actividad por si solos y otros requirieron de ayuda para su actividad |

**Tabla N° 9. Actividades artísticas y manualidades para el aprovechamiento del tiempo que promueven el envejecimiento activo**

- **Actividades recreacionales y culturales realizadas dentro o fuera de las instalaciones que propendan por envejecimiento activo**

La recreación es la actitud positiva del individuo hacia la vida en el desarrollo de actividades

para el tiempo libre, que le permitan trascender los límites de la conciencia y el logro del equilibrio biológico, psicológico y social, que dan como resultado una buena salud y una mejor calidad de vida. El tema de este mes fue CINE RECREATIVO con la cual se busca mejorar el estilo de vida en los residentes.

| Nombre de la actividad | Objetivo | Metodología | Resultados |
|---|---|---|---|
| Cine recreativo | Promover una sana diversión a través de una mañana de cine recreativo con las personas mayores del CDB | Se proyectó la película, recibieron refrigerio y al finalizar se socializan las enseñanzas que dejó en las personas mayores.<br>Recurso humano: Personas mayores, Psicóloga, fisioterapeuta.<br>Recurso material: crispetas, bebidas. Televisor. Película: no se aceptan devoluciones https://www.youtube.com/watch?v=ISuUh0aaWVI | Disfrutaron la mañana de cine recreativo.<br>Mantuvieron la atención y socializaron el contexto de la película |

**Tabla N° 10. Actividades recreacionales y culturales realizadas dentro o fuera de las instalaciones que propendan por envejecimiento activo**

## COMPONENTE GESTIONES TÉCNICAS, ADMINISTRATIVAS Y DE ACCESO A SERVICIOS

- **Gestiones documentales requeridas por los beneficiarios**

Brindar acompañamiento a las personas mayores en la organización y trámite de documentos es clave para asegurar que puedan acceder sin dificultad a servicios de salud, ayudas sociales, subsidios y demás beneficios a los que tienen derecho. Esta ayuda permite superar obstáculos burocráticos, prevenir su exclusión y facilitar procesos como actualizaciones, renovaciones o gestiones legales necesarias. En el presente periodo no se realizan gestiones documentales.

- **Gestión ante la EPS e IPS para garantizar el derecho a la salud**

Realizar gestiones ante las EPS e IPS es fundamental para garantizar que las personas mayores reciban los servicios de salud que requieren de forma adecuada, sin demoras y de manera constante. Este apoyo facilita la superación de trámites burocráticos, acelera la obtención de autorizaciones, ayuda a coordinar citas médicas y asegura el acceso a tratamientos y medicamentos necesarios. Para la vigencia se realizaron seguimiento a tres (3) pendientes de pañales por entregar, debido a que el operador encargado indica que no tiene disponibilidad de estos insumos.

- **Capacitación al talento humano sobre prevención al maltrato y cuidado de la persona mayor**

Se buscó educar al talento humano acerca del cuidado emocional en la persona mayor, lo cual implica escucharlo, mostrarle interés y ayudarlo a mantener conexiones sociales. Se desarrolló (1) capacitación al personal del recurso humano sobre CUIDADO EMOCIONAL EN LA

PERSONA MAYOR en el presente mes, se presenta un acumulado de dos (2) capacitaciones realizadas.

| Nombre de la actividad | Objetivo | Metodología | Resultados |
|---|---|---|---|
| Prevención de maltrato en la persona mayor | Proteger la dignidad, los derechos y la calidad de vida de las personas mayores | Se inició la capacitación con una charla educativa en donde se promovió un entorno seguro y respetuoso en el que puedan envejecer de manera saludable y digna las personas mayores del CDB Recurso humano: personal contratado, Psicóloga. | Se muestra receptivo el personal y exponen ideas respecto al tema identificando su rol como cuidador en la persona mayor |

**Tabla N° 11. Capacitación al talento humano sobre prevención al maltrato y cuidado de la persona mayor**

- **El archivo físico y digital de las personas mayores actualizado**

Tener un registro actualizado, tanto en formato físico como digital, de las personas mayores es esencial para mantener un control ordenado, eficiente y seguro de su estado personal, social y de salud. Esta documentación facilita el acceso rápido a información relevante para tomar decisiones, realizar trámites a tiempo y asegurar una atención continua y adecuada. Actualmente, se ha digitalizado el 65% del archivo.

- **Cierre de expedientes**

En el periodo actual se mantiene el 100% del total de los residentes, treinta y cuatro (34) personas mayores que se encuentran en calidad de residente y reciben atención centrada en la persona.

| ACTIVIDAD | INDICADOR | META | AVANCE | MESES DE EJECUCIÓN 2025 | | | | | RESPONSABLE | EVIDENCIAS |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | ABRIL | MAYO | JUNIO | JULIO | AGOSTO | | |
| **VALORACIONES** | | | | | | | | | | |
| Valoración Inicial Medicina | Valoraciones iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB | 100% | 100% | 100% | N/A | X | X | X | Médico | Carpeta o expediente de cada adulto mayor<br>- Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión)<br>- Base de Datos |
| Tamizaje Inicial | Tamizajes iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB | 100% | 100% | 100% | N/A | X | X | X | Nutricionista | Carpeta o expediente de cada adulto mayor<br>- Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión)<br>- Base de Datos |
| Valoración inicial nutricional | Valoraciones iniciales nutricional realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB | 100% | 100% | 100% | N/A | X | X | X | Nutricionista | Carpeta o expediente de cada adulto mayor<br>- Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada |

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | profesión)<br>- Base de Datos |
| Valoración inicial psicología | Valoraciones iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB | 100% | 100% | 100% | N/A | X | X | X | Psicología | Carpeta o expediente de cada adulto mayor<br>- Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión)<br>- Base de Datos |
| Valoración inicial fisioterapia | % de valoraciones iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB | 100% | 100% | 100% | N/A | X | X | X | Fisioterapeuta | Carpeta o expediente de cada adulto mayor<br>- Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión)<br>- Base de Datos |
| Valoración final Medicina | % de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB | 90% | No aplica en el periodo | N/A | N/A | N/A | N/A | X | Médico | Carpeta o expediente de cada adulto mayor<br>- Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión)<br>- Base de Datos |
| Tamizaje final | % de tamizaje final realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB | 90% | No aplica en el periodo | N/A | N/A | N/A | N/A | X | Nutricionista | Carpeta o expediente de cada adulto mayor<br>- Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión)<br>- Base de Datos |
| Valoración final nutricional | % de valoraciones nutricional finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB | 90% | No aplica en el periodo | N/A | N/A | N/A | N/A | X | Nutricionista | Carpeta o expediente de cada adulto mayor<br>- Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión)<br>- Base de Datos |
| Valoración final psicología | % de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB | 90% | No aplica en el periodo | N/A | N/A | N/A | N/A | X | Psicóloga | Carpeta o expediente de cada adulto mayor<br>- Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión)<br>- Base de Datos |
| Valoración final fisioterapia | % de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB | 90% | No aplica en el periodo | N/A | N/A | N/A | N/A | X | Fisioterapeuta | Carpeta o expediente de cada adulto mayor<br>- Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión)<br>- Base de Datos |
| **SALUD FISICA Y FUNCIONALIDAD** | | | | | | | | | | |
| Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad – Medicina | No de talleres realizados | 5 | 2 | 1 | 1 | X | X | X | Medicina | Cronograma de actividades, listados de asistencia, evidencias fotográficas. |
| Actividades de enfermería | % de cuidados dispensados a los beneficiarios que lo requieren | 100% | 100% | 100% | 100% | X | X | X | Enfermería | Kardex, registros de tomas de signos vitales, curaciones, y glucometría |

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Formaciones en autocuidado e higiene personal de la persona mayor | No. de formaciones realizadas a los beneficiarios | 5 | 2 | 1 | 1 | X | X | X | Enfermería | Cronograma de actividades, listados de asistencia, evidencias fotográficas. |
| Formación en primeros auxilios a los beneficiarios | No. de formaciones realizadas a los beneficiarios | 5 | 2 | 1 | 1 | X | X | X | Enfermería | Cronograma de actividades, listados de asistencia, evidencias fotográficas. |
| Rutinas grupales de acondicionamiento físico | No. de rutinas realizadas | 15 | 6 | 3 | 3 | X | X | X | Fisioterapeuta | Cronograma de actividades, listados de asistencia, evidencias fotográficas. |
| Pausas Activas | No. de pausas activas realizadas | 150 | 61 | 30 | 31 | X | X | X | Fisioterapeuta | Listados de asistencia, evidencias fotográficas. |
| Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad | No. de actividades realizadas | 15 | 6 | 3 | 3 | X | X | X | Fisioterapeuta | Cronograma de actividades, listados de asistencia, evidencias fotográficas. |
| **NUTRICIÓN** | | | | | | | | | | |
| Acompañamientos nutricionales a las personas mayores con malnutrición o desnutrición | % de acompañamientos | 100% | 32% | 15% | 17% | X | X | X | Nutricionista | Formato de seguimiento, registros fotográficos, bases de datos |
| Diseño de minutas | No. de ciclo de minutas | 1 | 1 | 1 | N/A | N/A | N/A | N/A | Nutricionista | Actas de reunión, minuta patrón, ciclo de minutas |
| Seguimiento ciclo de minutas | No. de reuniones | 5 | 2 | 1 | 1 | X | X | X | Nutricionista | Acta de reuniones y encuestas de satisfacción |
| Aceptación de los menús por parte de los residentes | % de aceptación de menús | 95% | 98% | 98% | 98% | X | X | X | Nutricionista | Encuestas de satisfacción, registros fotográficos |
| Talleres nutricionales a los beneficiarios | No. talleres realizados | 5 | 2 | 1 | 1 | X | X | X | Nutricionista | Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos |
| Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos | No. de talleres realizados | 5 | 2 | 1 | 1 | X | X | X | Nutricionista | Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos |
| **SALUD MENTAL** | | | | | | | | | | |
| Acompañamiento psicosocial de oficio a la persona mayor que lo requiera | % de acompañamientos realizados | 100% | 21% | 6% | 15% | X | X | X | Psicóloga | Expediente, actas, registros fotográficos |
| Proceso de adaptación a los beneficiarios | % de personas de adaptación contemplados | 100% | 9% | 6% | 3% | X | X | X | Psicología | Expediente o expediente de la persona mayor, acta, registros fotográficos |
| Talleres y/o actividades de promoción de la salud mental | No. de actividades y/o talleres realizados | 5 | 2 | 1 | 1 | X | X | X | Psicología | Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos |
| Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva | No. de actividades y/o talleres realizados | 5 | 2 | 1 | 1 | X | X | X | Psicología | Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos |
| Acompañamiento a la reincorporación al núcleo familiar o red de apoyo | % de acompañamientos de | 100% | 15% | 15% | 0% | X | X | X | Psicología | Expediente de visitas, entrevistas con familiares o |

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | reincorporación realizadas | | | | | | | | | miembros de la red de apoyo |
| **APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO Y RECREACIÓN** | | | | | | | | | | |
| Actividades artísticas y manualidades para el aprovechamiento del tiempo que promuevan el envejecimiento activo | No. actividades realizadas | 5 | 2 | 1 | 1 | X | X | X | Psicología - Fisioterapia | Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos |
| Actividades recreacionales y culturales realizadas dentro o fuera de las instalaciones que propenden por envejecimiento activo | No. actividades realizadas | 5 | 2 | 1 | 1 | X | X | X | Psicología - Fisioterapia | Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos |
| **GESTIONES TÉCNICAS, ADMINISTRATIVAS Y DE ACCESO A LOS SERVICIOS** | | | | | | | | | | |
| Gestiones documentales requeridas por los beneficiarios | % de gestiones documentales requeridas realizadas | 100% | 12% | 12% | 0% | X | X | X | Dirección Técnica | Correos, archivo personal de la persona mayor, actas de reuniones |
| Gestión ante las EPS e IPS para garantizar el derecho a la salud | % de gestiones requeridas | 100% | 21% | 12% | 9% | X | X | X | Dirección Técnica - Enfermería | Correos, citas gestionadas, órdenes médicas |
| Capacitación al Talento Humano sobre prevención al maltrato y cuidados de la persona mayor | No. de actividades realizadas | 5 | 2 | 1 | 1 | X | X | X | Psicología | Plan de capacitaciones, lista de asistencia |

## EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS




***Ilustración n° 1. Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad***





*Ilustración n° 2. Actividades y cuidados de enfermería*





*Ilustración n° 3. Formación en autocuidado e higiene personal de la persona mayor*




***Ilustración n° 4. Formación en primeros auxilios a los beneficiarios***





*Ilustración n° 5. Rutinas grupales de acondicionamiento físico*



*Ilustración n°6. Pausas activas*





*Ilustración n°7. Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad y bienestar físico*



*Ilustración n°8. Acompañamientos nutricionales a los adultos mayores con malnutrición o desnutrición*



*Ilustración n°9. Seguimiento ciclos de minuta*



*Ilustración n° 10. Aceptación de los menús por parte de los beneficiarios*



*Ilustración n° 11. Talleres nutricionales a los beneficiarios*



*Ilustración n° 12. Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos*



*Ilustración n° 13. Acompañamientos psicosociales de la persona mayor*



*Ilustración n° 14. Proceso de adaptación a los beneficiarios*




*Ilustración n° 15. Talleres y/o actividades de promoción de la salud mental*



*Ilustración n° 16. Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva*




***Ilustración n° 17. Actividades artísticas y manualidades para el aprovechamiento del tiempo que promuevan el envejecimiento activo***





*Ilustración n° 18. Actividades recreacionales y culturales realizadas dentro o fuera de las instalaciones que propendan por envejecimiento activo*



*Ilustración n° 19. Capacitación al talento humano sobre prevención al maltrato y cuidado de la persona mayor*

***Otros anexos fotográficos***




***Ilustración n° 20. Actividad cognitiva grupal "Orientación - Secuencia numérica"- Psicología***




***Ilustración n°21. Club de lectura – Psicología***



*Ilustración n°22. Psicoeducación "Educación emocional" – Psicología*




*Ilustración n° 23. Actividad cognitiva grupal "Atención siluetas" – Psicología*



*Ilustración n° 24. Actividad didáctica "Día del árbol" – Psicología*



*Ilustración n° 25. Charla educativa "Gestión emocional" - Psicología*



*Ilustración n° 26. Técnica puntillismo -Motricidad fina - Psicología*



*Ilustración n° 27. Visitas familiares y/o amigos*

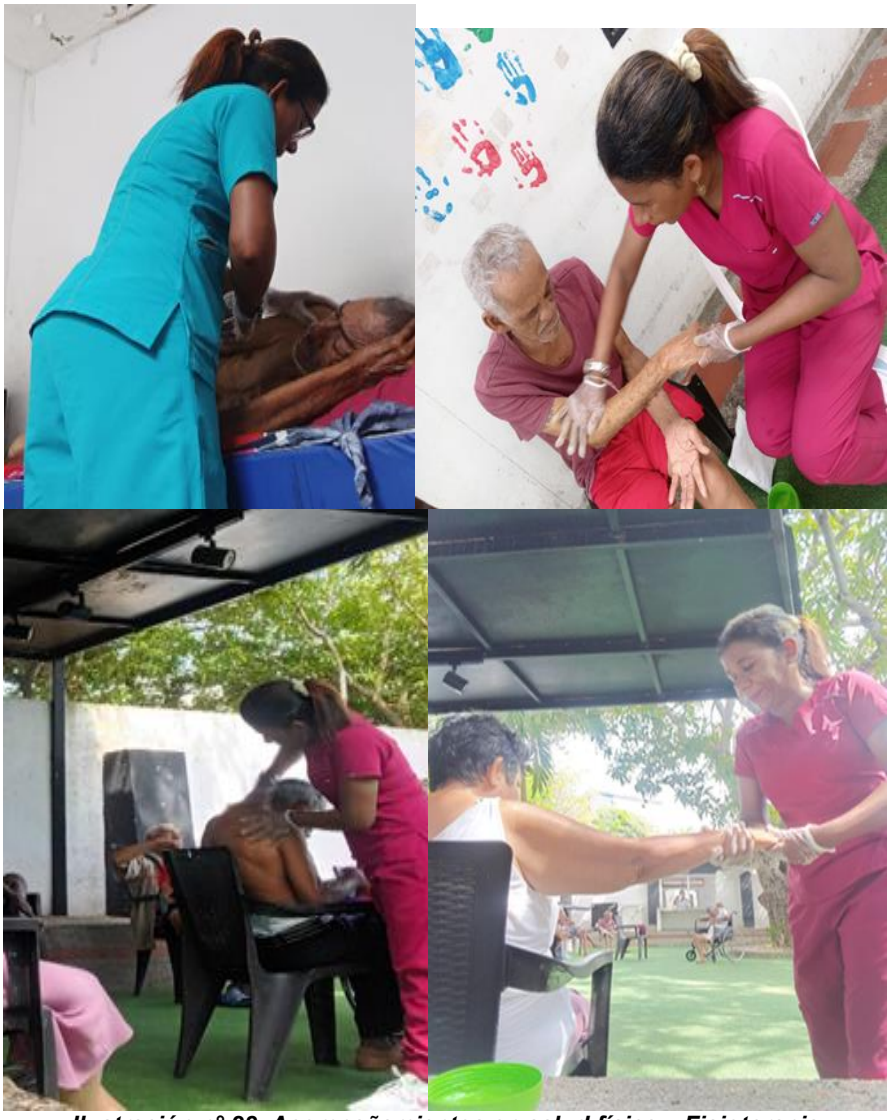


***Ilustración n° 28. Acompañamientos en salud física – Fisioterapia***