



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

# **INFORME CUALITATIVO POR ÁREA DE INTERVENCIÓN**

**CENTRO VIDA  
MARMATO – LA ISLA  
CONVENIO No. 2504010583**

**MAYO 2025**



**ÁREA:** Dirección y Coordinación

**Nombre:** Alejandra Ospina Sepúlveda

**Fecha:** 31 de mayo 2025

### **Objetivo**

Coordinar, programar y ejecutar las actividades del grupo de trabajo y de los adultos mayores inscritos al programa con el fin de dar cumplimiento a las obligaciones pactadas en el convenio del Centro Vida Marmato – La Isla.

### **Tema**

- Participación en reunión técnica y de Equipo de trabajo con la Fundación Newman.
- Apoyo al equipo interdisciplinario en el seguimiento constante, con el fin de verificar la asistencia y garantizar la participación activa de los asistentes.
- Apoyo en la solicitud de materiales e insumos necesarios para el desarrollo de las actividades.
- Planear junto al equipo interdisciplinario la adecuación, programación y decoración del espacio para la celebración del día de la madre
- Recolección y organización de la documentación requerida.
- Asistencia y supervisión del proceso de alimentación de las Personas mayores.
- Reunión Técnica con la ingeniera de alimentos sobre la verificación del servicio de alimentación e identificación de aspectos de mejora
- Planear junto con la ingeniera de alimentos cronograma para la capacitación del curso de manipulación de alimentos con el personal idóneo.
- Revisión de formatos del Plan de Saneamiento y el Manual de Buenas Prácticas de Manufactura (BPM).
- Gestión de alianzas para fortalecer los procesos de atención y ampliar la red de apoyo, con entidades como Banco de Alimentos, Cruz Roja Colombiana, Plan de Intervenciones Colectivas (PIC) en salud, secretaria de la mujer, grupos y organizaciones sociales para actividades de recreación, atención integral y capacitación.
- Planeación y ejecución de las actividades generales junto con el equipo interdisciplinario para la población mayor.
- Supervisar, revisar y mantener actualizado el archivo digital institucional (Drive).
- Atender y acompañar visitas de seguimiento por parte del equipo de trabajo.
- Revisar y corregir informes elaborados por los profesionales del equipo.
- Revisión de valoraciones iniciales y formatos de seguimiento.



## METODOLOGÍA

Durante el mes de mayo se brindó atención a 98 adultos mayores inscritos, los cuales cumplen con los requisitos del listado censal; cada uno cuenta con la ficha de inscripción, fotocopia de la cédula, Sisbén IV; es importante mencionar que 2 adultas mayores se retiraron del programa, el 30 abril del 2025 e ingresaron 2 adultos mayores nuevos el 1 de mayo como se relaciona a continuación:

| RETIRADOS                                   | FECHA DE RETIRO      | MOTIVO DE RETIRO           | INGRESO NUEVOS           | CEDULA   | FECHA DE INGRESO   |
|---------------------------------------------|----------------------|----------------------------|--------------------------|----------|--------------------|
| María Bertilda Betancourt Ceballos 24330272 | 30 De abril Del 2025 | Motivos Familiares         | Castaño Darío            | 10231427 | 1 De mayo Del 2025 |
| Leonel Giraldo Cardona 1192249              | 30 De abril Del 2025 | Institucionalización Hogar | Castañeda Agudelo Leonel | 4304445  | 1 De mayo Del 2025 |

De los adultos inscritos, 94 se encuentran asistiendo de manera presencial y contamos con cuatro adultos que se encuentran en seguimiento a través de visitas domiciliarias por parte del equipo profesional, con el objetivo de dar continuidad a su proceso de atención integral, ya que, aunque algunos de ellos han tenido dificultades para asistir de manera regular debido a intervenciones quirúrgicas y quebrantos de salud —incluyendo un caso asociado a enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC)—, estas situaciones no han representado un impedimento para mantener el acompañamiento profesional ni para garantizar la entrega oportuna de sus complementos alimentarios.

| NOMBRE Y CEDULA                                 | ATENCIÓN DOMICILIARIA |
|-------------------------------------------------|-----------------------|
| William Rojas Loaiza<br>C.C. 7525190            | 19 al 30 de Mayo      |
| Sara Rosa Buriticá De Patiño<br>C.C. 28764013   | 26 al 30 de Mayo      |
| Hoyos De Londoño Melva<br>C.C. 24343345         | 12 al 30 de Mayo      |
| Gaviria De Llanos María Edilma<br>C.C. 30275842 | 9 al 30 de Mayo       |

Con el fin de brindar una atención integral a los adultos mayores, se realizaron modificaciones en las rutas, para tener mayor beneficio para las personas mayores pertenecientes al programa; las rutas continúan iniciando en los siguientes sectores: Mercaldas La Fuente y Chipre Calle 12 # 19-11.



Se modificaron los grupos de los adultos mayores y se actualizó la lista de ingresos; teniendo en cuenta que hay nuevos beneficiarios. También se realizó el cronograma de rutas, es importante mencionar que cada ruta va acompañada por un monitor, mismo que debe ser un profesional del centro vida.

| CRONOGRAMA RUTA                   |           |           |
|-----------------------------------|-----------|-----------|
| SEMANA                            | RUTA 1    | RUTA 2    |
| 12 MAYO - 16 MAYO                 | CAMILA    | JENNI     |
| 19 MAYO - 23 MAYO                 | ANGELICA  | VALENTINA |
| 26 MAYO - 30 MAYO                 | DIANA     | LEIDY     |
| 03 JUNIO - 06 JUNIO               | LILIANA   | CAMILA    |
| 09 JUNIO - 13 JUNIO               | JENNI     | ANGELICA  |
| 16 JUNIO - 20 JUNIO               | VALENTINA | LEIDY     |
| 24 JUNIO - 27 JUNIO               | DIANA     | LILIANA   |
| RUTA 1 - LA FUENTE CONDUCTOR TITO |           |           |
| RUTA 2 - CHIPRE CONDUCTOR LUIS    |           |           |

Se solicitó el planeador por parte de las diferentes áreas, solicitando el material necesario para realizar las actividades en todo el periodo de atención; con dicha información se solicitaron los materiales para el periodo de atención (Resmas de hojas, colores, vinilos, lijas, cinta, colón, silicona, fomi, cartulina, libros foliados, cuadernos, plastilina, lapiceros, marcadores, entre otros).

Se llevó a cabo reunión del equipo de trabajo, cuya acta se anexa a continuación:

### REUNION DE EQUIPO INTERDISCIPLINARO

#### ACTA 002

|                        |                               |                              |          |
|------------------------|-------------------------------|------------------------------|----------|
| <b>Fecha:</b>          | Manizales, 19 de mayo de 2025 |                              |          |
| <b>Hora de inicio:</b> | 09:00 am                      | <b>Hora de finalización:</b> | 10:30 am |
| <b>Lugar:</b>          | Centro Vida Marmato - La Isla |                              |          |

#### ORDEN DEL DÍA

1. Verificación de asistentes
2. Estudio de Casos y compromisos
3. Programación de Actividades mes de junio
4. Capacitación directora Fundación Newman



El día 19 de mayo del 2025 a las 9:00 a.m. se reúne el personal que integra el equipo de trabajo del Centro Vida Marmato La Isla, convocados por la directora de la fundación, Carolina Parra y la directora del programa, Alejandra Ospina Sepúlveda, procediendo con la verificación de asistencia del personal.

Se informan desde los diferentes componentes los siguientes casos a tratar y se dejan, compromisos y responsables.

| <b>Nombre del beneficiario</b>         | <b>Novedad identificada</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Área(s) responsable(s)</b>             |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| <b>Hernando Jaramillo</b>              | Se citó al grupo familiar desde el área social para firmar compromisos referentes al manual de convivencia, desde enfermería se hace seguimiento para gestionar citas médicas y exámenes de próstata.<br><i>La familia se compromete a acompañar al usuario a consulta médica para la formulación de medicamentos psiquiátricos.</i>   | Área Social / Área de Enfermería          |
| <b>María Reinalda Quintero</b>         | Se citó a la familia para conocer a fondo su estado de salud, ya que no contaba con historia clínica ni medicamentos. La familia se compromete a hacer seguimiento, la familia informa que la adulta mayor vive sola, como familia están buscando institucionalizarla por lo anterior solicitan apoyo del centro vida en este proceso. | Área Social y Psicología                  |
| <b>Amparo Carvajal Martínez</b>        | Se identificó que está consumiendo los sobrados de otros usuarios, lo cual le provocó una indigestión. Se solicita vigilancia especial durante los horarios de alimentación.                                                                                                                                                           | Equipo General (en especial alimentación) |
| <b>Martha Lucía Arango</b>             | Psicología identifica depresión severa en valoración inicial. Enfermería informa que ya tiene diagnóstico previo y se encuentra medicada, se requiere intervención psicológica permanente, se hace llamado al equipo para estar atentos.                                                                                               | Área de Psicología / Área de Enfermería   |
| <b>Francisco Javier Jiménez García</b> | Se reconoce el avance positivo en su aseo personal, gracias al acompañamiento realizado desde las diferentes áreas.                                                                                                                                                                                                                    | Equipo Interdisciplinario                 |



¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

| Nombre del beneficiario     | Novedad identificada                                                                                                                                             | Área(s) responsable(s)           |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| <b>Clímaco Ocampo López</b> | Usuario con diagnóstico de Alzheimer, se ha logrado una vinculación activa a las actividades, mostrando avances significativos en su proceso.                    | Equipo Interdisciplinario        |
| <b>Gloria Arias Naranjo</b> | Desde el área social se solicita acompañamiento desde psicología para el manejo del duelo, ya que presenta llanto frecuente por la pérdida reciente de su madre. | Área Social / Área de Psicología |

Para el mes de junio se tiene programada la celebración del Día del Padre en el centro vida, con el objetivo de homenajear a los beneficiarios en esta fecha especial, durante la reunión de equipo se deja como compromiso la gestión de la orquesta del Batallón Ayacucho como parte del componente cultural y recreativo de la jornada.

Desde el área de manualidades, se asumió el compromiso de diseñar y elaborar los detalles conmemorativos que serán entregados a los usuarios. Asimismo, el equipo interdisciplinario definió la decoración, la cual será instalada durante la primera semana de junio.

Durante el mes de mayo, se prevé coordinar y ajustar las actividades restantes para asegurar el desarrollo exitoso del evento.

Finalmente se realizó una jornada de capacitación con los profesionales del Centro Vida, dicha actividad fue liderada por la directora de la Fundación Newman, con la finalidad de socializar temas importantes para el desarrollo del programa; explicó qué es un centro vida, estrategias para el óptimo funcionamiento, socializó los componentes misionales y resolvió dudas e inquietudes.



¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!

[www.fundacionnewman.com](http://www.fundacionnewman.com)

#### REUNION EQUIPO DE TRABAJO

FECHA: 19 de mayo del 2025

| NOMBRE                  | CARGO                  | FIRMA                     |
|-------------------------|------------------------|---------------------------|
| Clara Bendaña           | Asesor de Gerencia     | Clara Bendaña             |
| Martha Liliana Muñoz R  | Laborterapia           | Martha Liliana Muñoz R    |
| Valentina Ospina        | Psicóloga              | Valentina O               |
| Jenny Hernandez         | Auxiliar de enfermería | Jenny Hernandez           |
| Maria Camila Ocampo     | Fisioterapeuta         | M <sup>ra</sup> Camila O. |
| Diana Carolina Buitrago | Auxiliar de enfermería | Diana Carolina B.         |
| Angelica Iodino         | Ed. Física             | Angelica Iodino           |
| Lidy Romero             | Trabajo Social         | Lidy Romero               |
| Alejandra Ospina S      | Coordinadora           | Alejandra Ospina S        |





**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

## **ACTIVIDADES GENERALES Y ARTICULACIONES**

### **Articulación secretaria de la Mujer para capacitación sobre violencias y rutas de atención:**

Se gestionó, ante la Secretaría de la Mujer, una articulación interinstitucional con el fin de programar una capacitación dirigida a los beneficiarios del centro vida y el personal, prevista para el mes de junio. Esta jornada estará enfocada en la prevención de las violencias y la socialización de las rutas de atención disponibles ante posibles casos que se presenten en la población mayor. La actividad quedó programada para el día 26 de junio del 2025 de 9:00 a.m. a 10:15 a.m.

### **Convenio con el CENCAF – Secretaría de Deporte:**

Se realizó un convenio con el CENCAF, programa de la Secretaría de Deporte de la Alcaldía de Manizales, con el propósito de fortalecer las actividades lúdicas y recreativas dirigidas a los adultos mayores del centro vida. A través de esta articulación, se llevaron a cabo actividades educativas y juegos tradicionales, fomentando la participación activa, la socialización y el bienestar físico y emocional de los beneficiarios, la actividad se desarrolló el 20 y el 27 de mayo del 2025.



**Caminata:** En conjunto con el educador físico y el equipo interdisciplinario, se realizaron varias caminatas en el sector, con el fin de incentivar a los adultos mayores a realizar ejercicio para mejorar su salud y el bienestar funcional.



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)



CV marmato la isla centro de desarrollo manizales caldas  
28 may 2025 9:52:27 a. m.  
# 28-3 Calle 22a Manizales Caldas



CV La Isla - Secretaría de Desarrollo Social - Alcaldía de Manizales  
28 may 2025 9:45:45  
2824 Calle 23 Manizales Caldas



CV marmato la isla centro de desarrollo manizales caldas  
28 may 2025 9:56:59 a. m.  
# 28-3 Calle 22a Manizales Caldas



### **Celebración del Día de la Madre:**

Se realizó la celebración para conmemorar a las madres del centro vida, desarrollando una jornada especial organizada con el compromiso y colaboración de todo el equipo de trabajo. La actividad se dividió en varios momentos significativos. En horas de la mañana, se dio apertura con un espacio dedicado a la poesía y la entrega de detalles elaborados previamente. Se contó con la participación del invitado especial “Huesitos” de Sábados Felices, quien ofreció un show artístico para el disfrute de las beneficiarias.

Seguidamente, se ofreció un almuerzo especial, acompañado de una eucaristía como acto de agradecimiento y reflexión espiritual. En horas de la tarde, se vinculó la Fundación Sin

Fronteras, que ofreció una serenata emotiva a todas las madres presentes. Para cerrar la jornada, se entregó una rosa a cada una de las beneficiarias como símbolo de afecto y reconocimiento, gesto que fue posible gracias a la coordinación y gestión del equipo de trabajo del centro.



### **Articulación con la Cruz Roja Colombiana – Damas Grises:**

Se inició un proceso de articulación con la Cruz Roja Colombiana, específicamente con el grupo de voluntarias Damas Grises, con el fin de desarrollar actividades puntuales dirigidas

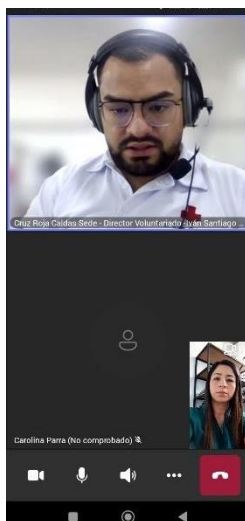


**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

a la población mayor. Actualmente, se está a la espera de la confirmación de las fechas para dar inicio formal a la programación, prevista a partir del mes de junio.

Esta alianza contempla el trabajo conjunto en temas relacionados con los derechos y deberes de las personas mayores, actividades recreativas, salud preventiva, envejecimiento saludable y fortalecimiento de habilidades para la vida, aportando al bienestar integral de los beneficiarios del centro vida.



### **Articulación con el Banco de Alimentos:**

Se realizó una articulación con el Banco de Alimentos con el propósito de fortalecer el componente nutricional de los beneficiarios del centro vida. Esta gestión busca complementar las acciones ya existentes a través del acceso a capacitaciones en temas de alimentación saludable; el día 22 de mayo del 2025 tuvimos la visita de verificación y revisión de documentación para dar inicio con el convenio.





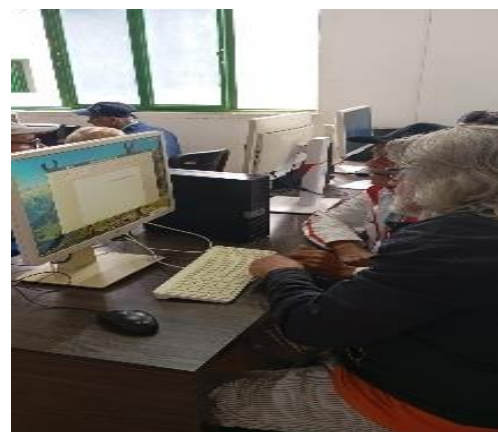
### **Articulación con el SENA y el Telecentro del Nevado – Formación y Bienestar para Adultos Mayores:**

Desde el 1 de mayo de 2025, se dio inicio a una articulación interinstitucional con el SENA, con el acompañamiento del profesor del área de sistemas, con el objetivo de certificar a los adultos mayores del Centro Vida Marmato La Isla en el curso de Sistemas Básicos. Esta formación busca fortalecer las competencias digitales de los beneficiarios, promoviendo su inclusión tecnológica y brindándoles herramientas para interactuar con mayor autonomía en el entorno digital.

Las sesiones se han desarrollado con excelente disposición por parte de los adultos mayores, quienes han manifestado interés en aprender sobre el manejo del computador, navegación básica por internet y uso de herramientas tecnológicas cotidianas. Esta experiencia también ha generado espacios de interacción grupal, favoreciendo la estimulación cognitiva y la autoestima de los participantes.

Adicionalmente, se concretó la articulación con el profesor de educación física, quien comenzará a partir del mes de junio de 2025 con un acompañamiento semanal en el Centro Vida. Este profesional desarrollará actividades físicas y recreativas una vez por semana, enfocadas en la promoción de la salud física, el fortalecimiento muscular, el equilibrio y la prevención de caídas. Estas sesiones estarán diseñadas especialmente para las capacidades y necesidades del adulto mayor, fomentando el movimiento, la diversión y el bienestar integral.

Ambas articulaciones fortalecen la atención integral y la calidad de vida de los beneficiarios, resaltando el compromiso interinstitucional por generar entornos activos, participativos y formativos para la población mayor.





### **Articulación con Confa – Actividad Baúl De los Recuerdos**

Se desarrolló a partir de este convenio la actividad denominada “*Baúl de los recuerdos*” que estuvo a cargo de la red de bibliotecas de Confa, una herramienta emocional y terapéutica que permitió al adulto mayor conectar con memorias significativas del pasado, promover la identidad cultural y fortalecer el bienestar emocional, esta actividad se realizó con el fin de evocar recuerdos positivos asociados a la historia personal y cultural, fomentando el diálogo intergeneracional, ayudando a estimular la memoria, evitando el deterioro cognitivo y reforzando el sentido de pertenencia con su cultura, además se incluyeron dentro del baúl, objetos físicos como fotografías de casa antiguas, planchas a carbón, juegos tradicionales, etc. Contenido escrito o narrado como refranes y dichos populares, cartas o postales y relatos cortos. Esta actividad permitió que los adultos mayores conectaran y se identificaran con el pasado que muchos experimentaron hace años. El próximo encuentro queda programado para el 5 de junio de 2:00 a 3:15 p.m.



**Articulación con la Red de Bibliotecas**

**Públicas:**



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

A partir de la articulación con la Red de Bibliotecas Públicas, se desarrolló una actividad general dirigida a los beneficiarios del centro vida, orientada al fortalecimiento de la memoria colectiva, el fomento de la lectura y la reconstrucción de experiencias del pasado. Durante la jornada, se abordaron temas relacionados con comerciales antiguos, historias de la ciudad de Manizales, relatos de amor y vivencias significativas de años anteriores.

Además, se realizaron ejercicios de lectura en voz alta y espacios de diálogo, que permitieron la participación activa de los adultos mayores, estimulando sus capacidades cognitivas y promoviendo el intercambio de saberes y memorias.





### **Actividad de Recreación: Bingo para Personas Mayores**

Durante este periodo, se realizó una jornada de recreación dirigida a los adultos mayores, donde se llevó a cabo una animada partida de bingo, la actividad tuvo como objetivo promover espacios de esparcimiento, socialización y estimulación cognitiva, fortaleciendo habilidades como la atención, la concentración y la memoria.

El ambiente fue alegre y participativo, con la presencia activa de los adultos mayores, quienes disfrutaron de la dinámica y celebraron con entusiasmo cada acierto. Se entregaron pequeños obsequios a los ganadores, fomentando la motivación y el disfrute colectivo. Esta jornada no solo brindó un momento de entretenimiento, sino que también fortaleció los vínculos entre los participantes, contribuyendo a su bienestar emocional.





**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

### **Celebración Día del maestro:**

En conmemoración del Día del Maestro, se llevó a cabo una significativa jornada en el Centro Vida, donde se exaltó la valiosa labor del equipo profesional que acompaña y orienta a las personas mayores en las diferentes actividades y procesos de intervención.

Durante la celebración, se destacó el compromiso, la entrega y el impacto positivo de cada profesional en el desarrollo integral de los adultos mayores. La jornada tuvo un componente especial, ya que fueron los propios participantes quienes organizaron una emotiva sorpresa para el equipo, con presentaciones artísticas y un compartir, como muestra de agradecimiento por su acompañamiento constante.

Como parte del homenaje, se entregó a cada profesional un diploma de reconocimiento, resaltando su importante papel dentro del equipo de trabajo y su aporte al bienestar y calidad de vida de los beneficiarios del programa.



### **Proyecto Escuela Años Dorados:**

El proyecto Escuela Años Dorados surge como una estrategia pedagógica y social orientada a promover el envejecimiento activo, la dignificación de la persona mayor y el fortalecimiento de sus capacidades a través de espacios de formación integral. Esta iniciativa reconoce que el aprendizaje no tiene edad y busca generar oportunidades reales de participación, empoderamiento y desarrollo personal en personas mayores.

Implementado en el Centro Vida La Isla, el proyecto articula tres componentes fundamentales: educación física, laborterapia y fortalecimiento social y familiar, con el propósito de estimular las dimensiones cognitivas, emocionales, sociales y físicas de los beneficiarios. Bajo un enfoque personalizado y flexible, la Escuela Años Dorados se adapta

a los intereses, ritmos y necesidades particulares de cada persona mayor, reconociendo sus trayectorias de vida, sus saberes previos y su potencial transformador.

La propuesta educativa durante este mes de mayo incluyó cursos y talleres orientados al desarrollo de habilidades prácticas y funcionales, tales como:

- Lectoescritura
- La huerta
- Ciencias naturales
- Educación ambiental
- Narrativa y dibujo

Estos espacios de aprendizaje se desarrollan mediante metodologías activas, experienciales y significativas, que fomentan la participación colaborativa, el pensamiento crítico y el sentido de pertenencia.

Además, el proyecto cuenta con el respaldo de diversas redes de apoyo institucional, tales como Confa, equipo interdisciplinario del centro vida, telecentro del Nevado, SENA, CECAF y servicio social. A través de esta alianza interinstitucional, se fortalece el acompañamiento profesional y se potencia la calidad del proceso educativo. Por todo lo anterior, la Escuela Años Dorados no solo promueve el aprendizaje como herramienta de inclusión, sino que transforma la percepción social del envejecimiento, demostrando que la vejez es una etapa de oportunidad, crecimiento y contribución activa. El proyecto se consolida como una apuesta por la construcción de una cultura.





### **Actividad con la Biblioteca y el Telecentro El Nevado:**

En articulación con entidades culturales del sector, se llevó a cabo una jornada de integración en el Centro Vida con la participación del Telecentro El Nevado, Yolima Artunduaga, y la coordinadora de la Biblioteca Pública Satélite El Nevado, Claudia Jimena Franco Martínez.

Durante este mes realizaron actividades lúdicas y fomento de lectura los días viernes de 9:00 a.m. a 10:15 a.m. además de vincularse a la celebración el día de la madre.



### **Celebración de Eucaristía:**

Como acto simbólico y espiritual en la celebración del día de la madre se programó se gestionó desde el área social una misa en alianza con la Parroquia del barrio El Nevado, con el objetivo de brindar un espacio de encuentro espiritual para los adultos mayores del Centro Vida, así como rendir homenaje a las madres en su día.



Finalmente, desde el área de dirección del centro vida, se realizó una capacitación individual a cada profesional, con el fin de explicar las correcciones de los informes, revisar que todas las valoraciones estuvieran completas y se realizó la verificación de la información que se iba a tabular desde cada área; adicionalmente, se informaron las fechas de entrega de los informes, tanto el cuantitativo y la tabulación, como el informe desde cada área; se explicó también el uso de drive.

Adicionalmente, se apoyó a la auxiliar de coordinación en el escaneo de todas las valoraciones iniciales, desde cada área profesional; dicho documento se encuentra en la carpeta de cada adulto mayor, de manera física y magnética, en el drive; esta plataforma es revisada desde coordinación para verificar que todo se encuentre al día.

Por último, se acompañaron las visitas domiciliarias realizadas por el equipo de trabajo, donde se realizó seguimiento del estado de salud, toma de signos, se entregó plan de actividad física en casa, además de la entrega de la alimentación.

### **Aseo y Adecuación desde el Área de Servicios Generales:**

Durante el mes de mayo, desde el área de Servicios Generales se llevó a cabo una jornada integral de limpieza y desinfección profunda en las instalaciones del Centro Vida, con el



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

propósito de asegurar condiciones óptimas de salubridad para el inicio de las actividades del programa. Las labores comenzaron con el lavado exhaustivo de pisos, paredes y estanterías. Posteriormente, se continuó con la higienización minuciosa de mesas, sillas, oficinas, salones, pasillos y baños, mediante procesos de barrido, escobillado y trapeado, garantizando la correcta limpieza de todas las superficies.

Adicionalmente, se continúan interviniendo las áreas exteriores, incluyendo la remoción de residuos adheridos como chicles y moho en los andenes, la limpieza de rejillas obstruidas por vegetación, y tareas de jardinería como el riego de plantas y el retiro de hojas secas. Estas acciones se desarrollaron conforme a lo establecido en el Plan de Saneamiento, utilizando insumos aprobados por la normativa vigente, entre ellos: hipoclorito, jabón antibacterial, jabón líquido neutro, detergente en polvo, limpia pisos y desengrasante líquido.

La jornada tuvo como objetivo principal ofrecer un entorno higiénico, seguro y agradable tanto para los adultos mayores beneficiarios como para el personal del centro, reforzando el compromiso con el bienestar y la calidad del servicio.





**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)



*Alejandra Ospina Sepúlveda*

**ALEJANDRA OSPINA SEPÚLVEDA**

**DIRECTORA**

*Martha E. Arbelaez P.*

**MARTHA EDITH ARBELAEZ**

**SERVICIOS GENERALES**



**Área:** Auxiliar de Coordinación

**Responsable:** Eliana Ivon Quintero Zapata

**Fecha:** 31/05/2025

### **ACTIVIDAD**

- Apoyar todas las funciones del coordinador
- Fichas de ingreso
- Base de datos
- Información y atención a los usuarios
- Fotocopias e impresiones de todos los documentos
- Archivo
- Llamadas
- Toma de asistencia
- Participación en actividades.
- control de inventario y suministros.

**Objetivo:** fomentar y gestionar las actividades del programa, como clases, talleres y eventos. Administrar la documentación y registros de los participantes, facilitar la comunicación de los instructores y personal del programa. Ayudar con la planificación y organización de recursos y materiales. Proporcionar apoyo y orientación a los participantes en temas administrativos.

**Apoyar todas las funciones de la coordinadora:** fueron realizadas todas las funciones y obligaciones desde el área administrativa, - Programar, coordinar y elaborar horarios relacionados con las diversas actividades, como también se participó en dar apoyo de algunas clases, coordinar el proceso de actas de notas, como cartas de retiros o peticiones, tramitar notas pendientes y actas complementarias que fortalecen y facilitan el desarrollo funcional por parte documental, teniendo al día toda clase de información.

**Fichas de ingreso:** Se realizaron las fichas de ingreso de los adultos beneficiados nuevos. con todos los datos solicitados entre ellos foto, cedula y Sisbén, se ordenaron en sus carpetas y fueron archivados, también se organizó la lista anexando los datos de las personas mayores, actualizando el listado de igual manera retirando a quienes no continuaron en el programa.



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

**Base de datos:** se realizó la base de datos de acuerdo con los cuadros de clasificación, facilitando en el sistema la información de todo lo solicitado, creación de archivos en el drive, carpetas con la información de los adultos y del personal de trabajo, se anexo todo lo solicitado por parte de la coordinación.

**Información y atención a los usuarios:** se brindó atención a las personas visitantes, gestión de llamadas telefónicas, atención de llamadas, toma de mensajes y canalizar consultas.

**Fotocopias e impresiones de todos los documentos:** se imprimió toda clase de documentos solicitados por el personal del trabajo, dentro de ellos fichas de seguimiento, formatos de valoración, formatos de signos vitales y guías lúdicas.

**Asistencias:** se llevó control de la asistencia a cada uno de los adultos mayores, de esa manera se asegura que los beneficiarios asistieron de manera responsable al programa, demostrando el compromiso y dedicación, también se realizaron visitas domiciliarias con algunos adultos incapacitados, con el fin de llevar un seguimiento de su salud.

**Control de inventario y suministros:** fue inventariado todo el material entregado por parte de la coordinación, así mismo se le suministró al personal el material solicitado para el inicio de las actividades de cada área.

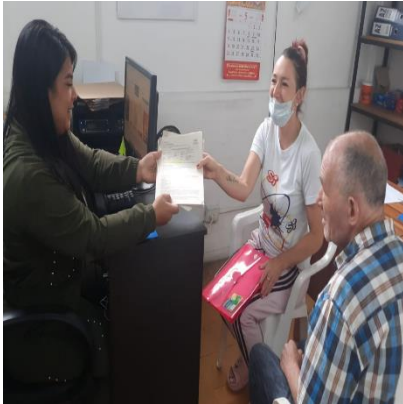
**Recomendaciones:** se les recomienda a los adultos tenernos al tanto del cambio de domicilio o datos que nos puedan ayudar con el contacto familiar de cada una de las personas mayores.





¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)



CV La Isla- Secretaria de  
Desarrollo Social- Alcaldia de

23 may 2025 12:52:19 p. m.

# 25B-56 Carrera 37a Manizales Caldas



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)



**Eliana Ivon Quintero Zapata**

**Aux. de Coordinación**



**Área:** Nutrición

**Nombre:** Angie Marcela Rodríguez Ordoñez

**Fecha:** 31 de mayo del 2025

## **OBJETIVO**

Valorar al adulto mayor a través de la toma de medidas antropométricas y la herramienta de cribado MNA con el fin de identificar el estado nutricional y las condiciones que incidan negativamente en el mismo para trabajar los hábitos alimentarios y lograr mejoría paulatina del estado nutricional, garantizando una alimentación balanceada de acuerdo a los requerimientos específicos de la población para prevenir el desarrollo de enfermedades como la sarcopenia o nuevas comorbilidades de origen alimentario con el apoyo del equipo interdisciplinario.

## **ACTIVIDAD**

- Toma general de medidas antropométricas
- Diagnóstico del estado nutricional
- Diligenciamiento de la herramienta de cribado MNA para todos los usuarios
- Charla educativa para los adultos mayores
- Revisión de almacenamiento y rotación de alimentos en el servicio de alimentos.
- Verificación del correcto diligenciamiento de los formatos de control de producción de alimentos y retroalimentación a las manipuladoras.
- Verificación del cumplimiento de gramajes establecido para el servido de los alimentos.

## **METODOLOGÍA**

Se dio continuidad a la toma de medidas antropométricas a los adultos mayores asistentes al Centro Vida La Isla como un tamizaje que permite diagnosticar el estado nutricional, así mismo, se continúa diligenciando la herramienta de cribado Mini Nutritional Assessment (MNA), la cual, se considera la más idónea para identificar si el adulto mayor se encuentra en riesgo de perder peso o masa muscular debido a los diferentes factores que inciden en su salud a partir de los cuidados en el hogar, con el fin de prevenir enfermedades comunes en esta población como la sarcopenia y brindarles consejería nutricional de manera individual, siendo que, a pesar de que en el servicio del centro vida se garantiza la alimentación a los adultos, deben aplicar las recomendaciones brindadas para mejorar su estado nutricional en la medida que sus medios económicos, posibilidades adquisitivas y capacidades físicas se los permitan.



Por otro lado, se realizó un taller participativo con los adultos mayores sobre los super alimentos donde antes de iniciar la actividad se distribuyeron imágenes de los alimentos que se iban a socializar a los adultos mayores más funcionales con el objetivo de que al nombrar el alimento que posee cada uno mostrarían la imagen a los demás adultos y comentarían los beneficios que se conocen coloquialmente sobre el alimento que le correspondió, para posteriormente recibir una explicación de los beneficios reales por parte de la nutricionista; dentro de este listado se incluyeron los alimentos con mayor aporte de hierro, omega 3, antioxidantes, vitaminas del complejo B, fibra y aquellos con propiedades capaces de contribuir a controlar enfermedades prevalentes en el adulto mayor como la diabetes, sobrepeso, obesidad y enfermedades cardiovasculares, teniendo en cuenta lo anterior se incluyeron alimentos como aguacate, avena, aceite de coco y oliva, pescado azul, espinaca, semillas de chía entre otros, para finalmente dar paso a la actividad lúdica la cual se basó en que los adultos armaron rompecabezas con la temática de frutas y verduras.

En cuanto a las actividades en el servicio de alimentación, se verificó el cumplimiento de los gramajes estipulados para el servido de alimentos los cuales deben cumplir con las cantidades recomendadas para el adulto mayor, así mismo, se realizó verificación de las temperaturas de los equipos de frío garantizando así el registro de temperaturas reales en el formato correspondiente.

Finalmente, se verificó el diligenciamiento apropiado de los formatos para control de producción de alimentos en el servicio de alimentación, así como de los formatos acordes al plan de saneamiento básico diseñado para aplicar en el centro vida para el presente año de ejecución, donde se realizó retroalimentación a las gestoras de alimentos para aclarar algunas dudas presentes.

### **RECOMENDACIONES**

Propiciar una alimentación suficiente, variada, equilibrada e inocua para los adultos mayores asistentes al centro vida de acuerdo con su estado nutricional actual y sus patologías mediante la ración servida.

Recomendaciones nutricionales específicas para aquellos adultos que presentan desnutrición, bajo peso y sobrepeso u obesidad.



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

Generar conciencia en el adulto mayor sobre la importancia de una alimentación adecuada, incluyendo frutas y verduras, además de, una hidratación suficiente, actividad física frecuente y la importancia del autocuidado en el hogar durante el fin de semana.





**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)





**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)



*Angie Marcela Rodríguez Ordoñez*

ANGIE MARCELA RODRIGUEZ ORDOÑEZ

T. P. 1085348260

Nutricionista



**Área:** Enfermería

**Responsable:** Jenny Paola Hernández Osorio  
Diana Carolina Robayo Restrepo

**Fecha:** 31 de mayo del 2025

**Tema o Actividad: Prevención de caídas en casa**

**Objetivo:** promover la seguridad en el hogar mediante la identificación de riesgos y la aplicación de medidas preventivas para reducir la incidencia de caídas en las personas mayores.

**Metodología:** La metodología que se utilizó fue lúdica; a partir de un juego, se fortaleció el conocimiento sobre los principales riesgos de caída, se centró en la experiencia de la persona mayor en la aplicación práctica de medidas de prevención en su entorno cotidiano, se diseñó un actividad educativa basada en reconocer los elementos requeridos para la prevención de caídas, se realizaron figuras en el piso que consistían en que ellos reconocieran qué lugares eran peligrosos para una caída, se jugó tingo tango para reforzar el tema visto en clase y se les entregaron imágenes relacionadas que fueron pegadas en el cuaderno.

**Observaciones:** Durante la sesión, se observó una participación activa por parte de las personas mayores, quienes se mostraron interesados y participaron con entusiasmo en las actividades prácticas y dinámicas grupales en el tema de prevención de caídas. Algunos participantes presentaron limitaciones físicas (movilidad reducida, uso de bastón). La mayoría de los asistentes se mostraron receptivos a la información, comprendieron los conceptos, especialmente cuando se utilizaron las imágenes y ejemplo de entornos domésticos, aportaron experiencias personales, lo que enriqueció el aprendizaje colectivo.

**Recomendación:** Incluir versiones modificadas en los ejercicios para personas con movilidad reducida o que se fatiguen fácil, se entregaron folletos ilustrativos con los principales riesgos en el hogar y medidas preventivas.



### **Tema o Actividad: Úlceras por presión**

**Objetivo:** Implementar intervenciones específicas como el cambio de postura, el uso de las superficies de alivio de presión y el cuidado adecuado de la piel.

**Metodología:** Se realizó una intervención educativa dirigida a los adultos mayores. Durante la sesión, se utilizó material visual para explicar qué son las úlceras por presión, identificar sus causas, describir sus fases y reconocer los signos y síntomas iniciales. Se presentaron imágenes que mostraron zonas corporales de riesgo (sacro, talones, codos, tobillos) y se analizaron factores predisponentes como la inmovilidad, la humedad constante y la fricción. Posteriormente, se entregó a cada participante una representación anatómica de una extremidad (como el pie), y se les instruyó para recrear, con papel seda, las zonas donde comúnmente se desarrollan las úlceras por presión. Esta actividad les permitió identificar de forma práctica los puntos de presión y reforzar los conceptos teóricos abordados.

Finalmente, se fomentó el intercambio de experiencias, se resolvieron dudas y se motivó a los participantes a aplicar medidas preventivas en su autocuidado diario, tales como cambiar de posición, hidratar la piel, y vigilar zonas de riesgo.

**Observaciones:** Durante la clase, se explicó el concepto de úlceras por presión, sus causas, factores de riesgo y medidas preventivas. Las personas mayores participaron activamente, formularon preguntas y compartieron experiencias relacionadas con el cuidado de la piel. Se utilizaron materiales visuales que facilitaron la comprensión del contenido y se realizó una actividad práctica para identificar zonas de riesgo. Se observó que algunas personas mostraron dificultades para entender algunos conceptos, por lo que se adaptó la explicación y el ritmo de la clase. Al final, se fomentó el compromiso de aplicar las medidas preventivas en su vida diaria y se resaltó la importancia del autocuidado y la movilización constante.

**Recomendaciones:** Mantener una adecuada hidratación y cuidado de la piel para prevenir la sequedad, fisuras y maceración que facilitan la aparición de lesiones, evaluar regularmente la integridad cutánea, identificando de forma temprana signos de enrojecimiento y calor





## **Tema o Actividad: Salud Digestiva de los Adultos Mayores**

**Objetivo:** Promover y mantener la función digestiva óptima en los adultos mayores mediante la evaluación constante del estado gastrointestinal, la prevención de complicaciones comunes como el estreñimiento o la disfagia, y la educación sobre hábitos alimenticios saludables que favorezcan la absorción adecuada de nutrientes, garantizando así una mejor calidad de vida y bienestar integral.

**Metodología:** Se implementó una intervención educativa dirigida a personas mayores con el propósito de promover el conocimiento sobre la salud digestiva y fortalecer hábitos que favorezcan una adecuada función gastrointestinal. Durante la sesión, se utilizó material visual específicamente diseñado para explicar detalladamente el proceso de digestión en adultos mayores, haciendo énfasis en los cambios fisiológicos propios de la edad que pueden afectar este proceso. Se abordaron temas relacionados con la importancia de mantener un estado intestinal óptimo y se recalcaron medidas para la prevención de complicaciones comunes como el estreñimiento y la disfagia, patologías que pueden afectar significativamente la calidad de vida en este grupo etario. Para facilitar la comprensión, se mostraron imágenes ilustrativas que representaban los órganos digestivos y los procesos implicados. Además, se realizó una dinámica participativa en la que se formularon preguntas dirigidas a los asistentes para evaluar su nivel de entendimiento y motivar la reflexión sobre sus propios hábitos alimenticios. Posteriormente, se profundizó en la explicación del tema, enfatizando la importancia de una dieta equilibrada y adaptada a las necesidades fisiológicas del adulto mayor. Finalmente, se instruyó a los participantes para que, utilizando plastilina y un plato, recrearan un modelo alimenticio saludable que promueva la buena absorción y digestión de los nutrientes. Esta actividad práctica tuvo como objetivo reforzar el aprendizaje y estimular la aplicación de los conocimientos en la vida diaria, fomentando hábitos alimentarios adecuados y contribuyendo a la prevención de trastornos digestivos.

**Observaciones o Recomendaciones:** Durante la clase, se explicó el concepto de úlceras por presión, sus causas, factores de riesgo y medidas preventivas. Las personas mayores participaron activamente, formularon preguntas y compartieron experiencias relacionadas con el cuidado de la piel. Se utilizaron materiales visuales que facilitaron la comprensión del contenido y se realizó una actividad práctica para identificar zonas de riesgo. Se observó que algunas personas mayores mostraron dificultades para entender algunos conceptos, por lo que se adaptó la explicación y el ritmo de la clase. Al final, se fomentó el compromiso de

aplicar las medidas preventivas en su vida diaria y se resaltó la importancia del autocuidado y la movilización constante.



### **Tema o Actividad: Cuidado de la Vista y el Oído**

**Objetivo:** Promover el mantenimiento y la preservación de las funciones sensoriales visual y auditiva en el adulto mayor, mediante intervenciones de enfermería orientadas a la prevención, detección oportuna y manejo adecuado de alteraciones oftálmicas y auditivas, con el fin de favorecer la comunicación, la autonomía, la seguridad personal y la calidad de vida.

**Metodología:** Se realizó una intervención educativa dirigida a adultos mayores con el objetivo de fortalecer el autocuidado sensorial. Durante la sesión, se utilizó material visual didáctico para explicar la importancia del cuidado de la vista y el oído, así como los principales factores que afectan su funcionamiento con el envejecimiento. Se abordaron temas clave como las causas más comunes de deterioro visual (como la presbicia, cataratas y glaucoma) y auditivo

(como la presbiacusia), así como sus manifestaciones iniciales, tales como visión borrosa, sensibilidad a la luz, zumbidos o dificultad para oír conversaciones. A través de láminas y modelos anatómicos, se identificaron las estructuras del ojo y el oído, se explicaron los mecanismos de percepción sensorial y se discutieron los signos de alerta que requieren atención médica oportuna. Posteriormente, se entregó a cada participante un esquema anatómico del rostro humano, y se les instruyó para marcar con colores las áreas anatómicas relacionadas con la vista y la audición (ojos, pabellones auriculares, conducto auditivo externo). Esta actividad permitió reforzar los conceptos teóricos y facilitó la comprensión de las vías sensoriales implicadas. Se promovió el intercambio de experiencias personales relacionadas con el uso de lentes, audífonos o dificultades en la comunicación diaria. Además, se resolvieron dudas y se brindaron recomendaciones prácticas de prevención.

**Observaciones o Recomendaciones:** Durante la clase, se abordó el tema del cuidado de la vista y el oído en adultos mayores, explicando los conceptos básicos sobre el funcionamiento de los órganos sensoriales, los principales factores de riesgo asociados al envejecimiento (como la presbicia, cataratas, presbiacusia y exposición prolongada a ruidos intensos), así como las medidas preventivas para conservar la salud visual y auditiva. Las personas mayores participaron activamente, realizaron preguntas pertinentes y compartieron experiencias relacionadas con el uso de lentes, audífonos y las dificultades que enfrentan en su vida diaria para mantener una buena comunicación y percepción sensorial. Se utilizaron materiales visuales y didácticos que facilitaron la comprensión del contenido, incluyendo láminas anatómicas del ojo y el oído, imágenes de alteraciones frecuentes y ejemplos cotidianos que favorecieron la identificación de síntomas y signos de alerta. Asimismo, se llevó a cabo una actividad práctica en la que los participantes marcaron en esquemas anatómicos las zonas.





### **Tema o Actividad: Los Cinco Sentidos**

**Objetivo:** Promover el conocimiento, la estimulación y el cuidado de los cinco sentidos en los adultos mayores, con el fin de mantener su calidad de vida, autonomía e integración sensorial, favoreciendo su bienestar físico emocional cognitivo y social.

**Metodología:** Se realizaron diferentes preguntas a las personas mayores con el fin de saber que conocimientos tienen sobre el tema a tratar. Se realizó posteriormente taller educativo en donde se les da a conocer a los adultos mayores las diferentes partes y subpartes que componen estos órganos (visión, olfato tacto, la lengua, oído), estos órganos tiene nervios especiales que envían señales al encéfalo el procesa esa señal y luego envía información al resto del cuerpo además de su funcionamiento, enfermedades cuidadas y la importancia de este, adicionalmente a través de imágenes ilustrativas, se le brinda un mejor apoyo para su entendimiento. Como actividad final, se realizó la actividad individual con una maqueta hecha en caja y fomi donde ellos colocaron los ojos nariz orejas boca manos, también se les entregó una imagen donde estaban los cinco sentidos debían de colorear y luego recortar la flor y doblarla y por detrás de cada sentido escribir un cuidado, esta actividad fue de mucho interés para ellos.

### **Recomendaciones:**

- Es importante leer con luz clara para no forzar el sentido de la vista.
- Es necesario proteger a los ojos de las partículas de polvo que hay en el ambiente y de los rayos solares.
- tener las manos limpias para evitar la evolución de los gérmenes en la piel.
- No hay que exponer al sentido del olfato a olores fuertes como los químicos.

- No utilizar ningún objeto para limpiar la nariz. Siempre al estornudar es necesario limpiarse con paños
- No hay que exceder el volumen al momento de escuchar música.
- Hay que evitar introducir objetos al orificio del oído.
- Para proteger al órgano del gusto es importante no ingerir bebidas que se encuentren a temperaturas extremas, ya sean muy calientes o muy frías.
- En sumamente importante mantener una higiene bucal.
- Para proteger el tacto es necesario no exponerse al sol por tiempos muy prolongados.
- Es necesario mantener una higiene en todo el cuerpo para que la piel se mantenga saludable.





## **Tema o Actividad: Sistema Cardiovascular**

**Objetivos:** Facilitar la comprensión del funcionamiento del sistema cardiovascular en las personas mayores, reconociendo los cambios fisiológicos asociados al envejecimiento y las principales patologías que afectan este sistema, como la hipertensión arterial, insuficiencia cardíaca y arteriosclerosis. Asimismo, promover el conocimiento de estrategias preventivas, diagnósticas y terapéuticas que contribuyan al cuidado integral y a la mejora de la calidad de vida en esta etapa.

**Metodología:** Durante la semana, se llevó a cabo la explicación del tema central: el sistema cardiovascular. Este fue abordado con profundidad, dado que abarca diversas enfermedades que afectan la salud y el deterioro progresivo del cuerpo con el envejecimiento.

### **Definición del sistema cardiovascular:**

Se explicó que el sistema cardiovascular es el encargado de distribuir oxígeno, hormonas, nutrientes y otras sustancias esenciales a las células y órganos del cuerpo. También se destacó su rol fundamental en la adaptación del cuerpo a la actividad física, el estrés, y el mantenimiento de la temperatura corporal.

Este sistema está compuesto por el corazón y los vasos sanguíneos, que juntos permiten el movimiento de la sangre por todo el organismo. Se resaltó que el corazón es el órgano principal, funcionando como una bomba dividida en dos lados (izquierdo y derecho) con paredes musculares que se contraen para impulsar la sangre.

### **Actividad Final:**

Como cierre del tema, se enfatizó la gran importancia del corazón en el funcionamiento del cuerpo humano. Se entregó a cada participante una fotocopia ilustrativa que contenía el esquema del sistema cardiovascular y sus partes, con el objetivo de que lo colorearan como actividad de refuerzo. Esta dinámica permitió afianzar el aprendizaje y promover la conciencia sobre el cuidado del sistema cardiovascular.

### **Recomendaciones:**

- Mantener una dieta equilibrada rica en frutas, verduras, legumbres, cereales integrales, pescado y carnes magras.
- Reducir el consumo de sal, azúcar, grasas saturadas y alimentos procesados.

- Beber suficiente agua durante el día, salvo que el médico indique una restricción de líquidos.
- Realizar ejercicio moderado al menos 30 minutos al día, 5 veces por semana (caminar, nadar, bicicleta estática, ejercicios de bajo impacto).
- Incluir ejercicios de respiración y estiramiento para mejorar la circulación y reducir el estrés.
- Medir con regularidad la presión arterial, los niveles de glucosa y colesterol.
- Asistir a controles médicos y seguir las indicaciones del profesional de salud.
- Tomar correctamente los medicamentos recetados para el corazón o la presión.
- No fumar ni exponerse al humo del tabaco.
- Limitar o evitar el consumo de alcohol.
- Mantener un peso saludable y controlar enfermedades crónicas como la diabetes.
- Reducir el estrés mediante actividades relajantes como la meditación, escuchar música o conversar con amigos.
- Dormir entre 7 y 8 horas diarias para permitir la recuperación del organismo.
- Buscar apoyo emocional si hay sentimientos de tristeza o ansiedad persistente.
- Utilizar una báscula con buena visibilidad y superficie antideslizante para evitar accidentes.
- Registrar el peso y comentarlo en las consultas médicas para hacer seguimiento al estado de salud.





## **Tema o actividad: Sistema Gastrointestinal**

**Objetivo:** Brindar a las personas mayores una comprensión clara del funcionamiento del sistema digestivo, promoviendo la identificación de sus órganos principales y la importancia de una alimentación adecuada para mantener su buen estado. Asimismo, se buscó fortalecer el conocimiento sobre cómo una dieta saludable influye directamente en la salud digestiva y general del cuerpo.

**Metodología:** Se realizó la explicación del tema relacionado con el sistema digestivo, considerando que es un contenido extenso y de gran importancia para los adultos mayores. Se enfatizó en la relevancia de una buena alimentación, ya que una dieta inadecuada puede afectar gravemente diversos órganos del cuerpo. Además, se buscó que los participantes pudieran identificar dónde se encuentra cada uno de estos órganos en el cuerpo humano. Definición del sistema digestivo: Se explicó que el sistema digestivo es un conjunto de órganos encargados de procesar los alimentos y líquidos para descomponerlos en sustancias que el cuerpo utiliza como fuente de energía, así como para el crecimiento y la reparación de tejidos. Los desechos que el cuerpo no puede utilizar son eliminados durante las evacuaciones intestinales.

Se indicó que las partes principales del aparato digestivo son: la boca, la faringe (garganta), el esófago, el estómago, el intestino delgado, el intestino grueso, el recto, el ano. Además, se mencionaron órganos accesorios como las glándulas salivales, el hígado, la vesícula biliar y el páncreas, los cuales producen jugos digestivos y enzimas esenciales para la digestión.

### **También se explicó que el proceso digestivo consta de seis etapas:**

1. Ingestión
2. Degradación mecánica
3. Digestión química
4. Absorción
5. Eliminación

### **Funciones del sistema digestivo:**

Se abordaron las funciones básicas del sistema digestivo, destacando su papel en la transformación de los alimentos, la absorción de nutrientes y la eliminación de residuos.

### **Signos y síntomas comunes de alteraciones digestivas:**

Se discutieron síntomas frecuentes en adultos mayores como: Acidez, Indigestión, Estreñimiento, Diarrea, Dolor abdominal, Inflamación o gases.

### **Actividad final:**

Para cerrar y reforzar el aprendizaje, se entregó a los adultos mayores una fotocopia ilustrada del sistema digestivo con sus partes señaladas. Los participantes debían reconocer y colorear cada órgano, mientras repasaban su función e importancia. Esta actividad permitió reforzar visualmente lo aprendido y generar una reflexión sobre el cuidado del sistema digestivo en su vida diaria.

### **Observaciones o Recomendaciones:**

- Se brindaron sugerencias sobre cómo mantener un sistema digestivo saludable
- Mantener una dieta equilibrada rica en fibra
- Hidratarse adecuadamente
- Realizar actividad física moderada
- Evitar el uso excesivo de medicamentos sin indicación médica
- masticar bien los alimentos
- Comer en horarios regulares
- Evitar el consumo excesivo de grasas, azúcares y alimentos procesados
- Consultar al médico ante cualquier molestia persistente





**Tema o actividad: estilo de vida saludable**

**Objetivo:** Fomentar en los adultos mayores la reflexión sobre sus hábitos y estilos de vida, identificando acciones saludables y no saludables, con el fin de promover un estilo de vida que mejore su calidad de vida.

**Metodología:** Inicialmente se saludó a los participantes y se explicó el objetivo del trabajo. Se explicó cuál era la diferencia entre hábito y estilo. Nos apoyamos con la silueta de un corazón, la cual fue dividida en diferentes factores, y a medida que se explicaba cada uno, se fue ubicando en la silueta hasta formar un corazón completo.

Se habló acerca de cada uno de los factores que hacen parte de un estilo de vida saludable, y se explicó cómo mejorar la calidad de vida de cada adulto mayor por medio de acciones que debían comenzar a adoptar.

Se les entregó una imagen impresa con varias nubes dibujadas, y sobre la mesa se colocaron imágenes de estilos de vida saludables y poco saludables. Cada participante eligió las imágenes que representaban los estilos que llevaban, tanto negativos como positivos, y las pegó en las nubes correspondientes. Luego, mostraron sus elecciones a los compañeros y contaron acerca de esas acciones que habían escogido. Finalmente, pintaron la silueta del corazón como quisieron.

### Observaciones y recomendaciones

- Fomentar la socialización: Participar en grupos comunitarios, actividades recreativas o voluntariados ayuda a prevenir la soledad y el aislamiento.
- Mantener la mente activa: Leer, hacer crucigramas, aprender algo nuevo o jugar juegos de estrategia fortalece las funciones cognitivas.
- Ejercicio físico regular: Caminar, nadar o hacer ejercicios suaves mejora el estado de ánimo y la salud general.
- Alimentación balanceada y adecuada Una buena nutrición influye directamente en la salud cerebral y emocional.
- Rutinas estables y hábitos de sueño saludables: Dormir bien y tener horarios regulares da estructura y estabilidad emocional.
- Expresar emociones y vivencias: Hablar sobre sentimientos, recuerdos o preocupaciones reduce la carga emocional.
- Revisiones médicas periódicas: Algunas enfermedades físicas afectan el estado mental (por ejemplo, la tiroides o la diabetes).
- Evitar el consumo excesivo de medicamentos: Siempre seguir las indicaciones médicas y estar atento a efectos secundarios relacionados con el ánimo.
- Buscar apoyo psicológico si hay señales de depresión, ansiedad o deterioro cognitivo.





### **HALLAZGOS SIGNIFICATIVOS**

- Durante este periodo, el área de enfermería del centro vida Marmato La Isla realizó valoraciones de inicio a los adultos mayores, enfocándose en el monitoreo de signos vitales, estado general de salud, adherencia al tratamiento y detección de posibles alteraciones. dichas valoraciones permitieron identificar necesidades específicas de atención, lo que facilitó la implementación oportuna de intervenciones de cuidado y seguimiento.
- Se realizó durante el mes la toma de signos vitales dos veces por semana, específicamente los días lunes y viernes, a fin de evaluar parámetros como la presión arterial, la frecuencia cardíaca, la temperatura y la frecuencia respiratoria.
- Estas actividades permitieron mantener un control sistemático de la condición física de los usuarios, identificar a tiempo cualquier cambio significativo en su estado de salud y tomar las medidas necesarias para garantizar una atención oportuna. Asimismo, se reforzaron recomendaciones sobre el autocuidado y el cumplimiento de tratamientos médicos, contribuyendo al bienestar integral de los adultos mayores del centro.
- Durante la intervención se evidenció que los adultos mayores están bien en sus signos vitales que están poniendo en práctica todo lo aprendido que tienen una buena adherencia a su tratamiento. Se logro concientizar sobre la importancia del consumo de agua para su vida.



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

- Se les hablo de la importancia de tomar los medicamentos con agua para una buena digestión.
- Se logró una participación activa de los adultos mayores en las diferentes actividades desarrolladas, lo cual arrojó resultados positivos en cuanto a la concientización sobre la importancia y gravedad de los temas vistos.

Durante el mes se realizó la solicitud de citas médicas de acuerdo con las patologías a los adultos mayores:

| <b>GESTION EN SALUD: CITAS MEDICAS</b> |                           |                  |             |               |  |
|----------------------------------------|---------------------------|------------------|-------------|---------------|--|
| <b>NOMBRE A.M</b>                      | <b>ESPECIALIDAD</b>       | <b>FECHA</b>     | <b>HORA</b> | <b>LUGAR</b>  |  |
| Amparo Ochoa de Vergara                | Médico general            | 23 de mayo 2025  | 10+00 am    | La pelusa     |  |
| Pedro Nel Valencia                     | Médico general            | 27 mayo 2025     | 8+20am      | El prado      |  |
| María Reynalda quintero                | Electrocardiogram a       | 19 de mayo 2025  | 2+35 pm     | Centro piloto |  |
| José Hernán Gómez                      | Electrocardiogram a       | 19 de mayo 2025  | 2+50pm      | Centro piloto |  |
| Sara Rosa Buriticá                     | Ortopedia y traumatología | 28 de mayo 2025  | 09+40am     | Avidanti      |  |
| Carmen Lilia Villada                   | Médico general            | 14 d mayo 2025   | 1+40 pm     | Prado         |  |
| María Reynalda quintero                | Médico general            | 23 de mayo 2025  | 9+30        | Centro piloto |  |
| María del Carmen Betancourt            | Médico general            | 22 de mayo 2025  | 10+00 am    | prado         |  |
| Sara Rosa Buriticá                     | radiografía               | 4 de junio 2025  | 12+48 pm    | Diagnostimed  |  |
| Amparo Ochoa de Vergara                | médico general            | 19 de junio 2025 | 2+20pm      | el bosque     |  |
| Melva Hoyos                            | Optometría                | 17 de junio 2025 | 8+30 am     | El centro     |  |
| Flor de maría                          | Médico especialista       | 08 de junio 2025 | 10+00 am    | Palermo       |  |

Diana carolina Robayo Restrepo  
Diana carolina Robayo

Jenny Paola Hernández Osorio  
Jenny Paola Hernández Osorio



**¡Uniando fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

**Área:** Psicología

**Responsable:** Valentina Ospina Suarez

**Fecha:** Mayo 31, 2025

**Tema o Actividad: Celebrando el ser madre**

**Objetivo:** Reconocer y valorar el papel de las madres en la vida de los adultos mayores, promoviendo la expresión emocional positiva y el fortalecimiento de los vínculos afectivos.

**Metodología:**

**Fase inicial:** Conversatorio guiado: “Mi mamá, mis recuerdos, mi gratitud”. Reflexión grupal sobre el rol materno desde la vivencia personal.

**Fase central:** Actividad simbólica: Cada adulto mayor realizó escritura de cartas o mensajes a la madre (presente o ausente), seguida de la construcción del mural colectivo “Gracias por tanto amor” donde socializaron y pegaron en los cuadernos.

**Fase final:** Se realizó la socialización voluntaria de mensajes y cierre emocional con reflexiones finales.

**Observaciones o Recomendaciones:** La actividad permitió una alta expresión emocional, evocación de recuerdos significativos y generación de un ambiente cálido. Varios adultos compartieron historias conmovedoras, reconociendo el rol materno vivido o ejercido. Se fortaleció la empatía grupal y el respeto por las trayectorias de vida compartidas.





**Tema o Actividad: Reconociendo mis fortalezas**

**Objetivo:** Fortalecer la autoestima y el reconocimiento personal a partir de talentos, logros e historias de vida significativas.

**Metodología:**

**Fase inicial:** Conversatorio guiado: “¿Qué me hace fuerte?” Dinámica oral grupal para identificar cualidades personales.

**Fase central:** Actividad creativa: se realizó elaboración de medallas simbólicas donde cada adulto mayor escribió una fortaleza que lo representa.

**Fase final:** Se realizó la lectura o exposición voluntaria de medallas, reforzando los logros personales.

**Observaciones o Recomendaciones:** La jornada se desarrolló en un ambiente participativo y alegre. Aunque algunos adultos mostraron dificultad inicial para identificar sus fortalezas, con acompañamiento afectivo lograron compartir aspectos valiosos de sí mismos. La actividad promovió el reconocimiento interno y la integración grupal.



**Tema o Actividad: La importancia de la amistad y el buen trato**

**Objetivo:** Promover relaciones positivas, el respeto mutuo y la empatía entre los adultos mayores.

**Metodología:**

**Fase inicial:** Conversación guiada sobre el significado de la amistad y el valor del buen trato en la Convivencia en el centro vida.

**Fase central:** Dinámica grupal: 'El lazo invisible', los adultos se conectaron con un hilo y dijeron algo positivo sobre otro compañero hasta formar una red.

**Fase final:** Reflexión grupal sobre el impacto de las palabras amables y los vínculos de afecto.

**Observaciones o Recomendaciones:** La actividad generó un espacio afectivo de escucha y reconocimiento entre pares. La mayoría de los adultos expresaron sentirse valorados y apreciados. Se fortaleció el clima de respeto y cohesión grupal.



**Tema o Actividad: Agradecer, un acto que sana**

**Objetivo:** Fomentar la gratitud como herramienta emocional positiva y promotora del bienestar.

**Metodología:**

**Fase inicial:** Conversatorio grupal sobre el significado de agradecer y cómo influye en nuestras emociones.

**Fase central:** Actividad simbólica: 'Árbol de la gratitud', cada adulto escribió una razón de agradecimiento y coloreó el árbol para luego pegarlo en el cuaderno.

**Fase final:** Lectura grupal de los agradecimientos y cierre con reflexiones.

**Observaciones o Recomendaciones:** Se observó alta implicación emocional y participación espontánea. La actividad facilitó la expresión positiva y generó un ambiente sereno y amoroso. Fue una experiencia significativa que reforzó el valor de lo cotidiano.



¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)



Valentina  
Valentina Ospina Suárez



**Área:** Trabajo Social

**Responsable:** Leidy Xiomara Jiménez Taborda

**Fecha:** 31 de mayo 2025

**Tema o Actividad:** Historia de Vida

**Objetivo:** Conocer la historia de vida de las personas mayores del programa con el fin de conocer los eventos significativos en el transcurso de su vida.

**Metodología:** La metodología que se desarrolló fue participativa donde se buscó un espacio en el cual las personas mayores pudieran contar sus vivencias vividas tanto tristes o alegres que han marcado su vida, esta actividad fue muy desde ellos, se les pidió que llevaran fotos con las cuales se identificaban y recordaban algo bonito de sus vidas; esto permitió que cada uno hablara de su historia de vida.

Esta actividad se realizó en los diferentes grupos y participaron activamente, fue utilizada como una técnica investigativa de conocimiento que permitió conocer la realidad personal y familiar.

**La actividad se desarrolló así:**

Se empezó por explicarles la importancia de trabajar este tema y volver al pasado, donde permitió revivir los recuerdos de la infancia, la adolescencia y juventud, y se les pidió que se acordaran de algo lindo que habían vivido.

Seguidamente, se les pidió que sacaran la foto que llevaron como tarea para trabajar el tema, los que no la llevaron se les dio imágenes que representaron situaciones de la vida, como matrimonio, bautizo, quinceaños, primera comunión, boda, etc. En donde se les dijo que recortaran las imágenes que fueran más significativas para ellos.

Después, se le pidió a cada uno que contara su historia de vida, y por qué había recortado esas imágenes, fue así como cada uno empezó a expresar sus eventos importantes entre estos la primera comunión, las navidades, el nacimiento de sus hijos, etc.

Por último, se les preguntó cómo se sintieron y que fue lo que más les gustó de la actividad; entre varias cosas, expresaron recordar su pasado como la niñez y sus padres.



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

### **Observaciones o Recomendaciones**

Se espera seguir creando espacios en los cuales las personas mayores puedan expresar lo que sienten y así mismo actividades que puedan recordar sus raíces.

Se observa que cuatro personas mayores no quisieron contar su historia de vida porque para ellas era muy difícil recordar, ya que no tuvieron una vida feliz.

### **Análisis**

Este tema es muy importante trabajarlo desde el área social ya que permite y da estrategias de intervención con las personas mayores, esta es definida por Lomsky-Feder (2000) “las historias de vida como el despliegue de las experiencias de una persona a lo largo del tiempo, lo cual incluye consciente o inconscientemente recuerdos, sucesos o situaciones en las cuales participó directa e indirectamente, y su interpretación mediada por las experiencias posteriores”, es desde allí que se da a conocer los eventos significativos que guarda cada persona en su vida.





**Tema o Actividad:** Conociéndome a mí mismo ¿quién soy yo?

**Objetivo:** Realizar una actividad de conocimiento sobre sí mismo, en la cual se dará por medio de un dibujo en plastilina.

**Metodología:** Esta fue por medio de una actividad en donde se buscó que utilizaran la creatividad de cada uno y por medio del recurso de la plastilina se hiciera cada uno a sí mismo, y así, de esta manera, crear un espacio para reflexionar sobre quién soy yo, acompañado de varias preguntas, o ejercicios que los llevaran pensar.

**Identidad:** Cómo me veo a mí mismo. Qué valores son importantes para mí.

**Habilidades y talentos:** Qué cosa hago bien. Qué me gusta hacer.

**Relaciones:** Cómo me relaciono con los demás.

**Metas y Aspiraciones:** Qué quiero lograr en mi vida. Cuáles son mis sueños.



Este espacio fue importante para el autoconocimiento de cada persona por medio de su participación y exposición de sus trabajos. Dado que, a partir de esas preguntas, se puedan generar acciones de cambio.

#### **La actividad se desarrolló así:**

Se empezó por explicarles qué se iba hacer en la clase, donde se le pasó a cada uno plastilina y una tabla para que de esta manera pudieran hacerse con este material.

Seguido, se les acompañó en la realización de este y se les pidió que se hiciera cada uno desde su perspectiva, donde se observó que disfrutaron la actividad.

Por último, se le pidió a cada uno que socializara la escultura que crearon. Donde se le hizo a cada uno las diferentes preguntas que se plantearon para la actividad y lo que significa poderse conocer más a ellos mismos, e igualmente cómo se sintieron.

#### **Análisis**

El trabajar este tema permite que las personas mayores puedan descubrirse a sí mismas, desde Platón, el filósofo griego clásico, se introduce el concepto de reminiscencia, el cual plantea que “el conocimiento ya está dentro de nosotros y que, a través de un proceso dialéctico, lo que en realidad hacemos cuando aprendemos es simplemente recordar”.

Desde estas actividades, se da entrada a seguir conociéndose a sí mismos, lo que conlleva a la reflexión y a acciones de cambio, desde su realidad y su vida cotidiana e interiorizando y optando por nuevos comportamientos que para su bienestar.

#### **Observaciones o Recomendaciones**

Se recomienda seguir creando espacios de trabajo de conocimiento y actividades que permitan la creatividad e imaginación.

Se observa una buena participación y compromiso en la realización de las actividades propuestas desde el programa.



**Tema o Actividad:** Cuidando mi higiene personal

**Objetivo:** Dar a conocer la importancia de la higiene personal en la vida cotidiana de las personas mayores por medio de una actividad lúdica.

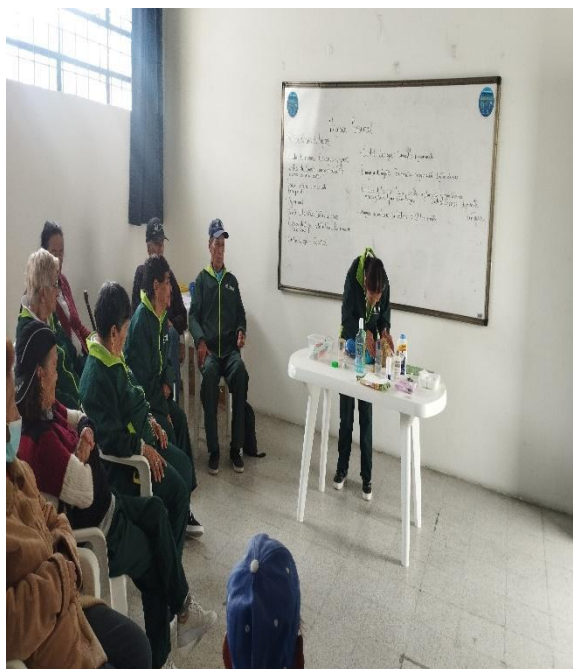
**Metodología:** Se utilizó una metodología participativa en donde se creó un espacio de creatividad, donde, las personas mayores, por medio de una actividad lúdica pudieron reflexionar sobre la higiene personal y la importancia de ésta en la vida cotidiana; ya que, si no se trabaja, puede generar un mal ambiente entre compañeros. Desde allí se buscó la reflexión, y acciones de cambio en su vida cotidiana.

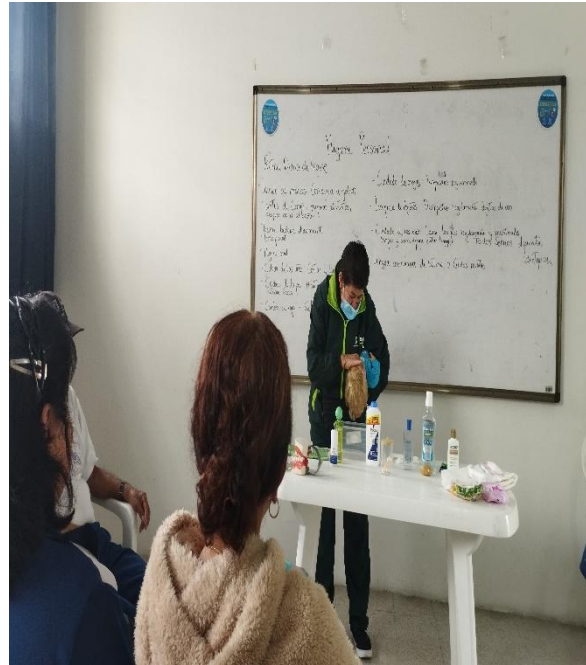
### **La actividad se desarrolló así:**

La actividad empezó por explicarles lo que se iba hacer por medio de una actividad que consistía en bañar un muñeco, donde se llevaron varios elementos de aseo personal y cada uno debía bañarlo porque el muñeco representaba a cada uno y así contarnos con él, cómo hacen su aseo personal diariamente antes de llegar al programa, así fue pasando cada uno.

Después, se les paso a preguntar cómo les pareció la actividad y qué pudieron identificar al momento de hacer el ejercicio, y se pudieron corregir varias imprecisiones al hacerlo.

Por último, se les explicó sobre la importancia del aseo personal y cómo se debe utilizar cada producto, y así, indicarles cómo debe ser el cuidado, de cada parte de su cuerpo, dando pautas de autocuidado. Para terminar, se les realizó la pregunta de lo aprendido y los compromisos a los cuales se llega.





### **Análisis**

Estos temas ayudan al bienestar personal y físico, en el trabajo con las personas mayores, y desde las clases buscando así el fortalecimiento del autocuidado; de esta manera, la OMS define la higiene personal de la siguiente manera: “la higiene personal está constituida por el conjunto de cuidados que necesita nuestro cuerpo para aumentar su vitalidad y mantenerse en un estado saludable. Es el concepto básico de aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo.” Al crear este espacio se permitió llevar a la reflexión y a partir de esta, conducir a acciones de cambio en el día a día.

### **Observaciones o Recomendaciones**

Se observa una buena participación y recepción frente al tema trabajado, participaron activamente e hicieron lo propuesto a cabalidad.

Se recomienda seguir fortaleciendo este tema en el programa y socializando continuamente en ellos la importancia de la higiene personal.

### **Tema o Actividad:** Relajación Guiada del Perdón

**Objetivo:** Crear un espacio para realizar una meditación guiada por medio de un tema específico con las personas mayores que permita la reflexión de cada uno de ellos.

**Metodología:** Se creó un espacio en donde se buscaba que las personas mayores tuvieran un ambiente tranquilo y pudieran concentrarse por medio de una relajación guiada en la cual pudieran encontrarse con ellos mismos y regular sus emociones. La relajación es una técnica que sirve para reducir la tensión física y mental, aliviar el estrés y la ansiedad, y mejorar el bienestar general, ayudando a calmar la mente, disminuir la presión arterial y mejorar el sueño.

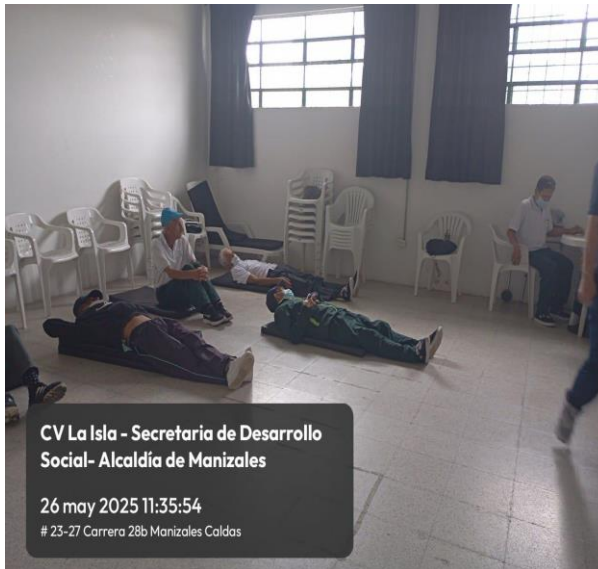
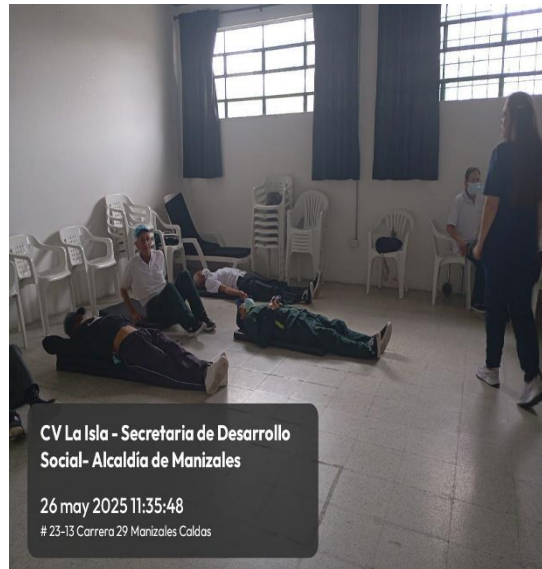
**La actividad se desarrolló así:**

Se empezó por explicar la importancia de la relajación y los beneficios que trae a nuestro cuerpo y nuestra mente, donde se les pidió soltar y dejar la mente libre de todo lo que les aqueja.

Seguidamente se les pasó colchonetas para descansar y realizar el ejercicio. A las personas que les costó, por su movilidad reducida, se les ofreció quedarse sentados y recostaron su cabeza encima de la mesa; después de esto, se les colocó la meditación que duro aproximadamente 30 minutos.

Pasado ese tiempo, se les fue dando la instrucción de que lentamente abrieran los ojos, después de despertar, se les preguntó con quién se encontraron, a quién perdonaron, qué sintieron en este ejercicio, observando así una buena acogida sobre esta.





## Análisis

Desde la realización de estos espacios y ambientes tranquilos, se permite al ser humano encontrarse consigo mismo. Según Osho, “La meditación es un enfoque diferente: no tiene nada que ver con lo divino, tiene que ver contigo, con tu mente. Tiene que crear un silencio dentro de ti, un silencio profundo absoluto”. Es de gran relevancia trabajar estos espacios con los adultos mayores que lleven a la reflexión desde diferentes temas que se pueden dar por medio de esta, permitiendo dejar sentimientos a un lado que no generan bienestar en su vida cotidiana.

## INTERVENCIONES INDIVIDUALES

Desde el área psicosocial se realizaron diferentes seguimientos a personas mayores vinculadas al programa, en los cuales se convocó a sus acudientes con el fin de informarles sobre las situaciones observadas y fortalecer el acompañamiento familiar.

En este periodo, se acompañó a un adulto mayor en su proceso de institucionalización. Se trata del señor Leonel Giraldo Cardona quien fue remitido a un hogar asignado por la Secretaría de Desarrollo Social. Desde el área, se brindó acompañamiento en el traslado y se le orientó respecto a las pautas de convivencia y normas del nuevo entorno, favoreciendo una adaptación positiva.

En el caso de la señora Reynalda Quintero, se identificaron diversas situaciones relacionadas con su estado de salud, lo que motivó a citar a su familia. Durante el encuentro, se expuso la necesidad de un mayor acompañamiento en su proceso, asistencia a citas médicas y apoyo



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

cotidiano. A partir de este diálogo, se estableció un compromiso conjunto entre la familia y la institución, orientado al bienestar de la usuaria. Sin embargo, la familia manifestó la intención de institucionalizarla, al no contar con los medios necesarios para asumir su cuidado.

Respecto al señor Hernando Jaramillo, se han evidenciado dificultades en su participación dentro de las actividades del Centro Vida, como la falta de puntualidad, el incumplimiento de tareas propuestas y reiteradas faltas de respeto hacia compañeros y profesionales,. Asimismo, se ha observado que en algunas ocasiones desecha los alimentos que se le suministran. Debido a la frecuencia de estas situaciones, se le realizó un llamado de atención y se convocó a su acudiente para socializar lo ocurrido. A partir de este espacio se lograron establecer compromisos por parte del usuario y su familia, orientados a promover un acompañamiento constante y una mejora en su proceso de participación y convivencia.

### VALORACIONES INICIALES

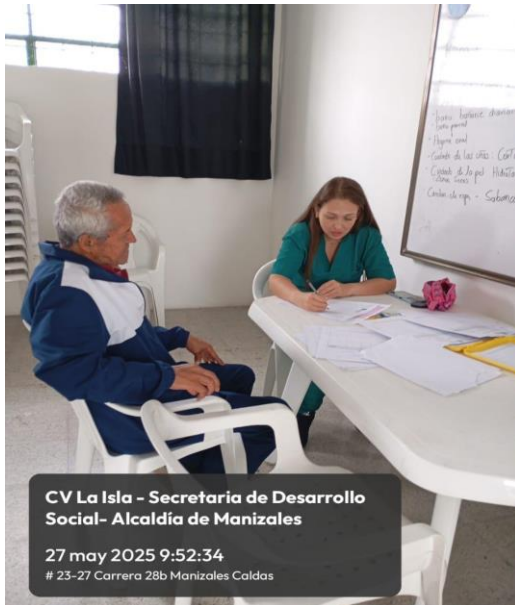
En este periodo, se realizaron las debidas valoraciones desde el área, dando por terminado este proceso, en el cual se pudo obtener información importante desde cada persona mayor beneficiaria del programa, arrojando así una indagación de intervención pertinente para el trabajo con familia, desde aspectos personales hasta familiares, redes de apoyo, participación ciudadana y condiciones de la vivienda; dando así elementos importantes de análisis como ingreso, tipología familiar, tenencia de la vivienda, etc.





¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!

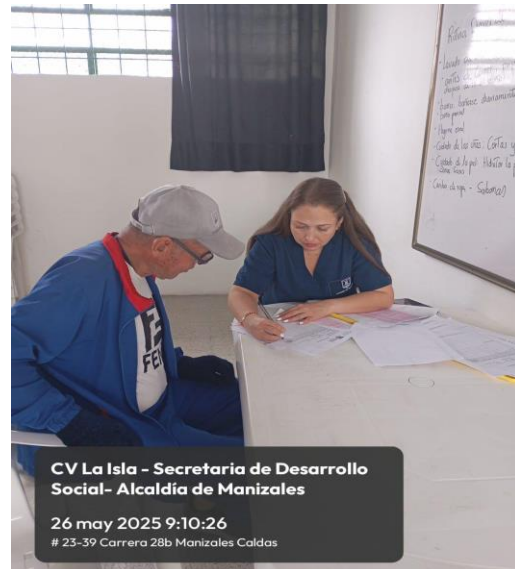
[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)



CV La Isla - Secretaría de Desarrollo Social- Alcaldía de Manizales

27 may 2025 9:52:34

# 23-27 Carrera 28b Manizales Caldas



CV La Isla - Secretaría de Desarrollo Social- Alcaldía de Manizales

26 may 2025 9:10:26

# 23-39 Carrera 28b Manizales Caldas



Leidy Xiomara Jiménez T  
Leidy Xiomara Jiménez  
Trabajadora Social



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

**Área:** Fisioterapia

**Responsable:** María Camila Ocampo Usma

**Fecha:** 31/05/2025

**Tema o Actividad:** Dolor agudo y crónico

**Objetivo:** Comprender las características del dolor agudo y crónico, y desarrollar la capacidad para identificarlos correctamente en el cuerpo, con el fin de aplicar estrategias adecuadas para su manejo y prevención.

**Metodología:** Se realizó una charla educativa sobre el dolor, los tipos de dolor, como aprender a identificar un dolor agudo y uno crónico y cuál es el tratamiento que se debe utilizar; seguido de esto, hablamos del dolor de cada uno y se realizó un dibujo donde identificamos la articulación que cada uno tenía con más dolor.

**Observaciones o Recomendaciones:** se recomendaron medios físicos en casa como el frío y el calor para la disminución del dolor, también se recomendó la actividad física, ejercicios de movilidad que permitan a las articulaciones estar en movimiento para fortalecer los músculos y no tener debilidad que es lo que conlleva al dolor.





**Tema o Actividad:** Envejecimiento activo

**Objetivo:** Conocer los procesos de envejecimiento en el adulto mayor para poder hacer una diferencia entre envejecimiento y envejecimiento activo.

**Metodología:** se inició la actividad con unos ejercicios de movilidad con pelotas para activar todo el cuerpo, luego se les explico que desde la actividad física empieza un envejecimiento activo, se les mostro una serie de imágenes donde se entendió en que consiste el envejecimiento activo y todos los factores que influyen y se finalizó con otra actividad de movimiento activo con nuestro cuerpo.

**Observaciones o Recomendaciones:** se debe enfatizar mucho en la actividad física, en el movimiento de las articulaciones, en los movimientos controlados y precisos para generar un buen ejercicio y mantener adecuadamente activo nuestro cuerpo.





**Tema o Actividad:** Rehabilitación respiratoria

**Objetivo:** Conocer más de cerca la rehabilitación respiratoria, cómo se hace y en qué enfermedades es más utilizada.

**Metodología:** Se inició la charla hablando en qué consiste la rehabilitación respiratoria y cuál es el órgano que se ve implicado en esta rehabilitación; se mostraron imágenes sobre los elementos que se utilizan en la rehabilitación pulmonar como los inhaladores, la inhala cámara, concentrador de oxígeno y las pipas; se habló de las condiciones de salud en las que se hace rehabilitación respiratoria y también se realizaron ejercicios respiratorios consientes para aprender a manejar nuestra respiración.

**Observaciones o Recomendaciones:** se hace énfasis en la importancia de manejar nuestra respiración ya que esta permite una mejor entrada de aire y poder oxigenar nuestro cuerpo; también, la importancia de cuidarnos con los cambios de clima y con los factores externos que puedan llevarnos a tener condiciones de salud pulmonares.





**Tema o Actividad:** EPOC (Enfermedad Pulmonar Obstructiva)

**Objetivo:** Conocer una de las principales enfermedades respiratorias, sus causas, tratamientos y lo que conlleva tener una de estas condiciones de salud.

**Metodología:** Se inició la charla explicando en qué consiste la enfermedad pulmonar obstructiva, se mostraron imágenes de un pulmón en buenas condiciones y un pulmón que ha sido afectado por el humo del cigarrillo, de la leña o cualquier humo, se entregaron copias con la imagen de un pulmón, la cual pintaron y pegaron en los cuadernos.

**Observaciones o Recomendaciones:** se recomendó el autocuidado sobre el manejo de esta condición de salud, el buen uso de los inhaladores y el concentrador de oxígeno, se les hizo énfasis en la importancia de dejar el cigarrillo a tiempo, para evitar llegar a estar condiciones de salud y disminuir la calidad de vida.





**Tema o Actividad:** Valoraciones individuales

**Objetivo:** Identificar desde el área de fisioterapia posibles condiciones musculoesqueléticas que se puedan abordar de manera individual para mejorar las capacidades físicas de los adultos mayores.

**Metodología:** Aplicación de escala de valoración por fisioterapia donde empezamos por conocer datos básicos del adulto mayor, sus antecedentes patológicos, medicamentos actuales, el uso de ayudas externas, para continuar con la aplicación de la escala del dolor a nivel articular y muscular lo cual nos permite identificar esos dolores que tiene cada adulto que pueda ser agudo o crónico para darle la atención oportuna, se continúa con la aplicación de la escala de tinetti equilibrio y tinetti marcha, lo que nos permitió conocer el riesgo a caídas que tiene cada adulto de acuerdo con sus capacidades. Por último, se aplicó la escala de barthel con el fin de conocer si el adulto es independiente o dependiente en sus actividades de la vida diaria, de acuerdo con esta valoración dar atenciones oportunas y que permitan mejorar las capacidades físicas de los adultos mayores.

**Observaciones o Recomendaciones:** Se debe hacer énfasis en las condiciones musculoesqueléticas ya que se ha evidenciado dolores articulares, dar tratamientos oportunos y hacer seguimientos para ver cambios en los adultos mayores





**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)



M<sup>a</sup> Camila Ocampo U.  
C.C. 1007234565  
**María Camila Ocampo Usma**



**Área:** Educación Física

**Responsable:** Angélica María Ladino Calvo

**Fecha:** Mayo 31, 2025

**Tema o Actividad:** PATRONES BÁSICOS DE MOVIMIENTOS – LOCOMOTORES

(Marcha – introducción al trote)

**Objetivo:** Observar y reforzar el patrón de marcha con actividades que puedan ejecutar fácilmente y se asemejen a su diario vivir, con variantes como el trote y la carrera según sus capacidades individuales.

**Metodología:**

Para dar inicio a la intervención, se realizó desplazamiento por el espacio con movilidad articular, cumpliendo con órdenes de movimientos específicos o tocando elementos que hubiera en el lugar, como sillas, ventanas, paredes, plantas, puertas, entre otros. A continuación, se ejecutaron movimientos previos a la marcha como: braseo, postura, respiración, equilibrio, elevación de pie derecho o izquierdo, skiping y caminar a diferentes velocidades y direcciones. Seguidamente, se realizó el juego “Hola Lucas”, en el que se desplazaron por el espacio y, al encontrarse con un compañero, se saludaban **“que hubo mijo”**, actividad que permitió la socialización y el romper el hielo entre compañeros antiguos y nuevos en el programa. Posteriormente, el grupo se dividió en subgrupos formando una hilera, el cual sería el tren y debía ser direccionado por la persona que fuera adelante, cambiando por momentos el conductor del tren. Para finalizar las actividades, se ejecutó una caminata en diversas direcciones y con variables de velocidad con el fin de hacer una retroalimentación de lo aprendido. Se volvió a la calma con estiramiento céfalo – caudal, retroalimentación y aportes de todos los integrantes.

**Observaciones o Recomendaciones**

Personas mayores motivados a la realización de actividad física, interiorizando los grandes beneficios tanto físicos como emocionales.

Adultos mayores con espíritu de competitividad y participación positiva en las actividades desarrolladas en equipos.



### **Tema o Actividad:** FORTALECIMIENTO AERÓBICO – CIRCUITO POR BASES

**Objetivo:** Estimular de manera individual y por medio de un circuito, la capacidad aeróbica, con ejercicios cortos, con intervalos y tiempos de recuperación donde se garantice un incremento en la actividad cardio vascular.

**Metodología:** para comenzar, se brindó conocimiento sobre el trabajo con cargas o auto cargas, y de cómo prevenir lesiones y cómo hacer acompañamiento activo a los compañeros. Posteriormente, se realizó movilidad articular céfalo caudal para predisponer el cuerpo a la actividad física, además de la realización de ejercitación musicalizada para aumentar la frecuencia cardíaca. El grupo estuvo dividido en subgrupos los cuales debían cumplir con tareas motoras por un tiempo determinado, la intención era que cada persona mayor pudiese vivir cada ejercicio y cada material proporcionado. Como pelotas de mini baloncesto, aros y/o conos.

Las tareas motoras propuestas fueron:

Base 1. Trabajo de Silla



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

Base 3. Desplazamientos en el patio

Base 5. Trabajo con aros y/o conos

Base 6. Trabajo con pelotas.

Base 7. Trabajo con bandas elásticas

La intervención finalizó con el estiramiento céfalo caudal, ejercicios de respiración y retroalimentación.

### **Observaciones o Recomendaciones**

Las personas mayores con dificultades cognitivas y motoras respondieron alegre y positivamente ante el estímulo dado para la realización de las clases, reaccionaron activamente frente a lanzar y atrapar balones y objetos, al igual que ejercicios realizados en parejas.





**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

### **Tema o Actividad:** FORTALECIMIENTO AERÓBICO – CLASE MUSICALIZADA

**Objetivo:** Inducir a través del movimiento generalizado a diferentes ritmos musicales del gusto de la población, como una actividad libre, de goce y esparcimiento, experimentando la variación de realizarlo individualmente y en parejas.

**Metodología:** Se realizó el calentamiento rítmico generalizado, activando segmentos musculares y articulares propios para la práctica de actividad física. Seguidamente, se orientaron ejercicios paso a paso y figuras básicas de diferentes ritmos, se abordaron tanto ritmos latinos como folclóricos, ejecutando pasos de manera individual, parejas o grupos, donde se vivenciaron diferentes momentos de socialización por dichos grupos, mostrando las secuencias rítmicas guiadas. Se volvió a la calma con un estiramiento generalizado y aplicando ejercicios de respiración.

### **Observaciones o Recomendaciones**

La práctica de ejercicio físico es la intervención más eficaz para retrasar la discapacidad y los eventos adversos que se asocian habitualmente con el síndrome de la fragilidad, la pérdida de rendimiento en las diferentes capacidades físicas y enfermedades crónicas no transmisibles; por lo anterior, se recomienda la práctica de mínimo 2 veces por semana de algún tipo de ejercicios realizados en la clase.





### **Tema o Actividad:** JUEGO Y RECREACIÓN

**Objetivo:** Ejecutar juegos y recreación donde el adulto mayor disfrute de un espacio de libre esparcimiento. Goce e integración, acompañado de ejercicios de respiración (inhalación – exhalación)

**Metodología:** dando inicio a la sesión de actividad física, se realizó el calentamiento funcional y articular individual por medio de desplazamientos rítmicos por el salón, siguiendo las instrucciones de la profesora como mover los brazos de manera circular, tocarse las rodillas, movimientos circulares del cuello etc. A continuación, se realizaron juegos como:

**Patos al agua:** donde los adultos mayores ubicados en hilera (uno tras otro) y con una cinta divisoria en el piso, donde un lado era agua y el otro era tierra, a la instrucción del profesor, los adultos mayores debían desplazarse a la derecha (agua) o a la izquierda (tierra). Al equivocarse de esta posición, iban siendo eliminados del juego.

**Pelota al hoyo:** en una tela grande con un hoyo en la mitad, tenían que evitar que el compañero hiciera el “gol”, es decir, que metiera la pelota en el hoyo. Ganó al final quien más “goles” hizo. Se finalizó la intervención con ejercicios de estiramiento y respiración.

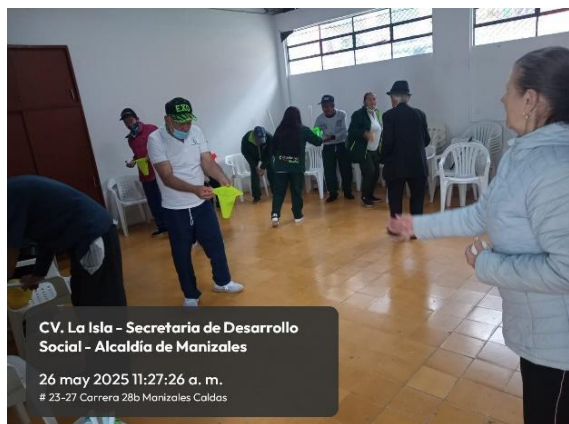


**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

### **Observaciones o Recomendaciones:**

La práctica de actividad física de intensidad moderada, como caminar a paso ligero; o la ejecución de una actividad de intensidad vigorosa, como caminar, trotar o correr, traen grandes beneficios a su salud.



### **Tema o Actividad: VALORACIONES INICIALES**

**Objetivo:** Hacer un plan específico de actividad física, según las habilidades y capacidades de los adultos mayores del Centro vida Marmato – La Isla, proyectando y ejecutando actividades en las cuales se involucren indistintamente las capacidades motoras que poseen los beneficiarios.



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)

### **Metodología:**

Durante este mes, se realizaron las respectivas valoraciones iniciales a los adultos mayores inscritos en el programa, donde se ejecutó la evaluación inicial y la intervención dirigida hacia la activación de hábitos de vida saludable como medios para mejorar la capacidad física y el aprovechamiento del tiempo libre. Dichas actividades planteadas como planes institucionales y caseros para generar movilidad como: ejecución de ejercicios con palo de escoba, pelota pequeña, caminatas subir y bajar escalas, entre otras.



**Informe realizado por:**

*Angélica María Ladino Calvo*

**Angélica María Ladino Calvo**

Lic. Educación Física y Recreación - UDC



**Área:** Laborterapia

**Responsable:** Martha Liliana Muñoz Ramírez

**Fecha:** 31 de mayo 2025

**Tema o Actividad:** Portallaves con piedras de río (finalización)

**Objetivo:** Estimular la destreza manual, la creatividad y la perseverancia en las personas mayores.

**Metodología:** Se continuó con el ensamble del portallaves, recordando la utilidad de este elemento. Un portallaves en la casa sirve principalmente para guardar las llaves de forma organizada y evitar que se pierdan. También puede funcionar como un elemento decorativo, agregando un toque de estilo a la entrada de la casa.

**Desarrollo del tema:** las personas mayores alistaron todas las partes del portallaves, se utilizaron tablas de madera como base para armar el proyecto, comenzando por el techo y luego un chamizo horizontal en la parte inferior donde se pegaron con silicona todos los elementos pintados en las piedras. Luego, con el proyecto ya armado, se colocó un abrelatas en la parte trasera para poder colgarlo, además se ajustaron los cáncamos para las llaves. Seguidamente, se le aplicó de barniz brillante para mayor duración del portallaves. Finalmente, se realizó una exposición con los trabajos de los 4 grupos, mostrando sus creaciones manifestando satisfacción y orgullo por sus portallaves, lo que aumentó su autoestima y confianza en sí mismos.

**Observaciones o Recomendaciones:**

Las manualidades mantienen la mente activa y entrenan las capacidades cognitivas. Ya que requieren atención, concentración, precisión, etc. Activan las capacidades sensoriales como la visión y el tacto. La necesidad de combinar los colores o los materiales les sirve para estimular los sentidos.





**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)





### **Tema o Actividad:** Materos

**Objetivo:** Mantener y mejorar la movilidad y precisión de las manos a través de actividades manuales que implican sincronización y destreza.

**Metodología:** Se emplearon guaduas recicladas del entorno para diseñar materos novedosos destinados a la siembra y cuidado de plantas, contribuyendo así a la creación de la huerta o vivero en la institución.

Para iniciar el proyecto, se realizó un recorrido por el barrio La Isla con el objetivo de identificar plantas medicinales y flores ornamentales propias de la zona. Durante esta caminata, los participantes eligieron las plantas que sembrarían en sus materos de guadua. Además, ellos compartieron valiosos conocimientos sobre las plantas, incluyendo fechas y técnicas para la siembra; también, se mencionaron las plantas que fueron encontrando, tales como margaritas, cartuchos, novios, cactus, suculentas, cidrón, yerbabuena, pronto alivio, entre otras.



### **Desarrollo del tema:**

A continuación, se presentó el matero ya elaborado, identificando los materiales utilizados: guadua pequeña (hasta el nudillo), vinilos de colores variados, diseños decorativos, pinceles suaves, una planta (con o sin flores) y tierra abonada.

### **Paso a paso:** Elaboración de materos en guadua

1. Se seleccionaron las guaduas traídas por los participantes, buscando aquellas con un buen diámetro (aproximadamente 12 cm).
2. Con la ayuda de varios beneficiarios, se cortaron las guaduas con un serrucho justo en los nudillos, creando así una base natural que serviría para contener la tierra.
3. Posteriormente, se lijaron las guaduas con lija #150 para suavizar la superficie.
4. Luego, utilizando un taladro con broca, se hicieron orificios tanto para colgar el matero como para permitir el drenaje del agua. Se añadió alambre dulce para facilitar su colgadera.
5. Los beneficiarios eligieron los diseños decorativos para sus materos. Primero, se dibujaron los motivos con lápiz y luego se repasaron con marcador negro (algunos ejemplos incluyen, flores, loros, palmeras, mariposas, gatos, perros y paisajes).
6. Con los 5 colores primarios de vinilos se aprovechó para hablar sobre las combinaciones para obtener el verde, café, azul claro entre otros. Colores necesarios para pintar los dibujos en las guaduas, aplicando pinceladas creativas que lograron un decorado estético y personalizado.
7. Después, se dejaron secar los materos al aire libre y posteriormente se delinearon los detalles con vinilo negro y marcador.
8. Para finalizar el decorado, se aplicó laca brillante a cada matero, otorgándole un acabado pulido y asegurando mayor durabilidad.
9. Para el próximo mes, se sembrarán semillas y plantas en la celebración del día del campesino y el medio ambiente.

### **Observaciones o Recomendaciones**

La jardinería es una actividad física suave que puede ayudar a mantener la flexibilidad y la movilidad de las personas mayores.

Algunas tareas de las que se realizan, como plantar, regar y arrancar maleza, pueden ser una excelente forma de hacer ejercicio y mantener el cuerpo activo.



**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)





**¡Uniendo fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)





**¡Uniando fuerzas, creamos mundo!**

[fundacionnewman.wixsite.com/newman](http://fundacionnewman.wixsite.com/newman)



  
**Martha Liliana Muñoz Ramírez**