PRESTACION DE SERVICIOS DE APOYO A LA GESTIÓN PARA LA ATENCION INTEGRAL A LOS ADULTOS MAYORES EN CONDICIÓN DE VULNERABILIDAD Y/O ABANDONO EN LOS ASILOS EN EL DISTRITO ESPECIAL INDUSTRIAL Y PORTUARIO DE BARRANQUILLA

TUS ABUELOS BARRANQUILLA S.A.S

PROGRAMA ADULTO MAYOR

SECRETARÍA DE GESTIÓN SOCIAL

INFORME DE GESTIÓN

MAYO

VIGENCIA 2025

1. INTRODUCCIÓN

En atención a lo estipulado en el contrato vigente, se presenta un informe de gestión, cuya fecha límite de entrega es mayo de 2025. Este documento tiene como finalidad demostrar el cumplimiento del cronograma de actividades establecido en el plan de atención integral acordado por ambas partes.

Por tal motivo, el informe describe detalladamente las acciones llevadas a cabo por el equipo de trabajo en relación con las personas mayores asignadas al programa. Este equipo está encabezado por un profesional de la salud, cuya principal responsabilidad es responder a las necesidades físicas de los beneficiarios mediante controles médicos periódicos, fomentando el autocuidado y la adopción de hábitos de vida saludables. Asimismo, se brindan orientaciones en nutrición, asegurando una alimentación adecuada durante esta etapa de la vida. Tanto los beneficiarios como el personal encargado de la preparación de alimentos reciben formación sobre la importancia de una dieta equilibrada.

En cuanto al área psicológica, el profesional encargado desarrolla un plan que busca mejorar la convivencia dentro del Centro de Bienestar. A esto se suman las intervenciones del fisioterapeuta o especialista en salud física, quien ejecuta actividades como pausas activas, ejercicios grupales y valoraciones individuales, entre otras.

El coordinador operativo en salud y encargado de la gestión de la información también desempeña un rol fundamental, ya que se ocupa de la organización de la documentación necesaria y del fortalecimiento de los lazos afectivos entre los adultos mayores.

Todo este trabajo se documenta con información detallada, indicadores de desempeño y registros de novedades, con el objetivo de promover un envejecimiento activo y saludable desde una mirada interdisciplinaria, favoreciendo así una estancia digna y una mejor calidad de vida para cada uno de los usuarios.

Considerando que los beneficiarios son el centro de este proceso, es crucial comprender sus necesidades particulares para brindar una atención de calidad. Por ello, el Centro de Bienestar trabaja de forma constante en la identificación de los cambios individuales de cada persona.

Estas acciones resultan fundamentales tanto para comprender las demandas específicas de los adultos mayores residentes como para servir de instrumento en la evaluación de los servicios y productos ofrecidos durante el periodo evaluado.

2. OBJETIVOS

2.1 General:

Garantizar que cada beneficiario pueda permanecer en la comunidad durante el mayor tiempo posible, disfrutando de una vida digna y participativa, y manteniendo su salud en condiciones óptimas.

2.2 Específicos:

- Asegurar y fomentar la adopción de hábitos de vida saludables en las personas mayores.
- Evitar o retrasar la manifestación de enfermedades y las posibles discapacidades que puedan surgir como resultado de su progresión.
- Proporcionar una alimentación completa, equilibrada y segura para garantizar el bienestar nutricional de las personas mayores. Esto incluye suministrar alimentos suficientes y adecuados, así como realizar evaluaciones periódicas, seguimientos y brindar educación sobre nutrición para

mejorar sus hábitos alimenticios y su salud en general

- Llevar a cabo evaluaciones de salud en personas mayores para identificar sus capacidades y problemas médicos de manera funcional. Esto ayuda a crear planes de acción que abarquen actividades educativas, preventivas, de tratamiento y de rehabilitación para promover su bienestar general.
- Mejorar y mantener las habilidades básicas necesarias para la vida diaria de las personas mayores mediante ejercicios físicos, posturas adecuadas y actividades dirigidas a mejorar su funcionalidad.
- Implementar medidas para cuidar la salud mental que mejoren el bienestar de las personas mayores

que reciben beneficios.

- Realizar actividades recreativas para fortalecer las relaciones y vínculos afectivos entre los residentes, promoviendo una convivencia saludable y positiva.
- Garantizar el manejo adecuado de la documentación de las personas mayores desde su admisión
- Ayudar a mejorar la calidad de vida de las personas mayores proporcionándoles información sobre el proceso de envejecimiento desde una perspectiva social, con el objetivo de estimular y preservar sus capacidades.

3. METODOLOGÍA.

Las actividades en el Centro de Bienestar se planificaron teniendo en cuenta las necesidades y preferencias de los residentes, así como la evolución observada en el período anterior. Con esta información, se diseñaron actividades tanto individuales como grupales, adaptadas a las capacidades y gustos de cada residente, manteniendo la continuidad de lo previamente establecido. Durante la realización de estas actividades, se proporcionó apoyo y se fomentó la participación de cada persona, permitiéndoles tomar decisiones y expresar sus preferencias. Se creó un ambiente inclusivo y respetuoso, en el que todos los participantes se sintieron valorados y motivados a participar. Además, se ofrecieron opciones y flexibilidad en la ejecución de las actividades, asegurando que se ajustaran a las necesidades y preferencias cambiantes de cada residente. En resumen, las actividades se planificaron y ejecutaron de manera que todos los beneficiarios se sintieran atendidos, priorizando su bienestar y satisfacción en todos los servicios ofrecidos.

4. BENEFICIARIOS

La institución, comprometida con la protección de los más vulnerables y la reducción de la pobreza en el

Distrito de Barranquilla, admite al Centro de Bienestar a personas mayores que se encuentren en situaciones de vulnerabilidad, abandono, pobreza extrema o carezcan de apoyo familiar y no puedan satisfacer sus necesidades básicas de forma autónoma, con previa aprobación del Programa Adulto Mayor y cumpliendo con los requisitos establecidos. Una vez admitidos, se brinda un acompañamiento conjunto desde la coordinación y el profesional de Psicología, mediante un protocolo de admisión, para facilitar la adaptación del beneficiario al nuevo entorno y fortalecer los lazos de apoyo. La institución dispone de un total de 55 cupos, donde se ofrece una atención abarcan diferentes aspectos, como la salud física y funcional, la nutrición, la salud mental, el aprovechamiento del tiempo y las actividades recreativas, así como la gestión técnica, administrativa y el acceso a distintos servicios.

A partir del periodo contractual, se han atendido 55 personas mayores de sexo femenino y masculino. Cabe resaltar que en el periodo actual se atendieron 54 personas mayores.

5. LÍNEA BASE Y CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN.

Entender la composición demográfica del Centro de Bienestar es fundamental para comprender las necesidades individuales y únicas de cada una de las Personas Mayores. Esto permite diseñar un enfoque integral que abarque tanto el cuidado de la salud como el bienestar de todos los residentes. La población de personas mayores que reciben atención en el Centro de Bienestar está formada por 55 residentes; cabe resaltar que en el periodo actual se atendieron 54 personas mayore

VARIABLES		HOMBRE	MUJER	TOTAL
Género	**Número De Beneficiarios**	38	17	55
Condición de vulnerabilidad	**En condición de Discapacidad**	32	17	49
	Sisbén	14	7	21
	Red Unidos	0	0	0
	Cabeza De Hogar	38	17	55
	Víctimas De Violencia De Género	0	0	0
	Desplazados	0	0	0
	Inmigrantes	0	0	0
	Retornados de Venezuela	0	0	0
Etnia	**Afrodescendientes**	0	0	0
	Palenque	0	0	0
	Mujer Rural	0	0	0
	Campesino/a	0	0	0
	Rom	0	0	0
	Indígena	0	0	0
	Raizal	0	0	0
Localidad	**Riomar**	0	0	0
	Metropolitana	0	0	0
	Suroccidente	0	0	0
	Suroriente	0	0	0
	Norte Centro Histórico	38	17	55

6. COMPONENTES

6.1 Salud física y funcionalidad

6.1.1 Talleres de promoción de la salud y prevención de la enfermedad:

En el periodo actual se realizó un taller de este tipo titulado "Cuido mi Salud, Disfruto mi Vida", con el objetivo de promover el autocuidado y prevenir enfermedades comunes en la vejez, brindando herramientas prácticas y conocimientos básicos que ayuden a mejorar la salud y la calidad de vida de las personas mayores.

El taller se llevó a cabo en un ambiente participativo y cercano, dirigido por profesionales del área de la salud. Durante la sesión, se abordaron temas como la importancia de las visitas médicas regulares, la prevención de enfermedades crónicas (como hipertensión y diabetes), el valor de la actividad física diaria, el cuidado de la salud mental y la higiene personal.

Se utilizaron dinámicas grupales, juegos, preguntas y respuestas, y ejemplos de la vida cotidiana para facilitar la comprensión. Además, se entregaron folletos con recomendaciones clave para que los asistentes pudieran aplicarlas en su rutina diaria. La interacción constante permitió aclarar dudas y generar un espacio de confianza y aprendizaje.

Los participantes mostraron gran interés y disposición para adoptar hábitos más saludables. Se fortaleció el conocimiento sobre la prevención de enfermedades y muchos expresaron sentirse motivados a realizar pequeños cambios en su día a día, como caminar más, beber más agua o asistir con mayor frecuencia a sus controles médicos.

El taller cumplió su propósito de manera efectiva, dejando una huella positiva en los asistentes y reafirmando la importancia de seguir promoviendo espacios educativos que fortalezcan el autocuidado en la población adulta mayor.

6.1.2 Actividades y cuidados de enfermería.

Por el equipo de enfermería se agruparon a las personas mayores y teniendo en cuenta su grado de dependencia se observó lo siguiente:

- 54 personas mayores con control de signos vitales
- 7 personas mayores con control de glucometría
- 52 personas mayores con suministro de medicamentos
- 13 personas mayores con asistencia en alimentación
- 40 personas mayores con asistencia durante el baño
- 27 personas mayores con asistencia en movilización
- 3 personas mayores con curaciones
- 1 personas mayores hospitalizadas

6.1.3 Formaciones en autocuidado e higiene personal de la persona mayor

En el periodo actual se realizó un taller de este tipo titulado "Me Cuido, Me Siento Bien" con el objetivo de brindar a las personas mayores las herramientas y conocimientos necesarios para mantener una adecuada higiene personal y hábitos de autocuidado, promoviendo su independencia, bienestar y prevención de enfermedades.

La formación se llevó a cabo en una sesión práctica y participativa, guiada por profesionales del área de salud y cuidado personal. Se abordaron aspectos clave como la importancia del aseo diario, el cuidado de la piel, el lavado correcto de manos, el uso adecuado de productos de higiene, el cuidado de uñas, boca y pies, y la vestimenta adecuada según el clima.

También se enfatizó la relación entre el autocuidado y la autoestima, destacando cómo una buena higiene mejora el estado de ánimo y la calidad de vida. Se utilizaron materiales visuales, demostraciones prácticas y se entregaron kits de higiene básicos. Los participantes pudieron expresar dudas, compartir experiencias y aprender técnicas sencillas que pueden aplicar de forma autónoma o con apoyo, según su nivel de dependencia.

Esta formación buscó no solo enseñar, sino también motivar a cada persona a asumir un rol activo en el cuidado de su salud diaria; Como resultado los residentes se sintieron motivados manifestando el interés por el autocuidado.

6.1.4 Formación en los primeros auxilios a los beneficiarios

En el periodo actual se realizó un taller titulado "Saber Ayuda" con el objetivo de capacitar a las personas mayores residentes en el centro de bienestar en conocimientos básicos de primeros auxilios, para que reconozcan situaciones de emergencia y sepan cómo actuar de manera segura y oportuna ante accidentes comunes o malestares repentinos.

Este taller fue diseñado para abordar diversas situaciones de emergencia frecuentes en la vida diaria de las personas mayores, con un enfoque práctico y adaptado a sus capacidades. Entre los temas tratados se incluyeron:

- Prevención y actuación ante caídas, destacando la forma correcta de pedir ayuda y protegerse en caso de no poder levantarse.
- Reconocimiento de signos de alarma en situaciones como infartos, accidentes cerebrovasculares, deshidratación, hipoglucemia o crisis hipertensivas.
- Atragantamientos: cómo prevenirlos y qué hacer si ocurren durante la alimentación.
- Lesiones leves: limpieza y cuidado inicial de heridas, quemaduras o golpes.
- Manejo del botiquín básico: explicación de los elementos esenciales y cómo utilizarlos correctamente.
- Importancia de mantener la calma y pedir ayuda a tiempo, incluyendo el uso del timbre de emergencia o aviso al personal del centro.

Además, se reforzó el conocimiento sobre los protocolos internos del centro de bienetar en caso de emergencias, y se promovió el trabajo conjunto con cuidadores y compañeros, fortaleciendo el sentido de corresponsabilidad en la seguridad del entorno.
Se utilizaron demostraciones prácticas, material visual, simulaciones y ejercicios de memoria para reforzar lo aprendido.
Se observó un aumento en su nivel de conciencia sobre los riesgos cotidianos y en su capacidad para responder de manera adecuada ante ciertas emergencias.
El taller también ayudó a reducir el miedo o la inseguridad frente a estas situaciones, promoviendo la confianza en sí mismos y en el apoyo mutuo entre compañeros.

6.1.5 Rutinas grupales de acondicionamiento físico

Las rutinas grupales de acondicionamiento físico son ejercicios que se hacen en grupo para mover el cuerpo, mejorar la salud y mantenerse activos. Son guiadas por un profesional y se adaptan a lo que cada persona puede hacer. En el caso de personas mayores, incluyen movimientos suaves como caminar, estirarse o hacer juegos sencillos, ayudando a sentirse mejor y a compartir con otros.

En el periodo actual se realizaron 3 rutinas, a continuación en la siguiente tabla, se describe el titulo, objetivo, desarrollo, resultado y número de participantes:

RUTINAS GRUPALES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO				
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	**OBJETIVO**	**METODOLOGÍA**	**RESULTADO**	**# DE PARTICIPANTES**
Muévete con Energía	Mejorar la movilidad articular, la flexibilidad y la fuerza muscular de las personas mayores mediante una rutina guiada de ejercicios de estiramiento y acondicionamiento físico, utilizando colchonetas y bandas elásticas, con el fin de favorecer la autonomía funcional y prevenir la rigidez muscular; logrando que al menos 15 de los 18 participantes completen la rutina completa	La sesión fue dirigida por el fisioterapeuta del CDB. Participaron 18 personas mayores residentes del centro de bienestar. La actividad se desarrolló en un espacio amplio, con colchonetas distribuidas individualmente y bandas elásticas adaptadas al nivel físico de cada usuario. La rutina tuvo una duración de 45 minutos e incluyó: • Calentamiento articular (movilidad de cuello, hombros, caderas y rodillas). • Estiramientos dirigidos de tren superior e inferior con bandas elásticas. • Ejercicios de respiración y relajación al final de la sesión. Se acompañó con música suave y pausas para hidratación. La actividad fue supervisada en todo momento para garantizar la seguridad de los participantes.	De los 18 participantes: • 16 completaron la rutina sin necesidad de pausas adicionales. • 14 lograron aumentar su rango de movimiento en miembros superiores según la valoración inicial y final del día. • 10 participantes expresaron verbalmente sentir menos rigidez articular tras la actividad. • 18 manifestaron interés en repetir este tipo de sesiones. Los registros de seguimiento fisioterapéutico confirmaron mejoras leves pero	18

			significativas en movilidad y tolerancia al ejercicio en la mayoría de los participantes.	
Manos en Acción": Acondicionamiento Físico con Aros para Personas Mayores	Fortalecer la movilidad articular, la coordinación y el rango de movimiento de los miembros superiores en personas mayores, mediante una actividad grupal en silla, buscando que al menos 12 de los 16 participantes logren completar la secuencia de movimientos de manera continua y coordinada durante 3 rondas de la dinámica.	La actividad fue diseñada y dirigida por el fisioterapeuta del CDB. Participaron 16 personas mayores que fueron ubicadas en sillas organizadas en forma de fila, simulando un salón de clases. La dinámica consistió en pasar un aro plástico desde el frente hacia atrás, extendiendo los brazos por encima de la cabeza o lateralmente, según el nivel funcional de cada participante. Cada persona debía estirarse para recibir el aro, pasarlo por detrás del cuerpo y entregarlo a quien estaba en la silla posterior. Este ejercicio implicó movilidad de hombros, codos y muñecas, coordinación ojo-mano, y trabajo en equipo. Para fomentar la motivación, se incorporaron elementos lúdicos como música alegre de fondo, cambios de dirección en la pasada del aro, y pequeños retos como incorporar una pelota liviana al circuito en la segunda ronda. Se hicieron pausas activas entre rondas para hidratación y respiración consciente.	• 13 de los 16 participantes lograron completar las 3 rondas sin interrupciones. • 15 participantes mejoraron la fluidez del movimiento entre la primera y la última ronda, según observación directa del fisioterapeuta. • Todos los asistentes participaron de forma activa y mostraron disposición positiva, destacándose la cooperación y la risa compartida como parte del clima emocional generado. • 4 participantes comentaron espontáneamente que notaron mayor agilidad en los brazos al finalizar.	16
Círculo en Movimiento	Mejorar la movilidad articular, la flexibilidad y el tono muscular de los miembros superiores e inferiores en personas mayores, mediante una sesión de estiramientos dirigidos y asistidos, buscando que el 100$ participantes logren completar la rutina completa de estiramiento y manifiesten disminución en la rigidez muscular al finalizar la actividad.	En la actividad participaron 15 residentes. Las personas mayores fueron ubicadas en sillas formando un círculo amplio, lo que permitió fomentar el contacto visual, la motivación grupal y un ambiente de confianza y acompañamiento. El fisioterapeuta guió la actividad paso a paso, con instrucciones claras y adaptadas a las capacidades de cada participante. Se realizaron ejercicios de: • Movilidad articular de cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas y tobillos. • Estiramientos asistidos con ayuda del fisioterapeuta y del equipo de enfermería, en caso de limitaciones de movilidad. • Movimientos sincronizados del tren superior (brazos y tronco), acompañados de respiración profunda para favorecer la oxigenación y la concentración. • Se utilizaron paños elásticos, pelotas pequeñas y bastones livianos para facilitar el trabajo de extensión y flexión. Además, se integraron elementos motivacionales como música instrumental suave, dinámicas de ritmo, y ejercicios respiratorios al final de la sesión para	• 13 de los 15 participantes completaron la rutina de estiramientos sin pausas fuera de lo programado. • 12 personas expresaron sentirse "más sueltas" o con menor rigidez al terminar la sesión. • Se observó mejora en la coordinación de movimientos en al menos 10 participantes entre el inicio y el cierre de la actividad. • Se identificaron 3 usuarios que requerirán continuidad con estiramientos asistidos individuales para potenciar su progreso.	15

		cerrar con una fase de relajación y conexión corporal.		

6.1.6 Pausas activas

Durante este periodo se realizaron 30 sesiones de pausas activas, guiadas por el fisioterapeuta del Centro de Bienestar y un equipo de estudiantes de fisioterapia de la universidad Simón Bolivar. Estuvieron enfocadas en los residentes e incluyeron ejercicios suaves de movilidad, activación muscular y respiración consciente. Cada sesión duró entre 15 y 20 minutos y se llevó a cabo en espacios seguros, favoreciendo la postura y el bienestar general.

6.1.7 Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad y bienestar físico

En el periodo actual se desarrolló un taller de este tipo titulado "Me Muevo Mejor" con el objetivo de estimular y conservar las capacidades físicas de las personas mayores mediante ejercicios suaves que favorezcan la movilidad, el equilibrio y la fuerza.

La actividad fue dirigida por el fisioterapeuta en un espacio amplio y seguro. Los participantes realizaron ejercicios de movilidad articular, estiramientos y equilibrio, combinados con respiración controlada y pausas activas. Se usaron sillas, pelotas y bandas elásticas como apoyo.

Los participantes mostraron mejor disposición física, mayor agilidad en movimientos cotidianos y buena participación durante la sesión. Se evidenció un estado anímico positivo y se promovió el mantenimiento de la autonomía funcional.

7. Nutrición

7.1.1 Acompañamientos nutricionales a las personas mayores con malnutrición o desnutrición:

En el periodo actual se realizaron 13 acompañamientos nutricionales donde se evidenciaron los siguientes hallazgos:

- 1 personas mayores en desnutrición leve
- 1 desnutrición severa
- 3 peso normal
- 2 obesidad I
- 6 peso insuficiente

A las personas que se encontraron en desnutrición o malnutrición se estableció el siguiente plan de trabajo:

- Vigilancia estricta por parte del personal de enfermería durante los horarios de alimentación correspondientes a las tres comidas principales y las meriendas.

- Monitoreo nutricional con periodicidad bimestral, o mensual en caso de riesgo nutricional, con el fin de identificar pérdidas ponderales significativas.
- Inclusión de actividades de estimulación motriz, en coordinación con el servicio de fisioterapia, especialmente en usuarios que hayan presentado disminución de peso.
- Incremento progresivo de la ingesta de carbohidratos complejos, previa evaluación de la tolerancia individual del adulto mayor.
- Incorporación de meriendas nutricionalmente reforzadas, tales como batidos hipercalóricos o coladas enriquecidas.
- Gestión ante la Entidad Promotora de Salud (EPS) para la prescripción y suministro de suplementos nutricionales especializado.

7.1.2 Seguimiento de ciclos de minuta:

Durante este periodo se realizó una reunión interdisciplinaria con la presencia del representante legal, el nutricionista y el encargado de abastecimiento alimentario. A partir de los resultados de las encuestas de satisfacción y el seguimiento nutricional individual, se estableció un plan de acción para atender casos de malnutrición o bajo peso en personas mayores.

Se identificó que la mayoría de los residentes con bajo peso presentan deterioro cognitivo avanzado, dependencia total para las actividades diarias, edentulismo parcial o total y reciben medicamentos que pueden disminuir el apetito y provocar pérdida de peso. Por este motivo, se recordó al personal asistencial la importancia de rondar de forma constante que los residentes consuman la totalidad de sus alimentos cada día.

7.1.3 Raciones Alimentarias

En el periodo de mayo, se brindó una alimentación completa y saludable a los residentes del Centro de Bienestar cubriendo las necesidades nutricionales de las personas mayores, reportando un aprovechamiento del 99,7% del servicio de alimentación en los beneficiarios activos, correspondientes 8370 **raciones servidas** y 8353 **consumidas**, como se puede observar en la siguiente tabla.

APROVECHAMIENTO DE RACIONES ALIMENTARIAS	
RACIONES MAYO	**RACIONES ACUMULADAS**

Raciones Servidas	Raciones Consumidas	% De Aprovecha Miento	Raciones Servidas	Raciones Consumidas	% De Aprovecha Miento
8370	8353	98%	14330	**14173**	98,8%

7.1.4 Aceptación de menús por parte de los beneficiarios

En el Centro de Bienestar se aplicaron encuestas de satisfacción alimentaria dirigidas a las personas mayores, evidenciándose una alta aceptación general del servicio de alimentación. No obstante, se recibieron sugerencias por parte de los residentes respecto a la inclusión de preparaciones tradicionales que contienen alto contenido graso.

Dicha información fue socializada durante una reunión interdisciplinaria con la profesional en nutrición, en la cual se analizó la viabilidad de incorporar estas solicitudes al menú institucional. Como resultado, se propuso realizar ajustes en las recetas sugeridas, priorizando técnicas de cocción saludables y sustitución de ingredientes, con el objetivo de preservar el valor cultural de los platos sin comprometer el estado nutricional ni la condición clínica de los beneficiarios.

7.1.5 Talleres nutricionales a los beneficiarios:

En el periodo actual se realizó un taller nutricional dirigido a los beneficiarios, titulado "Plato saludable de la familia Colombiana y su influencia en las personas mayores", con el objetivo de Recordar los seis grupos de alimentos que debemos consumir y la importancia de una alimentación saludable que contribuyen al bienestar nutricional y a la prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación.

Se desarrolló una actividad educativa cuyo objetivo fue sensibilizar a las personas mayores sobre la importancia de una alimentación equilibrada. Para ello, se presentó un video explicativo que introdujo la temática y, posteriormente, se utilizó material educativo complementario para explicar de manera clara el orden y clasificación de los grupos de alimentos, así como la relevancia de incluir cada uno de ellos en su dieta diaria.

Como resultado, las personas mayores se vieron receptivos y participativos en la actividad.

7.1.6 Talleres formativo dirigido al manipulador de alimentos:

En el periodo actual se realizó un taller de este tipo titulado "Definición, características y cumplimiento de minuta", con el objetivo de capacitar al personal de manipulación sobre la definición de que es una minuta, conocer el gramaje sobre las necesidades nutricionales de una

persona mayor y así dar cumplimiento de acuerdo con lo establecido en la minuta patrón.
La sesión formativa fue liderada por la profesional en nutrición del Centro de Bienestar. Se inició con una presentación teórica sobre la definición de minuta, su función dentro del sistema de alimentación institucional y su papel en la garantía del aporte nutricional adecuado para personas mayores.
Se abordaron temas como:

- El cálculo de porciones y gramajes según los grupos de alimentos.
- La adecuación del menú diario conforme a la minuta patrón institucional.
- La importancia de respetar las frecuencias de consumo y métodos de cocción establecidos.
- Ejemplos prácticos con revisión de registros de menús actuales.

La actividad se apoyó con material audiovisual y guías impresas para facilitar la comprensión, finalizando con una dinámica de preguntas y respuestas.

Participaron 2 manipuladores de alimentos, quienes manifestaron una comprensión más clara del concepto y aplicación de la minuta. Se evidenció un mejor manejo de los gramajes requeridos y de las combinaciones adecuadas de alimentos según lo establecido en el plan alimentario. Como resultado, se fortaleció el cumplimiento técnico del servicio de alimentación, contribuyendo a mantener el estado nutricional y la salud de los residentes del Centro.

8. Salud mental Aprovechamiento del tiempo de ocio y recreación:

8.1 Acompañamiento psicosocial de oficio a la persona mayor que lo requiera:
Durante el periodo actual, se llevó a cabo un acompañamiento psicosocial constante a las personas mayores residentes en el Centro de Bienestar, con el propósito de promover una convivencia armónica en el entorno institucional. Esta intervención estuvo orientada a fortalecer las relaciones interpersonales, fomentar el respeto mutuo y facilitar la adaptación a la vida en comunidad, reconociendo que la diversidad de trayectorias personales, hábitos y costumbres puede generar desafíos en la dinámica colectiva.
Asimismo, se realizó seguimiento individualizado a aquellos residentes con diagnóstico de salud mental, con énfasis en la adherencia terapéutica a los tratamientos psiquiátricos prescritos. Este proceso incluyó la verificación de la toma oportuna de medicamentos, el monitoreo de efectos secundarios y la articulación con el equipo interdisciplinario para ajustar intervenciones según el estado clínico de cada usuario.
Todas estas acciones están alineadas con el objetivo institucional de garantizar un proceso de envejecimiento activo, saludable y digno, entendiendo que la calidad de vida en esta etapa requiere tanto del cuidado físico como del bienestar emocional y social. En este sentido, el equipo psicosocial

continúa promoviendo espacios de diálogo, apoyo emocional y fortalecimiento de redes internas, velando por el respeto a la individualidad dentro de un contexto colectivo.

8.1.3 Talleres y/o actividades de promoción de la salud mental

En el periodo actual se realizó un taller titulado "Cultiva la empatía, mejorando cada día", con el objetivo de fortalecer la salud mental de las personas mayores residentes mediante el desarrollo de habilidades emocionales y sociales que promuevan un ambiente de armonía, empatía y sana convivencia en el entorno institucional.

La estrategia fue liderada por el profesional en psicología del Centro de Bienestar y consistió en encuentros grupales orientados a la promoción del bienestar emocional y la prevención de alteraciones del estado de ánimo asociadas a la convivencia.

Las sesiones incluyeron actividades psicoeducativas enfocadas en:

- La identificación y expresión saludable de emociones.
- El reconocimiento de los factores estresores comunes en la vida institucional.
- Técnicas de regulación emocional y comunicación asertiva.
- Estrategias prácticas para resolver conflictos cotidianos de forma no violenta.

El abordaje terapéutico fue adaptado a las condiciones cognitivas de los participantes, favoreciendo la participación mediante dinámicas de grupo, ejercicios de relajación y espacios de escucha individual. El enfoque se centró en el respeto a la individualidad y el fortalecimiento de la autoestima, aspectos fundamentales para mantener la salud mental en la vejez.

8.1.4 Talleres y/o actividades de promoción de la estimulación cognitiva:

En el periodo actual se desarrolló un taller de este tipo titulado " Eres un ser digno de respeto", con el objetivo de brindar herramientas que permitan poner en práctica el respeto hacia los demás, entender que se es digno por el simple hecho de ser persona.

La actividad se llevó a cabo en sesiones grupales facilitadas por el equipo psicosocial del Centro de Bienestar. Se utilizó una combinación de dinámicas participativas, ejercicios de reflexión y materiales visuales para promover la comprensión del concepto de dignidad y respeto tanto hacia uno mismo como hacia los demás.

Se incentivó a los participantes a compartir experiencias personales relacionadas con el respeto y la valoración propia, fomentando un ambiente de escucha activa y empatía. Además, se integraron ejercicios de estimulación cognitiva, como actividades de memoria, atención y lenguaje, diseñadas para fortalecer las funciones cognitivas mientras se abordaban temas de autoestima y respeto.

Durante la sesión, se hizo énfasis en que la dignidad es inherente a cada persona, independientemente de su edad o condición, y se proporcionaron herramientas prácticas para

manifestar respeto en la convivencia diaria, reforzando así el bienestar emocional y social.

Participaron 18 personas mayores, quienes mostraron un aumento en la conciencia sobre su valor personal y la importancia del respeto mutuo. Se observó una mayor interacción positiva y expresiones de autocuidado y autoestima durante y después de la actividad. Además, las tareas de estimulación cognitiva lograron captar la atención y participación del grupo, evidenciando beneficios en la concentración y el recuerdo. La intervención contribuyó a mejorar el clima emocional del grupo, fortaleciendo factores protectores de la salud mental y promoviendo un envejecimiento más saludable y digno.

8.1.5 Acompañamiento a la reincorporación al núcleo familiar o red de apoyo

Durante el periodo actual, se registraron visitas de familiares y personas del círculo cercano de algunos residentes del Centro de Bienestar. Para asegurar un adecuado control y trazabilidad, cada ingreso fue registrado en el formato institucional de visitas por residente, donde se anotan datos como la fecha, nombre completo del visitante, número telefónico y dirección de residencia, garantizando el cumplimiento de los protocolos de seguridad y seguimiento establecidos.

9. Aprovechamiento del tiempo y recreación

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

En el periodo actual se realizó un taller titulado Colores que Inspiran: Pintura Libre para el Envejecimiento Activo, con el objetivo de fomentar la expresión creativa y el bienestar emocional en las personas mayores a través de la pintura libre, promoviendo el aprovechamiento positivo del tiempo libre y contribuyendo al envejecimiento activo.

La actividad se realizó en un espacio cómodo y adaptado, donde se proporcionaron materiales variados para pintura (acrílicos, acuarelas, pinceles y papel). Los participantes tuvieron la libertad de elegir los colores y temas a plasmar, incentivando la creatividad y la autoexpresión sin restricciones. Durante la sesión, el facilitador brindó acompañamiento y estímulo, promoviendo la relajación y el intercambio verbal sobre las obras, lo que favoreció la interacción social y el refuerzo de la autoestima.

Se registró la participación de 18 personas mayores, quienes demostraron interés y disfrute en el proceso creativo. La actividad contribuyó a mejorar la concentración, la motricidad fina y el estado anímico, evidenciando un ambiente de satisfacción y tranquilidad. Además, se fortalecieron las habilidades sociales y el sentido de pertenencia al grupo, aspectos fundamentales para un envejecimiento saludable y activo.

9.1.2 Actividades recreativas y culturales realizadas dentro y/o fuera de las instalaciones que propendan por envejecimiento activo.

Durante el periodo en curso, se llevó a cabo una actividad recreativa institucional titulada "Bingo de la Madre", cuyo objetivo fue conmemorar de manera cálida y familiar el Día de la Madre. La actividad consistió en un bingo dinámico y participativo, que incluyó momentos de interacción social y expresión corporal mediante baile, promoviendo la integración y el bienestar emocional de los participantes.

Asimismo, se compartió una merienda saludable que facilitó un ambiente ameno y de convivencia afectiva entre los residentes, fortaleciendo los lazos comunitarios y el sentido de pertenencia dentro del centro. Esta iniciativa contribuyó a la mejora de la calidad de vida y al fomento de experiencias significativas en el proceso de envejecimiento activo.

10. Gestiones técnicas, administrativas y de acceso a servicios

10.1.1 Gestiones documentales requeridas por los beneficiarios

En el Centro de Bienestar se aseguró el seguimiento constante y sistemático de las necesidades individuales de las personas mayores. Para tal fin, se implementó una gestión documental integral que abarcó a toda la población activa, mediante el registro y monitoreo detallado del estado clínico y funcional de cada residente. Este proceso permitió la planificación y ejecución oportuna de intervenciones específicas, garantizando así la protección y el respeto de los derechos fundamentales de los usuarios institucionalizados.

En este mes se ejecutaron 54 gestiones documentales, referentes a la revisión del estado de las cedulas, en la página RNEC | Certificación de Estado de Cédula en linea (registraduria.gov.co) y por otra parte 54 relacionadas con su EPS (reclamo de medicamentos, pañales, cumplimiento de citas médicas, entre otros.)

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

Durante el periodo evaluado, se realizaron gestiones administrativas y asistenciales ante las EPS correspondientes para garantizar la continuidad y oportunidad en la atención integral en salud de los beneficiarios. Se gestionó la dispensación de medicamentos, incluyendo los de control especial, y suplementos nutricionales prescritos para el mantenimiento del estado nutricional en personas mayores con diagnósticos específicos.

Asimismo, se coordinó la entrega oportuna de insumos no farmacológicos, como pañales y dispositivos médicos, según las necesidades individuales identificadas en las valoraciones médicas.

10.1.3 Capacitación al talento humano sobre la prevención al maltrato de la persona mayor:

En el periodo actual se realizó una capacitación de este tipo titulado "Capacitación para cuidadores

de personas mayores en situación de vulnerabilidad y abandono", con el objetivo de brindar herramientas técnicas y emocionales a los cuidadores para mejorar la calidad de atención y bienestar integral de personas mayores vulnerables y en situación de abandono.

Se desarrolló un taller presencial estructurado en sesiones teórico-prácticas, donde se abordaron temas como el reconocimiento de necesidades básicas y emocionales, técnicas de cuidado personal, manejo de situaciones de abandono, y estrategias para promover la dignidad y el respeto hacia los adultos mayores. Se utilizaron recursos didácticos como presentaciones audiovisuales, casos prácticos, dinámicas grupales y espacios de reflexión para favorecer la participación y el aprendizaje significativo.

Participaron 10 cuidadores, quienes evidenciaron una mejora en sus conocimientos y habilidades para atender a personas mayores vulnerables. Se observó un aumento en la capacidad para identificar signos de abandono y aplicar técnicas adecuadas de cuidado, así como un fortalecimiento en la empatía y la comunicación efectiva, contribuyendo a un entorno de mayor respeto y bienestar para los beneficiarios.

11. Avances

ACTIVIDAD	INDICADOR	META	AVANCE	MESES DE EJECUCIÓN					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%	X	X	X	X	Medico	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos
Tamizaje Inicial	Tamizajes iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	100%	100%	100%	X	X	X	X	Nutricionista	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, 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%	X	X	X	X	Nutricionista	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, 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%	X	X	X	X	Psicología	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos
Valoración inicial salud física	% de valoraciones iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	100%	100%	100%	X	X	X	X	Fisioterapeuta	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos
Valoración final Medicina	% de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	Medico	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos.
Tamizaje final	% de tamizaje final realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	Nutricionista	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, 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%	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	Nutricionista	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos.
Valoración final psicología	% de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	Psicóloga	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos.
Valoración final fisioterapia	% de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	Fisioterapeuta	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, 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	N/A	N/A	N/A	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%	N/A	N/A	N/A	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	N/A	N/A	N/A	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	N/A	N/A	N/A	Enfermería	Cronograma de actividades listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Rutinas grupales de acondicionamiento físico	No. de rutinas realizadas	15	6	3	3	N/A	N/A	N/A	Fisioterapeuta	Cronograma de actividades listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Pausas Activas	No. de pausas activas realizadas	150	60	30	30	N/A	N/A	N/A	Fisioterapeuta	Listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad	No. de actividades realizadas	5	2	1	1	N/A	N/A	N/A	Fisioterapeuta	Cronograma de actividades listados de asistencia, evidencias fotográficas.

NUTRICIÓN										
Acompañamientos nutricionales a las personas mayores con malnutrición o desnutrición	% de acompañamientos	100%	100%	100%	100%	N/A	N/A	N/A	Nutricionista	Formato de seguimiento, registros fotográficos, bases de datos
Diseño de minutas	No. de ciclo de minutas	3	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	N/A	N/A	N/A	Nutricionista	Acta de reuniones y encuestas de satisfacción
Aceptación de los menús por parte de los residentes	% de aceptación de menús	95%	95%	95%	95%	N/A	N/A	N/A	Nutricionista	Encuestas de satisfacción, registros fotográficos
Talleres nutricionales a los beneficiarios	No. talleres realizados	5	2	1	1	N/A	N/A	N/A	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	N/A	N/A	N/A	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%	100%	100%	100%	N/A	N/A	N/A	Psicóloga	Expediente, actas, registros fotográficos
Proceso de adaptación a los beneficiarios	% de personas de adaptación contemplados	100%	100%	100%	100%	N/A	N/A	N/A	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	N/A	N/A	N/A	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	N/A	N/A	N/A	Psicología	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
Acompañamiento a la reincorporación al núcleo familiar o red de apoyo	% de acompañamientos de reincorporación realizadas	100%	100%	100%	100%	N/A	N/A	N/A	Trabajo Social	Expediente de visitas, entrevistas con familiares o 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	N/A	N/A	N/A	Dirección Técnica	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	N/A	N/A	N/A	Dirección Técnica	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%	100%	100%	100%	N/A	N/A	N/A	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%	100%	100%	100%	N/A	N/A	N/A	Dirección Técnica	Correos, citas gestionadas, ordenes medicas
Capacitación al Talento Humano sobre prevención al maltrato y cuidados de la persona mayor	No. de actividades realizadas	5	2	1	1	N/A	N/A	N/A	Dirección Técnica	Plan de capacitaciones, lista de asistencia

13. Anexos




Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad




Cuidados de enfermería





Formaciones en autocuidado e higiene personal de la persona mayor.





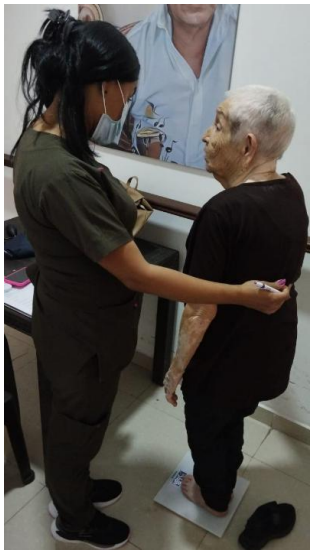
Rutinas grupales de acondicionamiento físico

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



Pausas activas

- Nutrición

Acompañamiento nutricional




Aceptación de menús por parte de los beneficiarios – Encuestas de satisfacción





Taller nutricional a los beneficiarios



Taller formativo al manipulador de alimentos

- Salud mental:





Acompañamiento psicosocial



Talleres y/o actividades de la salud mental





Taller de promoción de actividades de estimulación cognitiva

- Aprovechamiento del tiempo y recreación





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





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