FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

INFORME TÉCNICO DE GESTIÓN

FUNDACIÓN HOGAR DE PASO MIS MEJORES AÑOS

SECRETARIA DE GESTIÓN SOCIAL PROYECTO CENTROS DE BIENESTAR

MES DE JUNIO

VIGENCIA 2025

TABLA DE CONTENIDO

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN 1

OBJETIVOS 2

METODOLOGÍA 3

BENEFICIARIOS 4

CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN 4

2. EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES 7

2.1. COMPONENTE DE SALUD FÍSICA Y FUNCIONALIDAD 7

2.3. COMPONENTE DE NUTRICIÓN 13

2.4. COMPONENTE DE SALUD MENTAL 21

2.5. COMPONENTE DE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO Y RECREACIÓN 23

2.6. COMPONENTE DE GESTIONES TÉCNICAS, ADMINISTRATIVAS Y DE ACCESO A SERVICIOS 25

3. AVANCES Y RESULTADOS DE EJECUCIÓN 1

4. ANEXOS FOTOGRÁFICOS 1

INTRODUCCIÓN

La Fundación Hogar de Paso Mis Mejores Años tiene como objetivo mejorar la calidad de vida de las personas mayores acogidas a través de diversas acciones enfocadas en su bienestar integral. Reconoce que la salud y el bienestar están influenciados por varios factores, como la biología, el entorno, el estilo de vida y el acceso a la atención médica, así como las necesidades básicas. En este sentido, se ha desarrollado un modelo de atención centrado en la persona que promueve la salud, previene enfermedades y complicaciones asociadas al envejecimiento, y busca mantener un nivel óptimo de bienestar. Este modelo incluye el fortalecimiento de habilidades funcionales, atención integral y satisfacción de necesidades básicas a través de estrategias multidisciplinarias. La atención interdisciplinaria considera aspectos biológicos, psicológicos y sociales para promover la independencia, funcionalidad y participación de los beneficiarios en su entorno, priorizando el trato humano y la mejora continua de los procesos de intervención en salud. Este informe detalla las actividades realizadas durante junio de 2025 por los equipos interdisciplinarios, basadas en el análisis de datos obtenidos de las valoraciones iniciales.

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

OBJETIVOS

- **Objetivo General**

Detallar de manera cualitativa y cuantitativa las acciones llevadas a cabo por los equipos de Salud, Nutrición, Psicología, Salud Física, Trabajo Social y Dirección Técnica durante junio, como parte del programa integral para mejorar la calidad de vida de las personas mayores atendidas en el Centro de Bienestar Fundación Hogar Mis Mejores Años en Barranquilla durante el año 2025.

▪Objetivos específicos

- Establecer el alcance de las estrategias multidisciplinarias implementadas bajo el modelo de atención en salud centrada en la persona desde el enfoque de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.
- Identificar y analizar porcentual y categóricamente las características sociodemográficas relevantes del grupo beneficiario, sustentando así acciones de tipo socio cultural para la intervención positiva de variables sensibles a modificaciones.
- Comunicar descriptivamente las estrategias de intervención en salud integral aplicadas por los diferentes componentes de atención como resultado del análisis de datos evaluativos, enfocadas a impactar favorablemente los niveles de bienestar de la población de personas mayores acogidas.
- Reportar el avance y los resultados progresivos alcanzados durante el periodo de ejecución frente a las metas propuestas inicialmente.

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

METODOLOGÍA

A partir del diseño del plan de trabajo derivado del Plan de Atención Integral (P.A.I), surge una propuesta de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, fundamentada con base en los resultados de las evaluaciones iniciales y las necesidades detectadas por los diversos componentes en la población de beneficiarios. Esta propuesta abarca una variedad de estrategias adaptadas a las capacidades y preferencias de las personas mayores, con el fin de mejorar su bienestar físico, emocional y social, orientadas hacia el logro de metas e indicadores establecidos. La implementación de estas estrategias se basa en varios pilares: priorización del atendido, centrando la atención en sus necesidades y preferencias; individualización del cuidado, ajustando la atención a las características únicas de cada beneficiario y reconociendo su contexto social, cultural y emocional; mejora de la comunicación, con el objetivo de establecer una comunicación efectiva y bidireccional entre el beneficiario y el equipo de atención; coordinación del cuidado, integrando los diversos servicios de atención médica y profesionales de salud para asegurar una atención continua y sin interrupciones; y prevención de la enfermedad y promoción de la salud, enfocándose en la prevención de enfermedades, la promoción de estilos de vida saludables y el manejo proactivo de las condiciones crónicas para mejorar la calidad de vida. Cada uno de estos pilares atraviesa todos los componentes de promoción de la salud y prevención de la enfermedad y se refleja en las estrategias planteadas en torno al beneficiario como eje central de las acciones realizadas, desde intervenciones grupales hasta seguimientos personalizados, permitiendo abordar de manera particular los determinantes de salud de cada beneficiario.

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

BENEFICIARIOS

En la actualidad, el centro de bienestar ha atendido a un total de 18 personas mayores, activas en el Programa Adulto Mayor de la Alcaldía de Barranquilla. El centro se ha dedicado a acoger a esta población beneficiaria con el objetivo de abordar sus necesidades fundamentales, promover su crecimiento y desarrollo personal, y proporcionarles una atención integral de manera humanizada. Esta atención se adapta a las necesidades individuales identificadas en cada persona mayor.

CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN

La población de personas mayores residentes del centro de bienestar se encuentra caracterizada por medio de la recopilación de datos de origen socio demográfico, cuyo análisis y actualización permanente permite observar las tendencias y particularidades del grupo con el fin de optimizar y afinar las estrategias de intervención específicas según las variables categorizadas.

VARIABLE		HOMBRE	MUJER	TOTAL
Género	**Número de beneficiarios**	**13**	**5**	**18**
Condición de vulnerabilidad	**En condición de Discapacidad**	6	3	**9**
	Sisbén	8	3	**11**
	Red Unidos	0	0	**0**
	Cabeza De Hogar	13	5	**18**
	Víctimas De Violencia De Género	0	0	**0**

VARIABLE		HOMBRE	MUJER	TOTAL
Género	**Número de beneficiarios**	**13**	**5**	**18**
	Desplazados	0	0	**0**
	Inmigrantes	0	0	**0**
	Retornados de Venezuela	0	0	**0**
Etnia	**Afrodescendientes**	0	0	**0**
	Palenque	0	0	**0**
	Mujer Rural	0	0	**0**
	Campesino/a	0	0	**0**
	Rom	0	0	**0**
	Indígena	0	0	**0**
	Raizal	0	0	**0**
Localidad	**Riomar**	0	0	**0**
	Metropolitana	0	0	**0**
	Suroccidente	0	0	**0**
	Suroriente	0	0	**0**
	Norte Centro Histórico	13	5	**18**

Tabla 1 Caracterización de la Población Beneficiaria

Según el análisis de los datos suministrados por la tabla anterior, se observa que:
En cuanto a distribución por género:

- 72.2% del total de beneficiarios corresponde a hombres, representando su mayoría y el 27.8% mujeres.

En cuanto a condiciones de vulnerabilidad se observa que:

- El 50% del total de la población de personas mayores presenta algún tipo de discapacidad. De los cuales el 33.3% son de género masculino.
- En cuanto a la inscripción a Sisbén IV el 61.1 % de la población se encuentra sisbenizados. Mientras que el 38.9% no cuentan con inscripción al Sisbén IV.

En cuanto a localidad se observa que:

- El 100% de los beneficiarios se encuentran al interior del centro de bienestar, ubicado en la localidad Norte Centro Histórico de la ciudad de Barranquilla.

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

2. EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES

2.1. COMPONENTE DE SALUD FÍSICA Y FUNCIONALIDAD

Este componente permite reconocer y evaluar las diferentes y potenciales dificultades que la Persona Mayor podría experimentar en diversas áreas, con el fin de intervenir en conjunto con el equipo interdisciplinario para orientar el manejo de las diferentes patologías, elaborando e implementando planes de atención individualizadas que promuevan su bienestar, independencia y calidad de vida.

- **Actividades de salud – Cuidados de Enfermería**

El área de enfermería se enfocó en proporcionar cuidados personalizados, atendiendo a las necesidades específicas de 18 beneficiarios del centro de bienestar. Se hizo seguimiento del estado de salud integral de la persona mayor mediante control de signos vitales, suministro de medicamentos, asistencia en la alimentación, asistencias al baño, asistencia en la movilidad y procedimientos, al igual que la higiene personal; la higiene postural; la alimentación saludable y completa; el cuidado del estado de ánimo; la atención en la calidad del sueño; la participación en momentos de socialización.

A continuación, se detalla de manera resumida el control de los cuidados de enfermería aplicados a los 18 residentes:

Cuidados de Enfermería	***Número de Personas Mayores Intervenidas***
Control de signos vitales	18
Administración de medicamentos	18
Glucometría	3
Curaciones	0
Asistencia de aseo personal	9
Procedimientos	3

Tabla 2 Actividades de salud, cuidados de enfermería

Dado a la hospitalización de un beneficiario masculino, aumentó los procedimientos realizados dada la administración del tratamiento intravenoso recetado por el médico tratante de la EPS.

Además, se efectuaron seguimientos médicos como un instrumento que posibilitó la detección de enfermedades que, en determinados casos, pueden representar una problemática significativa al comprometer la funcionalidad o desencadenar complicaciones graves. Asimismo, existe una probabilidad considerable de pérdida funcional a corto plazo. Además, se consiguió identificar nuevas condiciones patológicas, verificar la adherencia a las pautas terapéuticas e implementar tratamientos adicionales. También se facilitó la gestión para involucrar al equipo interdisciplinario, lo que permitió reducir las complicaciones derivadas del agravamiento de enfermedades crónicas y, en consecuencia, disminuir los ingresos hospitalarios. Durante el mes de junio del presente año se realizaron 2 seguimientos, los cuales corresponden al género femenino una Persona Mayor con cuadro de dolor en pie derecho con ligera limitación y la segunda con dolor en el epigastrio, fueron abordadas inmediatamente con protectores de la mucosa gástrica, dieta gastroprotectora, analgésico antiinflamatorio, recomendaciones de mantener el miembro inferior elevado. Se enfatizó en las recomendaciones y signos de alarma en caso de evolución no satisfactoria de alguno de estos casos, para inmediatamente trasladarlos al centro de salud más cercano.

PATOLOGÍAS	**Hombre**	**Mujer**
DOLOR EN PIE	0	1
GASTRITIS	0	1
TOTAL	0	2

Tabla 3 Seguimientos junio 2025

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

▪Formaciones en autocuidado e higiene personal de la persona mayor

A medida que avanza la edad, las habilidades para realizar actividades básicas de la vida diaria, como el aseo personal, pueden verse disminuidas. Por ello, la falta de higiene en adultos mayores puede desencadenar infecciones, enfermedades de la piel, deterioro emocional y dependencia funcional. Una intervención educativa desde enfermería que aborde el autocuidado permite empoderar al adulto mayor y/o su cuidador, disminuyendo riesgos para la salud y favoreciendo una vida más independiente y saludable en el entorno familiar o institucional.

Razón por la cual este taller tuvo como propósito educar a los adultos mayores sobre prácticas adecuadas de higiene corporal, bucal y del entorno, adaptadas a sus capacidades, promoviendo así su dignidad, autoestima y autonomía en el cuidado de sí mismos.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD

Importancia de la hidratación y sus beneficios.

OBJETIVO

Brindar a las personas residentes información clara y práctica sobre la importancia de mantenerse hidratados y sus beneficios para la salud.

METODOLOGÍA

Se inició con una charla educativa dirigida por el personal de enfermería sobre la importancia del agua en el organismo, beneficios de tomar agua, síntomas de deshidratación, recomendaciones para mantenerse hidratado y cuidados básicos de la piel seca en la adultez mayor. Después se realizó la actividad práctica donde se repartieron vasos de agua a todos los participantes, para después realizar una

demostración de aplicación de crema hidratante, seguida por la aplicación supervisada en manos y brazos por parte de los mismos adultos mayores.

RESULTADO

Finaliza actividad incentivando a las personas mayores a la creación de un hábito diario de consumo de agua y cuidado de la piel gracias al aumento del nivel de conciencia logrado sobre los riesgos de la deshidratación y el deterioro cutáneo en la vejez.

- **Rutinas grupales de Acondicionamiento físico**

Las actividades físicas programadas en junio apuntaron a: estimular la coordinación motora y resistencia cardiovascular, mejorar la fuerza muscular de miembros superiores para favorecer la independencia en actividades de la vida diaria. Asimismo, se buscó promover el equilibrio, la fuerza en miembros inferiores y el control postural para prevenir caídas. La metodología participativa desarrollada por los residentes fue de trabajo individual y colectivo permitiendo la adaptación a dichas actividades según la capacidad de la persona mayor, ya sea por la presencia de alguna limitación por patologías o secuelas cumpliendo a cabalidad las actividades propuestas:

✓ **Rumba balón.** Se trasladó a las personas mayores al salón principal para realizar una sesión de 25 minutos de rumbaterapia con música tropical, donde se realizaron pasos básicos de bajo impacto, desplazamientos laterales y movimientos de brazos. La fisioterapeuta guió los movimientos con adaptación para quienes estaban sentados. Culmina actividad con mejoría del ritmo cardiaco según percepción de esfuerzo y monitoreo verbal.

✓ **Fortalezco mi futuro.** Se ubicó a las personas mayores en el salón principal para realizar 2 series de 10 repeticiones por ejercicio: flexión de codo, elevación frontal y lateral con mancuernas livianas en posición sedente. Se supervisó la técnica y se adaptó el peso a cada condición física. Finaliza actividad

completando las series sin pausas. No se presentaron signos de fatiga ni dolor post-ejercicio.

✓ **Movilidad funcional.** Actividad grupal donde se realizó una actividad de 15 minutos donde se incentivó a caminar en puntas, 3 series de 10 sentadillas asistidas con apoyo en silla y 3 series de 10 flexiones suaves de brazos contra la pared. Se adaptó el ejercicio según la condición motora individual. Finaliza actividad con ejecución del circuito de ejercicios completo. Se identificaron mejoras en la coordinación y control postural.

▪Pausas Activas

Entre estas actividades hubo actividades cognitivas y de ejercicios de fortalecimiento con dispositivo de resistencia (Theraband) para miembros superiores e inferiores y Core, ejercicios de reeducación postural, entrenamiento de la marcha asistida con dispositivo de apoyo (caminador), actividades de equilibrio, propiocepción, coordinación y estabilidad articular propiciando hábitos saludables que permiten mantener una buena salud. Asimismo, se realizaron ejercicios de movilidad en las personas mayores y se llevaron a cabo pausas activas que incluían estiramientos suaves en el área del cuello, brazos, espalda y piernas. Se ejecutaron ejercicios circulatorios en las articulaciones y ejercicios libres con balón. Además, se realizaron pausas cognitivas para combatir las patologías preexistentes en el centro de bienestar.

Las personas mayores participaron activamente en estas sesiones a lo largo del día, siguiendo las instrucciones de la fisioterapeuta y del personal de enfermería. Las actividades se realizaron una vez al día durante la jornada, y en junio hubo 30 sesiones activas.

▪Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad

Estas actividades se llevaron a cabo para estimular la atención selectiva y la

coordinación motora y ojo-mano, la movilidad de tronco y extremidades inferiores. Mejorar la memoria visual y la movilidad funcional. Por consiguiente, las estrategias empleadas fueron las siguientes:

- ✓ **Taller de concentración.** Ubicados en el salón principal, sobre una mesa se colocaron 4 colores diferentes (rojo, azul, amarillo y naranja). Para que la fisioterapeuta de forma oral indicará un color y el adulto debía trasladar un cono al área correspondiente. La actividad fue ejecutada en grupos de dos. En personas con discapacidad visual, se trabajó con indicación de color memorizado y orientación espacial por recuerdo. Culmina la actividad con buena atención por parte de los participantes. Se observó incremento del rango de desplazamiento funcional y estimulación en personas con discapacidad visual la memoria de asociación.

- ✓ **Gallina pone huevo**. Se ubicó a las personas mayores en el salón principal para realizar una actividad en parejas, colocando un globo entre las espaldas de los participantes y debían trasladarlo de un punto a otro sin que cayera, ejerciendo presión coordinada y pasos controlados. Culminó la actividad con movimientos de control torácico y activación de Core. La actividad generó entusiasmo, risas y mayor cooperación.

- ✓ **Pac Man Manual.** Actividad desarrollada en parejas, de manera que las personas mayores tomaron turnos para tirar un dado y restaban el valor obtenido a su marcador (de 20 a 0) del jugador contrario. En el juego el ganador era quien hiciera que el jugador contrario llegará a cero al perder sus puntos. Se utilizaron una ficha grande en forma de un "Pacman". Para los participantes con deterioro cognitivo leve, se brindó apoyo directo y guía paso a paso. La fisioterapeuta asistió a quienes presentaron dificultad con los cálculos. Se evidenció mejora en tiempo de reacción y conteo secuencial. Asimismo, se fortaleció la interacción social de las personas mayores

2.3. COMPONENTE DE NUTRICIÓN

La nutrición en las personas mayores tiene características especiales, y debe ser equilibrada, para que contenga el adecuado aporte calórico y de nutrientes, además de que pueda reforzar el sistema de defensas para la prevención de enfermedades, por lo que debe proveer la cantidad adecuada de proteína, carbohidratos, grasas saludables, micronutrientes, fibra e hidratación, para poder mantenerse activos y sanos.

En este mes, se continuaron con las siguientes actividades, la cuales se enfocan en brindar una buena atención a las personas mayores: Seguimiento a aprovechamiento de las raciones diarias, acompañamientos nutricionales, diseño del ciclo de minutas, seguimiento al ciclo de minutas a través del modelo de raciones servidas y la aceptación de los menús por parte de los beneficiarios,

- **Seguimiento a aprovechamiento de las raciones diarias**

A través de este se hizo seguimiento a las porciones servidas y consumidas, en beneficio a la buena nutrición de las personas mayores.

Se realizó a las 18 personas del centro de bienestar el seguimiento a las porciones servidas y consumidas, observándose la hospitalización de una persona mayor en este mes. presentándose aceptación de los menús por parte de las personas mayores del centro de bienestar a nivel general. Además, se continuaron los planes nutricionales y dietéticos instalados según estado nutricional y patologías crónicas presentes.

Se suministraron en este mes 2645 raciones servidas y 2645 consumidas, con un porcentaje de aprovechamiento del 100%.

RACIONES DEL MES			RACIONES ACUMULADAS		
RACIONES SERVIDAS	**RACIONES CONSUMIDAS**	**% DE APROVECHAMIENTO**	**RACIONES SERVIDAS**	**RACIONES CONSUMIDAS**	**% DE APROVECHAMIENTO**
2645	**2645**	100%	7865	7865	100%

Tabla 4 Seguimiento a aprovechamiento de raciones diarias junio

▪Acompañamientos nutricionales

Se realizaron acompañamientos nutricionales a cinco (5) personas mayores del centro de bienestar. Se tomaron datos de peso, para la identificación de los cambios en el estado nutricional, así como se efectuaron los acompañamientos nutricionales individuales que permitieron la prevención del deterioro nutricional y de salud. Los siguientes fueron los planes nutricionales realizados:

A persona mayor con patología de base, se le manifestó, la importancia de los alimentos hiperproteicos en su alimentación, así como el aporte esencial de vitamina A, selenio, Vitaminas B6, B12 y ácido fólico en su patología, para prevenir estados carenciales.

Así mismo, la persona mayor en discapacidad múltiple, se le explicó, la importancia del consumo de grasas poliinsaturadas, fibra e hidratación adecuada, para la prevención de la formación de coágulos en las arterias, además del control de sodio en su alimentación diaria para mantener los niveles de presión arterial estables.

Mientras que, a dos personas mayores, una con discapacidad cognitiva y otra con discapacidad múltiple, se les orientó a través de la utilización de la lúdica, sobre los diferentes grupos de alimentos y la importancia de su consumo para la promoción de hábitos saludables

Además, la persona con discapacidad múltiple, con hemoglobina baja y colesterol HDL bajo, se le explicó cómo incrementar el colesterol HDL, además de los alimentos ricos en hierro y vitamina C que favorecieron su patología.

- **Diseño de minuta patrón y ciclo de minutas**

El ciclo se diseñó según la minuta patrón del centro de bienestar, teniendo en cuenta las recomendaciones calóricas y de nutrientes para la población atendida, que garantizaran la buena nutrición de las personas mayores, la cual en su mayoría, presenta algún tipo de discapacidad cognitiva y/o física, además de enfermedades como alzheimer, demencia senil, depresiones, unidas a patologías crónicas (diabetes, dislipidemias, sobrepeso, obesidad y enfermedades cerebrovasculares), mientras otras presentan afectación del estado nutricional. Por lo que, para su diseño, se tuvo en cuenta el proveer una alimentación con control de sodio, grasa saturada, trans, azúcares simples y la utilización de condimentos naturales y se realizaron derivaciones para las meriendas hipercalóricas e hiperproteicas para los bajos de peso.

El diseño del ciclo se socializa a la administradora del centro de bienestar y a las personas mayores, para que se relacionen con este.

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

FUNDACIÓN HOGAR DE PASO MIS MEJORES AÑOS
Nit. 901.313.012
CUIDADOS PERSONALIZADOS

Minuta patrón Centro de Bienestar 2025

TIEMPO DE COMIDA: DESAYUNO

GRUPO ALIMENTO	FRECUENCIA	CANTIDAD DIARIA EN GRAMOS O CMS CUBICOS		UNIDAD CASERA
		PESO BRUTO	PESO SERVIDO	
LACTEOS:				
LECHE PASTEURIZADA	DIARIA	250CC	250CC	3 CUCHARONES DE SERVIR
LECHE EN POLVO		30GR	30GR	1 CUCHARADA SOPERA
CARNES, HUEVOS QUESOS				
QUESO CAMPESINO	DIARIA	60GR	60GR	2 ONZAS
HUEVO		60GR	60GR	1 UNIDAD
FRUTA;				
ENTERA	DIARIA	100-150GR	70-150GR	1 PORCIONADOR BLANCO
JUGO		50-100GR	50GR	1 VASO PEQUEÑO
DERIVADO DE CEREAL:				
PAN	3,4 VECES POR SEMANA	150GR	150GR	3 UNIDADES MEDIANAS
AREPA - BOLLO		150GR	150GR	2 UNIDADES MEDIANAS
TOSTADA		150GR	150GR	6 UNIDADES
AVENA, TRIGO, MAIZ	2-VECES POR SEMANA	30 GR	250CC	1 CUCHARADA SOPERA
RAICES Y TUBERCULOS:				
PAPA	3-4 VECES POR SEMANA	100-150GR	100 GR	2 UNIDADES MEDIANAS
YUCA		100-150GR	100 GR	2 ASTILLAS MEDIANAS
PLATANO		100-150GR	100 GR	½ UNIDAD MEDIANA
ÑAME		100-150GR	100 GR	1 PORCION MEDIANA
GRASAS:				
ACEITE VEGETAL O MANTEQUILLA	DIARIO	5CC	5CC	1 CUCHARADITA POSTRE
AZUCARES:				
PANELA	DIARIA	5GR	5GR	1 CUCHARADITA POSTRE
CHOCOLATE		5GR	5GR	1 CUCHARADITA POSTRE
AZUCAR		5GR	5GR	1 CUCHARADITA POSTRE

TIEMPO DE COMIDA: MEDIA MAÑANA

GRUPO ALIMENTO	FRECUENCIA	CANTIDAD DIARIA EN GRAMOS O CMS CUBICOS		UNIDAD CASERA
		PESO BRUTO	PESO SERVIDO	
LACTEOS:				
LECHE PASTEURIZADA	4-5 VECES SEMANA	250CC	250CC	3 CUCHARONES DE SERVIR
LECHE EN POLVO		30 GR	250CC	1 CUCHARA SOPERA
DERIVADO DE CEREAL:				
PAN	DIARIO	60GR	60GR	3 TAJADAS o 2 UNIDADES MEDIANA o 3 PEQUEÑOS
AREPA - ENVUELTO		60GR	60GR	1 UNIDAD MEDIANA o 2 PEQUEÑAS
TOSTADA-GALLETAS		60GR	60GR	3 UNIDADES(SODAS) o 1 UNIDAD MEDIANA
AVENA, TRIGO, MAIZ	3 VECES POR SEMANA	30 GR	30G	1 CUCHARADA SOPERA
CARNES, HUEVOS QUESOS				
QUESO CAMPESINO	1 VEZ POR SEMANA (OPCIONAL)	60 GR	60 GR	2 ONZAS
HUEVO	1- VECES POR SEMANA (OPCIONAL	60 GR	60 GR	1 UNIDAD
FRUTA;				
ENTERA	3-4 VECES SEMANA	100-150GR	70-100GR	1 PORCIONADOR BLANCO
JUGO		50-100GR	50GR	1 VASO PEQUEÑO
AZUCARES:				
PANELA	DIARIO	5GR	5GR	1 CUCHARADITA POSTRE
AZUCAR		5GR	5 GR	1 CUCHARADITA POSTRE

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

TIEMPO DE COMIDA: ALMUERZO				
GRUPO ALIMENTO	**FRECUENCIA**	**CANTIDAD DIARIA EN GRAMOS O CMS CUBICOS**		**UNIDAD CASERA**
		PESO BRUTO	**PESO SERVIDO**	
SOPAS O CREMAS;			250 CC	3 CUCHARONES DE SERVIR
VERDURAS		50 GR	50GR	
CEREAL:		10GR	10GR	
RAICES, PLATANOS, TUBERCULOS	DIARIO	80-50GR	80-50 GR	
LEGUMINOSAS	2 VECES POR SEMANA	5GR	5GR	
CARNE, HUEVOS , LEGUMINOSAS				
CARNE ROJA	2-3 VECES POR SEMANA	100-120 GR	90GR	1 PORCION MEDIANA
CARNE BLANCA	2-3 VECES POR SEMANA	100-120 GR	90GR	1 PORCION MEDIANA
HUEVO	1 VEZ POR SEMANA	60GR	60GR	1 UNIDAD
LEGUMINOSAS	2 VECES POR SEMANA	30 GR	30GR	1 PORCIONADOR BLANCO MEDIANO
CEREAL:				
ARROZ	6 VECES´SEMANA	80GR	150GR	1 MEDIDOR BLANCO
PASTA	1 VEZ POR SEMANA	80GR	150GR	1 MEDIDOR BLANCO COLMADO
TUBERCULO, PLATANO, DERIVADO CEREASL				
PAPA, PLATANO, ÑAME, YUCA,ETC	5 VECES SEMANA	50 GR	50GR	1 UNIDAD o 1 PORCION PEQUEÑA o 2 TAJADAS
AREPA-ENVUELTO	2 VECES POR SEMANA	50 GR	50GR	1 UNIDAD PEQUEÑA
VERDURAS Y HORTALIZAS:				
VERDURAS	DIARIO	30-50 GR	30 GR	2 CUCHARADAS SOPERAS O ½ PORCIONADOR BLANCO MEDIANO
FRUTA:				
ENTERA		100-150GR	70.-100GR	1 MEDIDOR BLANCO
EN JUGO	DIARIA	50-100GR	50GR	1 VASO PEQUEÑO
GRASAS;				
ACEITE VEGETAL		5CC	5CC	1 CUCHARADITA POSTRE
MARGARINA	DIARIA	5GR	5GR	1 CUCHARADITA POSTRE
AZUCARES:				
PANELA		5 GR	5GR	1 CUCHARADITA POSTRE
AZUCAR	DIARIA	5GR	5GR	1 CUCHARADITA POSTRE

TIEMPO DE COMIDA: M EDIA TARDE				
GRUPO ALIMENTO	**FRECUENCIA**	**CANTIDAD DIARIA EN GRAMOS O CMS CUBICOS**		**UNIDAD CASERA**
		PESO BRUTO	**PESO SERVIDO**	
LACTEOS:				
LECHE PASTEURIZADA	4-5 VECES POR SEMANA	250 CC	250 CC	3 CUCHARONES DE SERVIR
LECHE EN POLVO		30 GR	30 GR	1 CUCHARADA SOPERA
YOGURT /KUMIS		250 CC	250CC	1 UNIDAD o VASO MEDIANO
QUESO CAMPESINO		60 GR	60 GR	2 ONZAS
DERIVADO DE CEREAL:				
PAN		60 GR	60 GR	3 TAJADAS, 1 UNIDAD MEDIANA
AREPA - ENVUELTO		60 GR	60 GR	1 UNIDAD MEDIANA
TOSTADA-GALLETAS	4-5 VECES POR SEMANA	60 GR	60 GR	3 UNIDADES, 1 UNIDAD MEDIANAS
FRUTA:				
ENTERA	DIARIA	100-150GR	70-100GR	1 PORCIONADOR MEDIANO

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

TIEMPO DE COMIDA: CENA				
GRUPO ALIMENTO	**FRECUENCIA**	**CANTIDAD DIARIA EN GRAMOS O CMS CUBICOS**		**UNIDAD CASERA**
		PESO BRUTO	**PESO SERVIDO**	
CARNE, HUEVOS , LEGUMINOSAS				
CARNE ROJA	3 VECES POR SEMANA	100-120 GR	90 GR	1 PORCION MEDIANA
CARNE BLANCA	3 VECES POR SEMANA	100-120 GR	90 GR	1 PORCION MEDIANA
HUEVO	1 VEZ POR SEMANA	60GR	60GR	1 UNIDAD
CEREAL:				
ARROZ	3 VECES POR SEMANA	80GR	150GR	1 PORCIONADOR BLANCO
PASTA	1 VEZ POR SEMANA	80GR	150GR	1 PORCIONADOR BLANCO COLMADO
TUBERCULO, PLATANO, DERIVADO CEREASL				
PAPA, PLATANO, ÑAME, YUCA,ETC	2 VECES POR SEMANA	120GR	100GR	2 UNIDADES MEDIANAS o ½ PORCION o 1 ASTILLA MEDIANA
AREPA-ENVUELTO	2 VECES POR SEMANA	50GR	80GR	1 UNIDAD MEDIANA
VERDURAS Y HORTALIZAS:				
VERDURAS	DIARIA	30-50 GR	30GR	2 CUCHARADAS SOPERAS o MEDIO PORCIONADOR BLANCO MEDIANO
FRUTA:				
ENTERA	DIARIO	100-50GR	70-100GR	1 PORCIONADOR BLANCO
EN JUGO		50-100GR	50GR	1 VASO PEQUEÑO
GRASAS;				
ACEITE VEGETAL	DIARIO	5CC	5CC	1 CUCHARADITA POSTRE
MARGARINA		5GR	5GR	1 CUCHARADITA POSTRE
AZUCARES:				
PANELA	DIARIO	5GR	5GR	1 CUCHARADITA POSTRE
AZUCAR		5GR	5GR	1 CUCHARADITA POSTRE

Tabla. Muestra de la minuta patrón

CASA HOGAR DE PASO MIS MEJORES AÑOS						
Nit. 901.515.012 CUIDADOS PE RS ONALIZADOS						
Ciclo 1 menu 1 al 7	CICLO DE MINUTAS					
MENU No.1	**MENU No.2**	**MENU No.3**	**MENU No.4**	**MENU No.5**	**MENU No.6**	**MENU No.7**
DESAYUNO	**DESAYUNO**	**DESAYUNO**	**DESAYUNO**	**DESAYUNO**	**DESAYUNO**	**DESAYUNO**
CAFÉ CON LECHE	COLADA MAIZENA	CAFE CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA AVENA	CAFE CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
YUCA COCIDA	BOLLO BLANCO CON MANTEQUILLA	PAN LARGUITO CON MANTEQUILLA	GUINEO VERDE CON GUISO DE VERDURAS	PAPA CHORREADA	PAN TAJADO CON MANTEQUILLA	AREPA ASADA
HUEVO PERICO	HUEVO COCIDO	QUESO	HUEVO REVUELTO	QUESO	TORTA HUEVO CON VERDURAS	QUESO RALLADO
FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	*FRUTA*
MERIENDA MAÑANA	**MERIENDA MAÑANA**	**MERIENDA MAÑANA**	**MERIENDA MAÑANA**	**MERIENDA MAÑANA**	**MERIENDA MAÑANA**	**MERIENDA MAÑANA**
COLADA DE NUTRICIA, GALLETAS	JUGO DE FRUTAS, GALLETA	BATIDO DE AVENA CON LECHE,FRUTA	JUGO DE FRUTAS, PAN	JUGO DE FRUTA CREPES	JUGO DE FRUTA , TORTICA MAIZ	CASPIROLETA, TOSTADA

CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA	CENA
CARNE EN CUADRITOS GUISADA	PASTAS CARACOLES GUISADAS	CERDO EN CUADRITOS GUISADOS	CARNE ESMECHADA	TORTA DE HUEVO CON ZANAHORIA Y PAPA	POLLO ESMECHADO CON VERDURAS	CARNE GUISADA CON ZANAHORIA
AREPA ASADA	POLLO ESMECHADO CON VERDURAS	ARROZ VERDURAS	ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ CON LENTEJA	ENSALADA MIXTA	ENVUELTO
ENSALADA HABICHUELA, CEBOLLA Y TOMATE	JUGO DE FRUTA	ENSALADA TOMATE, AGUACATE	ENSALADA DE ZANAHORIA, PAPA	JUGO DE FRUTAS	ARROZ AMARILLO	PALITOS ZANAHORIA SALTEADO
JUGO DE FRUTA		JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA		JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA

Fabiola Osorio Osorio, Nutricionista dietista, TP MND 05102

ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO
CREMA DE VERDURAS (ZANAHORIA)	CREMA DE VERDURAS (ESPINACA)	CREMA DE VERDURAS (AHUYAMA)	SOPAS DE HUEVO CON VERDURAS	CREMA DE VERDURAS MIXTA	CREMA DE VERDURAS (AHUYAMA Y ZANAHORIA)	CREMA DE VERDURAS (TOMATE)
GRANOS GUISADOS CON CARNE CUADRITOS	CARNE EN SALSA AGRIDULCE	POLLO GUISADO	ARROZ FIDEO	CERDO AGRIDULCE	CARNE EN GOULACH CON PAPA	PESCADO GUISADO
ARROZ AMARILLO	ARROZ CON CEBOLLA	ARROZ CON AJO	AGUACATE	ARROZ VERDE	PASTAS GUISADAS	ENSALADA AGUACATE Y CEBOLLA
ZANAHORIA GUISADA	ENSALADA MIXTA	ENSALADA LECHUGA CON PAPA	AGUA PANELA CON LIMON	ENSALADA MIXTA	ENSALADA MIXTA	ARROZ AHUYAMA
JUGO DE FRUTAS	JUGO DE FRUTAS	JUGO DE FRUTA		JUGO DE FRUTAS	JUGO DE FRUTA	JUGO DE FRUTA
MERIENDA TARDE	**MERIENDA TARDE**	**MERIENDA TARDE**	**MERIENDA TARDE**	**MERIENDA TARDE**	**MERIENDA TARDE**	**MERIENDA TARDE**
JUGO DE FRUTA CON LECHE GALLETA	JUGO DE FRUTA, PAN	FRUTA, LECHE	GELATINA CON ZUMO DE FRUTA, LECHE,	GALLETA, FRUTA	JUGO DE FRUTA, GALLETA	LECHE, GALLETA INTEGRAL

Tabla-. Muestra del ciclo de minutas tipo a implementar

En junio, se suministraron los ciclos de minutas, según minuta patrón instalada, garantizando la buena nutrición de las personas mayores. A continuación, se presenta un modelo de raciones servidas:

DESAYUNO; Colada de cereal, guineo verde en salsa de verduras, queso, fruta

MERIENDA MAÑANA: Jugo de fruta, galleta

ALMUERZO: Crema de verduras mixtas, pollo guisado, arroz con cilantro y cebollín, ensalada mixta, plátano cocido, jugo de fruta

MERIENDA TARDE: Fruta, leche con cereal

CENA; Cerdo guisado con verduras, palitos de maíz, jugo de fruta

Aceptación de los menús por parte de los beneficiarios

Esta se realiza para identificar a aquellas personas mayores, que podrían estar presentando rechazo a algunas preparaciones por sus hábitos alimentarios, patologías u otros estados depresivos, que pueden afectar su estado nutricional.

En cuanto a la aceptación de los menús ofrecidos, se observó que de las 6 personas entrevistadas y a las cuales se aplicó el formato de encuesta de aceptación de los menús: Todas presentaron buena aceptación de las preparaciones servidas diarias del mes, de igual forma manifestaron la aceptación del menú según la encuesta que se aplicó al Ciclo 3, menú 16 (desayuno: Colada cereal, guineo verde cocido en salsa, queso, fruta/ Merienda mañana: jugo de fruta, galleta/ Almuerzo: Crema de verduras mixtas, pollo guisado, arroz con verduras, ensalada mixta, plátano cocido, jugo de fruta/ Merienda tarde: Fruta, leche/ Cena: Cerdo guisado con verduras, palitos de maíz, jugo de fruta.), evidenciándose que algunos de las personas encuestadas, presentan algún tipo de discapacidad (cognitiva, múltiple) y otros demencia tipo Alzheimer con deterioro de la memoria y recuerdo reciente, por lo que se les realizó el seguimiento al consumo de los diferentes tiempos de comidas servidos, con el apoyo del área de enfermería, preguntando en el momento de la ingesta, que les gustó y no del menú, además se les realizó la explicación (a través de la utilización de alimentos de imitación) de la constitución del menú de ese día, para escuchar nuevos aportes individuales referentes a este.

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

2.4. COMPONENTE DE SALUD MENTAL

Durante el mes de junio en el hogar mis mejores años, el componente de psicología buscó trabajar en aras del bienestar mental de la población, promocionando un envejecimiento activo y saludable, a través de los acompañamientos psicosociales, además de continuar con los procesos de adaptación a los beneficiarios y talleres de promoción de la salud mental para el grupo etario.

- **Acompañamientos Psicosociales de oficio a las personas mayores que lo requieran**

Para el mes de junio, el componente de psicología realizó (4) Planes de Atención Personalizada (PAP), en los que se trabajó en pro de la convivencia, y las relaciones interpersonales, a su vez en los acompañamientos se incluyeron espacios de escucha activo, esto en pro de mantener y fortalecer las funciones cognitivas, promoviendo el bienestar cognitivo y emocional de las personas mayores.

- **Proceso de adaptación de los beneficiarios**

Para este proceso se hizo una actividad pedagógica a 4 personas mayores, se le brindó información, conceptos y ejemplo sobre la cohesión grupal debido a que es un elemento clave para una buena convivencia, además de fortalecer el compañerismo. Con lo anterior se espera mitigar estos inconvenientes que generalmente se presentan en el proceso de adaptación.

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

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD

" Autocuidado, clave para mi futuro"

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

OBJETIVO

Concientizar sobre el autocuidado para prevenir enfermedades a futuro mediante espacios de pedagogía.

METODOLOGÍA

La actividad se abrió con la respectiva presentación del tema, el cual estuvo enfocado en el autocuidado Se socializa acerca de la importancia de dicho tema, a su vez dan ejemplos y recomendaciones. Posteriormente se les escuchó para que propusiera algunas actividades de autocuidado, finalmente se dio por finalizada la actividad de forma satisfactoria

RESULTADO

Los participantes se vieron participativos, mayormente cuando se le hizo las preguntas dando sus recomendaciones, se espera que hayan interiorizado los conceptos y que puedan poner en práctica el tema para su cotidianidad. Para el cierre a los asistentes se le entregó una hoja a cada uno, en la cual se encontraban una cara alegre, una cara aceptable y una cara triste con la que califican el desarrollo de la actividad. Como resultado de la evaluación se pudo evidenciar que, la población marco como positiva la actividad.

2.5. COMPONENTE DE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO Y RECREACIÓN

El envejecimiento activo mediante estrategias de recreación, integración social y ocupación del tiempo libre, se desarrollan actividades planificadas que estimulan la participación, la creatividad, el movimiento corporal y la interacción comunitaria, contribuyendo al bienestar físico, emocional y social de las personas mayores.

Las acciones incluyen talleres recreativos, actividades culturales, juegos tradicionales, caminatas, actividad física adaptada, celebraciones conmemorativas, salidas pedagógicas y encuentros comunitarios. Estas actividades buscan fortalecer redes de apoyo, prevenir el aislamiento, disminuir el sedentarismo y fomentar un estilo de vida saludable en la vejez.

El componente se implementa con el acompañamiento de un equipo interdisciplinario, garantizando un enfoque centrado en los intereses, capacidades y necesidades de las personas mayores.

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

Las actividades artísticas y de manualidades favorecen la memoria, la concentración y la creatividad ayudando a prevenir el deterioro, a la vez en que mejora la motricidad fina a través de la pintura. Así mismo, favorecen la coordinación mano, ojo y destreza manual, permitiendo fomentar el bienestar emocional y reducir el estrés, además de fortalecer las relaciones sociales y evitar aislamiento. En el mes de junio en la fundación Mis mejores años, la actividad fue la siguiente:

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD

"Conmemoración día del padre"

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

OBJETIVO

Fomentar el reconocimiento emocional, el sentido de pertenencia y la integración social mediante una actividad lúdico-recreativa conmemorativa del Día del Padre, que fortalezca su autoestima, estimulación cognitiva y expresión afectiva a través de dinámicas grupales, entrega de detalles y elaboración de una manualidad significativa.

RESULTADO

Se realizó la apertura recreativa con una bienvenida musical, animación con baile grupal y un Taller creativo que promovió la socialización y la participación espontánea de los adultos mayores donde se elaboró un recordatorio personalizado utilizando materiales como foamy y cartulina previamente seleccionados por el equipo de trabajo social. Durante el proceso se incentivó el recuerdo de vivencias paternas, generando conversación y promoviendo la autoexpresión. La manualidad representó la figura de un abuelo. Finalizó la actividad con la entrega de obsequios, detalles simbólicos a cada participante como reconocimiento a su rol como figuras paternas.

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

2.6. COMPONENTE DE GESTIONES TÉCNICAS, ADMINISTRATIVAS Y DE ACCESO A SERVICIOS

En junio se brindó hospedaje en un espacio humanizado a 18 beneficiarios residentes del centro de bienestar.

Desde la dirección técnica y el área de trabajo social se pretendió ofrecer a las personas mayores un ambiente seguro y tranquilo, con una cobertura de las necesidades básicas, una amplia gama de servicios y actividades dirigidas a la continua mejora de su calidad de vida y restablecimientos de derechos.

Además, se realizaron actividades artísticas y manualidades para el aprovechamiento del tiempo que promuevan el envejecimiento activo y una capacitación al Talento Humano sobre prevención al maltrato y cuidado de la persona mayor.

Se presentan las gestiones en pro del bienestar de los residentes:

- **Gestiones documentales requeridas por los beneficiarios**

A los beneficiarios del centro de bienestar se les llevó organizadamente y bajo reserva de la información una carpeta tipo AZ individual con la documentación de cada persona mayor. En cada carpeta reposa las acciones de gestión de cada componente: fisioterapia, medicina, enfermería, psicología, nutrición y trabajo social igual que los respectivos documentos relacionados con sus datos personales; es evidenciable que la información personal de cada uno está vigente según la expiración de documentos, certificados, antecedentes y demás información verificada.

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

Área de Trabajo Social

- Fotocopia cédula de ciudadanía
- Certificado de SISBEN
- Certificado ADRES vigente
- Valoración inicial
- Ficha socio-económica
- Plan de Atención Personal (PAP)

Área de Pscicología

- Escala de depresión geriátrica
- Mini exámen cognoscitivo (MEC)
- Seguimientos
- Plan de atención personal (PAP)

Área de Nutrición

- Diagnóstico nutricional
- Valoración nutricional
- Plan de atención personal (PAP)

Área de Medicina

- Valoración inicial
- Seguimiento
- Valoración incial de fragilidad
- Instrumento Test Linda Fried
- Plan de atención personal (PAP)

Área de Fisioterapia

- Índice de Barthel
- Escala de Tinetti
- Plan de intervención individual
- Formato de registro de atención individualizada y seguimiento
- Plan de atención personal (PAP)

Área de Enfermería

- História clínica de medicina general
- Psiquiatría
- Laboratorios
- Otras especialidades
- Plan de atención personal (PAP)

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

Se continuó gestionando en las oficinas del SISBEN para la aplicación de la encuesta con el fin de lograr la afiliación de la población de personas mayores que aún no cuentan con la inscripción a SISBEN IV (4 personas mayores). Se continuó con la gestión a través de los entes encargados para la aplicación de la encuesta. La respuesta por parte del programa de la alcaldía fue, que los residentes del centro no necesitan estar inscritos en el SISBEN debido a que ya

cuentan con el servicio de salud por ser integrantes de un centro de bienestar. En junio se consultó a la Base de Datos Única de los Afiliados al Sistema General de Seguridad Social en Salud (ADRES) de los 18 (DIECIOCHO) beneficiarios activos. Verificando así que el 100% de la población está activa en las diferentes EPS asignadas por el Estado. El 100% de la población acogida tiene documento de identidad físico.

- **Capacitación al Talento Humano sobre prevención al maltrato y cuidado de la persona mayor**

La capacitación continua del talento humano en el área de la salud es fundamental para garantizar una atención integral y de calidad. En el contexto del cuidado de las personas mayores, los trabajadores de la salud desempeñan un papel clave, ya que están en contacto directo con los adultos mayores, atendiendo sus necesidades físicas, emocionales y sociales.

El trabajo social, como disciplina orientada al bienestar y la protección de las poblaciones vulnerables, tiene un rol esencial en la formación de estos profesionales, brindándoles herramientas para la prevención del maltrato, el fortalecimiento del trato digno y el respeto por los derechos de la persona mayor.

A través de estas capacitaciones, se promueve una atención humanizada, basada en la empatía, el buen trato y el cumplimiento de protocolos que favorezcan el bienestar y la calidad de vida de los adultos mayores.

Capacitar a los trabajadores de la salud no solo mejora sus competencias técnicas y éticas, sino que también contribuye a reducir los riesgos de negligencia y abuso, fomentando entornos de cuidado seguros y respetuosos.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD

"Vocación del servicio"

OBJETIVO

Fortalecer la sensibilización y el sentido de pertenencia del personal de enfermería hacia su rol asistencial, mediante una capacitación orientada a la comprensión social del envejecimiento, la humanización del cuidado y el reconocimiento del valor social de su labor en la atención integral del adulto mayor.

RESULTADO

Se brinda capacitación bajo un enfoque participativo y reflexivo, donde la metodología incluyó: Contextualización sobre el envejecimiento desde la perspectiva social y emocional; Análisis de casos reales que evidencian prácticas asistenciales empáticas y despersonalizadas; Y espacio de diálogo para lluvia de ideas y compromisos: acciones para fortalecer el sentido de pertenencia y la ética del cuidado. Finalizando con la generación de compromisos concretos por parte del personal de enfermería e implementación de acciones individuales y grupales que promuevan una cultura de respeto y pertenencia hacia el adulto mayor.

- **El Archivo Físico y Digital de las Personas Mayores Actualizado**

Durante el mes de junio se actualizó la base de datos, con la información demográfica correspondiente a la totalidad de personas mayores residentes, Relacionando los trámites documentales y las novedades presentadas en el transcurso del presente mes. Como producto de estos procesos, se mantuvieron actualizados los soportes físicos de los 18 beneficiarios en el Centro de bienestar.

3. AVANCES Y RESULTADOS DE EJECUCIÓN

COMPONENTE	INDICADOR	UNIDAD DE MEDIDA	META	AVANCE	TIEMPO DE EJECUCIÓN					RESPONSABLE	FUENTES DE VERIFICACIÓN
					Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto		
Valoraciones	Valoración inicial Medicina	% de valoraciones iniciales realizadas	100%	100%	100%	N/A	N/A	X	N/A	Médico	-Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos
	Tamizaje inicial	% de tamizajes iniciales realizados	100%	100%	100%	N/A	N/A	X	N/A	Nutricionista	-Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos
	Valoración inicial nutricional	% de valoraciones iniciales realizadas	100%	100%	100%	N/A	N/A	X	N/A	Nutricionista	- Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos
	Valoración inicial psicología	% de valoraciones iniciales realizadas	100%	100%	100%	N/A	N/A	X	N/A	Psicólogo	-Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión)

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

COMPONENTE	INDICADOR	UNIDAD DE MEDIDA	META	AVANCE	TIEMPO DE EJECUCIÓN					RESPONSABLE	FUENTES DE VERIFICACIÓN
					Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto		
											- Base de Datos
	Valoración inicial salud física	% de valoraciones iniciales realizadas	100%	100%	100%	N/A	N/A	X	N/A	Fisioterapeuta	-Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos
	Valoración final Medicina	% de valoraciones finales realizadas	90%	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	X	Médico	-Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos
	Tamizaje final	% de tamizajes finales realizados	90%	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	X	Nutricionista	- Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos
	Valoración final nutricional	% de valoraciones finales realizadas	90%	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	X	Nutricionista	Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

COMPONENTE	INDICADOR	UNIDAD DE MEDIDA	META	AVANCE	TIEMPO DE EJECUCIÓN					RESPONSABLE	FUENTES DE VERIFICACIÓN
					Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto		
	Valoración final psicología	% de valoraciones finales realizadas	90%	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	X	Psicólogo	-Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos
	Valoración final salud física	% de valoraciones finales realizadas	90%	N/A	N/A	N/A	N/A	N/A	X	Fisioterapeuta	-Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos
Salud física y funcionalidad	Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad - Medicina.	# de talleres realizados	2 talleres	1	N/A	1	N/A	X	N/A	Médico	-Cronograma de actividades -Listados de asistencia -Cronograma de actividades.
	Actividades y cuidados de enfermería.	% de cuidados dispensados a los	100%	100%	100%	100%	100%	X	X	Enfermera-Auxiliares de	-Kardex-registros de tomas de signos vitales -Curaciones -Glucometrías.

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

COMPONENTE	INDICADOR	UNIDAD DE MEDIDA	META	AVANCE	TIEMPO DE EJECUCIÓN					RESPONSABLE	FUENTES DE VERIFICACIÓN
					Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto		
		beneficiarios que lo requieran.								enfermería	
	Formaciones en autocuidado e higiene personal de la persona mayor.	# formaciones realizadas a los beneficiarios.	3 formaciones	2 formación	N/A	1	1	N/A	X	Enfermera- Auxiliares de enfermería.	-Listado de asistencia - Registro fotográfico - Base de datos
	Formación en primeros auxilios a los beneficiarios	# formaciones realizadas a los beneficiarios	2 formaciones	1 formaciòn	N/A	1	N/A	X	N/A	Enfermera- Auxiliares de enfermería	-Listado de asistencia - Registro fotográfico - Base de datos
	Rutinas grupales de acondicionamiento físico	# de rutinas realizadas.	15 rutinas	9 rutinas	3	3	3	X	X	Fisioterapeuta / Lic. en Educaci	-Listado de asistencia - Registro fotográfico - Base de datos

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

COMPONENTE	INDICADOR	UNIDAD DE MEDIDA	META	AVANCE	TIEMPO DE EJECUCIÓN					RESPONSABLE	FUENTES DE VERIFICACIÓN
					Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto		
										ón Física	
	Pausas activas	# de pausas activas realizadas.	150 pausas activas	90 pausas activas	30	30	30	X	X	Fisioterapeuta / Lic. en Educación Física	-Listados de asistencia - Registro fotográfico
	Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad y bienestar físico	# de actividades realizadas.	15 rutinas	9 rutinas	3	3	3	X	X	Terapeuta Ocupacional / Lic. en Educación Física	-Listado de asistencia -Registro fotográfico -Base de datos
Nutrición	Acompañamientos nutricionales a los adultos mayores con malnutrición o desnutrición	% de acompañamientos	100%	77.8%	N/A	50%	27.8%	X	X	Nutricionista	-Formato de seguimiento -Base de datos -Registro fotográfico

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

COMPONENTE	INDICADOR	UNIDAD DE MEDIDA	META	AVANCE	TIEMPO DE EJECUCIÓN					RESPONSABLE	FUENTES DE VERIFICACIÓN
					Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto		
	Diseño de ciclo de minutas	# de ciclos de minutas diseñados	1 ciclo minuta bimestral	2	1	N/A	1	N/A	X	Nutricionista	-Actas de reunión -Minuta Patrón -Ciclo de minutas.
	Seguimiento ciclos de minutas	# de reuniones	18 reuniones	18	8	10	N/A	X	X	Nutricionista	Actas de reunión y encuestas de satisfacción
	Aceptación de los menús por parte de los beneficiarios	% porcentaje de aceptación de menús	95%	89.3%	N/A	56%	33.3%	X	X	Nutricionista	- Encuestas de satisfacción - Registro fotográfico
	Talleres nutricionales a los beneficiarios	# talleres realizados	2 talleres	1	1	N/A	N/A	X	N/A	Nutricionista	-Listados de asistencia - Registro fotográfico
	Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de	# talleres realizados	2 talleres	2	1	1	N/A	N/A	N/A	Nutricionista	Listados de asistencia - Registro fotográfico

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

COMPONENTE	INDICADOR	UNIDAD DE MEDIDA	META	AVANCE	TIEMPO DE EJECUCIÓN					RESPONSABLE	FUENTES DE VERIFICACIÓN
					Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto		
	alimentos										
Salud Mental	Acompañamiento psicosocial de oficio a la persona mayores que lo requiera	% de acompañamientos realizados	100%	72.2%	28%	22%	22.2%	X	X	Psicóloga	-Bitácora o expediente de la persona mayor - Acta - Registro fotográfico
	Proceso de adaptación a los beneficiarios	% De procesos de adaptación contemplados.	100%	55.5%	16%	16%	23.5%	X	X	Psicóloga Trabajo Social	- Bitácora o expediente de la persona mayor - Acta - Registro fotográfico
	Talleres y/o actividades de promoción de la salud mental	# actividades y/o talleres realizados	2 talleres	1	N/A	N/A	1	N/A	X	Psicóloga	- Listados de asistencia - Registro fotográfico
	Talleres de promoción y/o	# de actividade	2 talleres	1	N/A	1	N/A	X	N/A	Psicóloga	-Listados de asistencia -Registro fotográfico.

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

COMPONENTE	INDICADOR	UNIDAD DE MEDIDA	META	AVANCE	TIEMPO DE EJECUCIÓN					RESPONSABLE	FUENTES DE VERIFICACIÓN
					Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto		
	actividades de estimulación cognitiva	s y/o talleres realizados									
	Acompañamiento a la reincorporación al núcleo familiar o red de apoyo	% de acompañamientos de reincorporación realizados	100%	N/A	N/A	N/A	N/A	X	X	Trabajo Social	- Bitácora de visitas -Entrevista con familiares o miembros de la red de apoyo
Aprovechamiento del tiempo y Recreación	Actividades artísticas y manualidades para el aprovechamiento del tiempo que promuevan el envejecimiento activo	# actividades realizadas	2 actividades	1	N/A	N/A	1	N/A	X	Trabajo Social	- Listados de asistencia - Registro fotográfico
	Actividades	#	3	2	1	1	N/A	X	N/A	Trabajo	- Listados de asistencia

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

COMPONENTE	INDICADOR	UNIDAD DE MEDIDA	META	AVANCE	TIEMPO DE EJECUCIÓN					RESPONSABLE	FUENTES DE VERIFICACIÓN
					Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto		
	recreacionales y culturales realizadas dentro o fuera de las instalaciones que propendan por envejecimiento activo	actividades realizadas	actividades							Social	- Registro fotográfico
Gestiones técnicas, Administrativas y de acceso a	Cursos técnicos en artes o de educación primaria y básica secundaria	# cursos realizados	2 actividades	N/A	N/A	N/A	N/A	X	X	Coordinador Técnico CDB	Listados de asistencia -Registro fotográfico - Convenios de articulación
	Gestiones documentales requeridas por los beneficiarios	% de gestiones documentales requeridas	100%	100%	100%	100%	100%	X	X	Coordinador Trabajo Social	Correos, archivo personal del adulto mayor, actas de reunión.

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

COMPONENTE	INDICADOR	UNIDAD DE MEDIDA	META	AVANCE	TIEMPO DE EJECUCIÓN					RESPONSABLE	FUENTES DE VERIFICACIÓN
					Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto		
servicios		realizadas									
	Gestión ante las EPS e IPS para garantizar el derecho a la salud	% de gestiones requeridas realizadas	100%	100%	100%	100%	100%	X	X	Coordinador Trabajo Social	Correos, citas gestionadas, órdenes médicas.
	Capacitación al Talento Humano sobre prevención al maltrato y cuidado de la persona mayor	# de actividades realizadas	5 capacitaciones	3 capacitaciones	1	1	1	X	X	Trabajo Social	Plan de capacitación y listado de asistencia.
	El Archivo Físico y Digital de las Personas Mayores Actualizado.	% de Archivos Físicos y Digitales Diligenciados y Actualizados de	100%	100%%	100%	100%	100%	X	X	Coordinador Trabajo Social	Expedientes

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

COMPONENTE	INDICADOR	UNIDAD DE MEDIDA	META	AVANCE	TIEMPO DE EJECUCIÓN					RESPONSABLE	FUENTES DE VERIFICACIÓN
					Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto		
		manera correcta.									
	Cierre de Expedientes	% de expedientes de personas mayores fallecidas o con egreso entregados a la alcaldía	100%	N/A	N/A	N/A	N/A	X	X	Coordinador Trabajo Social	Expedientes

4. ANEXOS FOTOGRÁFICOS

COMPONENTE SALUD FÍSICA Y FUNCIONALIDAD





Ilustración 1 Actividades y cuidados de enfermería



Ilustración 2 Seguimiento de salud



Ilustración 3 Formaciones en autocuidado e higiene personal de la persona mayor



Ilustración 4 Rutina grupal de acondicionamiento físico



Ilustración 5 Pausas activas



Ilustración 6 Actividad para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad

COMPONENTE NUTRICIÓN



Ilustración 7 Acompañamiento nutricional





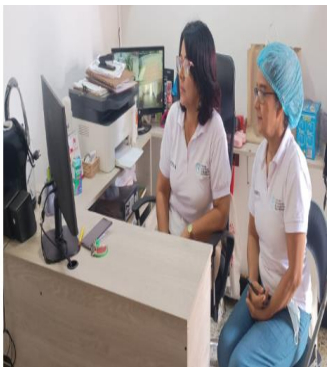


Ilustración 8 socialización de diseño de ciclo minuta











Ilustración 9 Seguimiento y aprovechamiento de las raciones diarias consumidas



Ilustración 10 Porciones desayuno, merienda, almuerzo y cena



Ilustración 11 Aceptación de los menús por parte de los beneficiarios

FUNDACIÓN
HOGAR DE PASO
MIS MEJORES AÑOS
Cuidados Personalizados

COMPONENTE PSICOLOGÍA



Ilustración 12 Implementación del plan de atención personalizada, psicología



Ilustración 13 Proceso de adaptación con los beneficiarios



Ilustración 14 Talleres y/o actividades de promoción de la salud mental

COMPONENTE DE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO Y RECREACIÓN



Ilustración 15 Actividades artísticas y manualidades para el aprovechamiento del tiempo que promuevan el envejecimiento activo

COMPONENTE DE GESTIONES TÉCNICAS, ADMINISTRATIVAS Y DE ACCESO A SERVICIOS



Ilustración 16 Capacitación al Talento Humano sobre prevención al maltrato y cuidado de la persona mayor, junio