ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804.015.280-8

Palmas del socorro, Junio 17 de 2025

Señora
SARA PINTO BARRERA
Secretaria de Salud
Ciudad

Respetada Señora,

Por medio de la presente, nos permitimos entregar documentación correspondiente al periodo del 14 de mayo al 10 de junio de 2025, según convenio de colaboración No. 045-2025; dando cobertura a 13 adultos mayores; Por lo anterior adjuntamos los siguientes documentos:

- Factura electrónica No. 175
- Informe del Aporte de la Asociación, con documentos de contador publico
- Informe de actividades de psicología y planillas de seguridad social
- Informe de actividades de nutrición, minuta y planillas de seguridad social
- Informe de actividades deportivas, recreativas y planillas de seguridad social
- Informe de enfermería
- Informe de manualidades
- Informe de manipuladora de Alimentos
- Informe de novedades del periodo
- Planilla del pago de seguridad social Asociación jun y jul
- Cronograma de actividades
- Soporte de Atención Adulto Mayor (firmas)
- Certificado póliza Exequial

Atentamente,

ALBA ROCIO DIAZ PINZON
Coord. Administrativa y Contable

Calle 5 No. 3 – 02 Palmas del Socorro
Cel: 3205346406 - 3166921850
Email: lavozdelaexperienciacentrovida@gmail.com

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DE PROFESIONALES

ACTIVIDAD	HORARIO	DE MAYO 14 AL 10 DE JUNIO DE 2025						
		DO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
ENFERMERIA					14	15	16	17
	7:00 am -12:00 m Lunes a Sabado							
MANUALIDADES		18	19	20	21	22	23	24
	2 :00 pm -4:00 pm lunes y viernes							
PSICOLOGIA		25	26	27	28	29	30	31
	9:00 pm -11:30 pm Sabados							
NUTRICION		1	2	3	4	5	6	7
	9:00 am -12:00 m							
DEPORTES		8	9	10				
	3:00 pm -4:00 pm Miercoles							

INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

2. ELABORACIÓN DEL CICLO DE MENUS:

Durante este primer mes se elabora el ciclo de menús, de desayunos, almuerzos y refrigerio de la mañana, y cena, y se procede a probar y lograr una buena aceptación por parte de la población atendida, y que se satisfagan sus preferencias alimentarias y sus gustos.

Este ciclo es un conjunto de menús diarios que se repiten de una manera regular. La duración del ciclo es de 4 semanas, sin incluir fines de semana, con el fin de no repetir los mismos alimentos a los clientes. El periodo que más se utilizan con los adultos mayores, es de 3 a 4 semanas y luego se cambia el menú, cada semana acorde a la aceptación percibida de cada una de las preparaciones ofrecidas, con el fin de lograr una satisfacción en nuestros beneficiarios atendidos.

Se elabora un ciclo de menú, que se prueba con los adultos mayores y acorde a lo referido por la manipuladora, la coordinadora y el enfermero, los gustos y preferencia de los beneficiarios.

Así mismo, la nutricionista dentro de sus actividades realiza, con ayuda de los adultos mayores, una evaluación de cualidades organolépticas de las preparaciones ofrecidas.

RECOMENDACIÓN DE LA DISTRIBUCION DEL APORTE CALORICO POR TIEMPO DE COMIDA

RECOMENDACIONS DE CALORIAS Y NUTRIENTES DEL ICBF PARA LA POBLACION ENTRE 60 Y 74 AÑOS(ICBF-RIEN, ADULTOS MAYORES CON ACTIVIDAD MODERADA)			
NUTRIENTES	**MUJERES**	**HOMBRES**	**APORTE MINUTA**
CALORIAS	1900	2200	2050 AL DIA
PROTEINAS	55 GR	65 GR	60 GR

MINUTA PATRON PARA CADA DIA DE ATENCION

Desayuno	25 % de las calorías diarias
Almuerzo	35 % de las calorías diarias
Meriendas	25 % de las calorías diarias
Cena	15 % de las calorías diaria

INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

MENU PATRON PARA ADULTO MAYOR		
DESAYUNO		
CEREAL	40 g	Todos los días
RAIZ, TUBERCULO Y/O PLATANO	60 g	4 v/semana
PROTEINA (Carne- pollo - huevo - queso-cuajada)	30- 50 g	Todos los días
LECHE DESCREMADA	90	Todos los días
BEBIDA FRUTA /LECHE	250 ml	2 v/ semana
FRUTA EN PORCION	100 g	1 v/semana
REFRIGERIO DE LA MAÑANA		
CEREAL	40 g	Todos los dias
LECHE DESCREMADA	90	Todos los dias
BEBIDA FRUTA /LECHE	250 ml	2 v/ semana
FRUTA EN PORCION	100 g	1 v/semana
ALMUERZO		
SOPA (verduras, leguminosas, RTP-Cereal)	200 ml	Todos los días
PROTEINA (Carne- pollo - huevo - queso-cuajada)	100 g	Todos los días
LEGUMINOSA (frijol-arveja-lenteja-garbanzo)	100 g	1 vez por semana
CEREAL	90 g	Todos los días
RAIZ, TUBERCULO Y/O PLATANO	80 G	Todos los días
ENSALADA O GUISO D EVERDURAS	120 g	Todos los días
JUGO DE FRUTA	200 ml	Todos los días
DULCES Y AZUCARES	15 g	Todos los días
REFRIGERIO EN LA TARDE		
CEREAL	30 g	Dos veces por semana
BEBIDA DE FRUTA/FRUTA EN PORCION/LECHE	200 ml	Todos los días
DULCES Y AZUCARES	10 g	Dos veces por semana
CENA		
CEREAL	30 g	Todos los días
RAIZ, TUBERCULO Y/O PLATANO	50 g	4 v/semana
PROTEINA (Carne- pollo - huevo - queso-cuajada)	30- 50 g	Todos los días
LECHE DESCREMADA	90	Todos los días

INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

CONTENIDO DE ENERGIA Y NUTRIENTES MINUTA CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA

GRUPO DE ALIMENTOS	N° Inter.	KILOC AL	PROT	GRASA	A.G.S.AT	A.G.MONO	A.G.POLI	COLEST	CHO	FIB SOL	FIB. INS.	FIBRA TOTAL	Ca	P	Fe	Na	K	Mg	Zn	Cu	Mn	Se	VIT.E.	VIT K	VIT D	VIT A	VIT A	B1	B2	NIA	A.PANT.	B6	A.FOL.	B12	VITC.
			g	g	g	g	g	mg	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	UI	ER	mcg	UI	UI	ER	mg	mg	mg	mg	mg	mcg	mcg	mg
Lacteo	2	220	14,05	7,04	4,16	1,89	0,23	27,44	25,46	0,00	0,00	0,00	595,64	410,46	0,30	285,52	597,00	49,84	1,76	0,04	0,01	5,12	0,16	1,80	66,82	222,86	146,53	0,16	0,69	0,44	1,41	0,15	19,37	1,27	4,15
Alimento Proteico	1,5	112,5	8,51	5,84	2,76	1,46	0,39	66,16	1,33	0,00	0,00	0,00	201,01	156,24	0,79	108,13	20,33	5,49	2,39	0,25	0,01	5,86	79,82	3,75	4,53	253,25	76,53	0,03	0,23	0,14	0,76	0,03	8,58	0,27	0,00
Carnes	1,1	165	15,40	7,54	2,54	1,78	0,76	104,43	0,57	0,00	0,00	0,00	8,54	191,97	2,61	59,39	330,76	16,46	7,64	0,10	0,04	17,67	0,13	3,66	1,76	1666,96	583,36	0,27	0,45	5,69	0,85	0,32	57,66	5,54	5,13
Pescados	0,85	11,5	1,67	0,26	0,05	0,04	0,07	0,43	0,15	0,00	0,00	0,00	4,02	24,57	0,34	0,33	26,66	2,19	1,25	0,09	0,02	2,15	0,00	0,10	4,17	74,24	7,20	0,01	0,01	0,35	0,05	0,02	1,25	1,08	1,36
Productos cárnicos de res y cerdo	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Edulcoro	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Leguminosas Frescas	0,28	6,72	0,42	0,06	0,01	0,01	0,04	0,00	1,04	0,14	0,06	0,23	3,46	6,47	0,14	0,00	23,95	2,68	0,06	0,01	0,03	0,11	0,01	0,47	0,00	34,51	3,46	0,02	0,01	0,10	0,01	0,01	5,64	0,00	1,64
Leguminosas secas	0,42	57,12	3,99	0,42	0,07	0,07	0,20	0,00	9,84	0,00	0,04	3,01	70,77	79,10	1,20	2,37	272,60	70,20	0,53	0,21	0,24	1,49	0,06	0,03	0,00	6,38	0,64	0,11	0,21	0,34	0,20	0,07	77,22	0,00	0,40
Productos de leguminosas	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Frutas cítricas	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Hortalizas y verduras	2	26	1,66	0,29	0,04	0,02	0,11	0,00	5,22	0,39	0,39	1,51	40,72	49,57	0,88	39,81	223,54	17,73	0,59	0,09	0,23	0,88	0,63	10,78	1,52	1386,82	139,49	0,06	0,08	0,61	0,25	0,19	40,35	0,00	26,54
Frutas	2	80	1,30	0,40	0,05	0,05	0,11	0,00	22,06	0,30	0,61	2,00	32,80	35,70	0,84	2,80	221,60	12,39	0,12	0,09	0,16	0,50	0,42	0,70	0,00	878,27	87,87	0,06	0,09	1,24	0,50	0,11	15,02	0,00	61,91
Cereales harinas y productos elaborados	7	756	21,28	11,70	2,53	3,47	2,58	0,21	148,32	0,11	0,03	10,50	156,14	537,22	10,30	540,15	447,20	152,40	4,71	0,46	3,23	29,60	1,55	7,63	16,80	1871,37	310,61	1,00	0,86	11,20	1,12	0,91	160,65	0,70	13,76
Raices tuberculos y platanos	3	270	4,05	1,05	0,36	0,29	0,09	0,00	64,47	0,76	0,54	3,85	23,67	103,31	1,92	14,23	421,35	19,24	0,21	0,11	0,06	1,92	0,15	0,54	0,00	1857,49	44,94	0,23	0,12	2,83	0,24	0,16	13,83	0,00	49,30
Grasas y aceites	3	135	1,43	14,13	3,83	5,32	4,28	0,54	1,00	0,00	0,00	0,17	4,14	10,22	0,12	48,30	51,01	6,59	0,13	0,02	0,04	0,39	249,23	2,12	1,51	176,13	45,41	0,01	0,01	0,52	0,00	0,03	5,26	0,01	0,00
Edulcorantes	1,5	120	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	30,00	0,00	0,00	0,00	13,00	0,63	0,45	2,55	34,71	0,23	0,01	0,03	0,000	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	0,02	0,00	0,00	0,23	0,00	0,00
Dulces y otros productos	0,6	95,7	0,95	1,54	0,26	0,17	0,02	0,70	19,66	0,00	0,00	0,00	15,41	21,50	0,26	23,67	41,62	6,64	0,57	0,07	0,01	0,36	17,44	0,00	0,10	27,24	3,40	0,01	0,03	0,11	0,02	0,01	9,55	0,01	0,00
Bebidas no alcohólicas	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Bebidas alcohólicas	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Cárnicos	n	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Cremas	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Salsas comerciales	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Comidas rapidas	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Hierbas, condimentos y especies	9	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		2691,84	78,04	51,33	16,78	15,61	8,70	254,94	322,87	1,55	1,80	22,85	1908,14	1598,91	21,75	1160,00	2882,17	326,54	20,27	2,10	4,40	66,48	348,08	48,89	91,58	8445,35	1466,66	1,90	2,99	23,19	13,37	1,20	482,45	8,49	179,32

Aporte de minuta patrón:		g	Kcal	%
VCT	PROT	[illegible]	[illegible]	[illegible]
2691	GRASA	51,33	461,72	22,40
Kilocalo	CHO	322,87	1291,5	62,66

MINUTAS CENTRO DE BIENESTAR Y FUNDACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA DE PALMAS DEL SOCORRO-2025							
	MENU 1	**MENU 2**	**MENU 3**	**MENU 4**	**MENU 5**	**MENU 6**	**MENU 7**
DESAYUNO	CALDO CON PAPA CON HUEVO AGUA DE PANELA CON LECHE HUEVO EN EL CALDO GALLETAS INTEGRALES	CONSOME CHOCOLATE CON LECHE PAN QUESO	CALDO CON PAPA Y HUEVO COLADA DE MAICENA AREPA BLANCA ASADA	CONSOME QUESO AGUA DE PANELA CON LECHE MESTIZA	CALDO CON LECHE Y TOSTADO Y TROZOS DE CARNE CAFÉ CON LECHE PAN ROLLO CON AREPA DE TRIGO ASADA	CALDO CON PAPA SANDWICH DE QUESO CHOCOLATE	AVENA EN LECHE PANCAKE DE TRIGO HUEVO EN TORTILLA
MEDIAS NUEVE	JUGO DE TOMATE DE ARBOL CON LECHE GALLETA INTEGRAL	MELON	PAPAYA EN PORCION	JUGO DE GUANABANA CON LECHE	BANANO	PICADO DE MELON	PICADO DE PAPAYA
ALMUERZO	JUGO DE MORA SANCOCHO CARNE CON HOGAO ARROZ BLANCO ENSALADA DE TOMATE, AGUACATE Y PEPINO PAPA DEL SANCOCHO	NARANJADA SOPA DE PASTAS LENTEJAS SUDADAS ALBONDIGA DE CARNE ARROZ BLANCO ENSALADA CON PEPINO, ZANAHORIA Y TOMATE YUCA SUDADA	JUGO DE FRESA SOPA DE HARINA DE TOSTADO ARROZ CON FIDEOS PIERNA DE POLLO SUADAD GUISO DE HABICHUELA Y ZANAHORIA MADURO COCIDO	JUGO DE LULO SOPA DE VERDURAS LOMO DE CERDO A LA PLANCHA ARROZ CON ZANAHORIA ENSALADA DE LECHUGA, PIÑA, QUESO, ZANAHORIA Y YOGURT PAPA AL VAPOR	LIMONADA DE PANELA SOPA DE AVENA FRIJOL SUDADO CARNE MOLIDA ARROZ BANCO GUISO DE AHUYAMA TAJADA MADURO FRITO	JUGO DE GUAYABA SOPA DE CUCHUCO DE CEBADA PECHUGA EN BISTECK ARROZ CON PIMENTON GUISO DE CALABACIN PAPA SUDADA	JUGO DE UVA SOPA DE ARVEJAS ARROZ BLANCO CARNE ASADA ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA, TOMATE Y HUEVO PLATANO VERDE SUDADO CON LA CARNE
ONCES	MANDARINA	PERA EN CASCOS	PIÑA EN CUADRO	PICADO DE PAPAYA CON GELATINA	MANGO EN CUADROS	GRANADILLA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL
COMIDA	CALDO DE PAPA CON POLLO DESMECHADO GALLETAS INTEGRALES AGUA DE PANELA CON LECHE	CALDO DE PAPA CON PECHUGA PAN INTEGRAL AVENA CON LECHE	CALDO CON CARNE TOSTADA INTEGRAL CAFÉ CON LECHE	CALDO DE CARNE Y PAPA GALLETAS SODAS COLADA DE AVENA	CALDO CON PAPA Y POLLO PAN BOLA AGUA DE PANELA CON LECHE	CONSOME QUESO BAJO EN GRASA PAN ROLLO INTEGRAL COALDA DE MAICENA	CALDO CON CARNE AGUA DE PANELA CON LECHE GALLETAS INTEGRALES

ELABORADO POR:

LUZ CLEMENCIA ORDUZ MENDOZA
NUTRICIONISTA DIETISTA
REGISTRO MND: 04868

MINUTAS CENTRO DE BIENESTAR Y FUNDACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA DE PALMAS DEL SOCORRO-2025							
	MENU 8	**MENU 9**	**MENU 10**	**MENU 11**	**MENU 12**	**MENU 13**	**MENU 14**
DESAYUNO	CALDO CON LECHE AREPA AMARILLA QUESO CAFÉ CON LECHE	CALDO DE PAPA AMARILLA CON HUEVO PAN INTEGRAL AVENA CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE AREPA RELLENA DE CARNE DESMECHADA	CALDO CON CARNE Y PAPA GALLETAS SODAS COLADA DE CEBADA	CHOCOLATE QUESO TOSTADA INTEGRAL	AGUA DE PANELA CON LECHE DEDITO DE HARINA DE TRIGO HUEVO COCIDO EN REBANADA	CALDO DE CARNE AREPA ASADA CAFÉ CON LECHE
MEDIAS NUEVE	MANDARINA	MANGO PICADO	JUGO DE FRESA	PIÑA EN CUADROS	PICADO DE FRUTAS	MANZANA PICADA	PATILLA
ALMUERZO	JUGO DE FRESA SOPA DE ARRACACHA ARROZ CON ESPINACAS PECHUGA EN CUADROS CON VERDURAS RODAJAS DE TOMATE Y PEPINO PAPA EN PURE	NARANJADA SOPA DE GARBANZOS CARNE DESMECHADA ARROZ CON PIMENTON ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA Y PIMENTON MADURO ASADO	JUGO DE MORA SOPA DE VERDURAS HIGADO EN BISTECK ARROZ BLANCO ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y AGUACATE YUCA SUDADA	JUGO DE MARACUYA SOPA DE FIDEOS ARVEJA SUDADA LOMO DE CERDO ASADO ARROZ BLANCO ENSALADA DE TOMATE , CEBOLLA Y PEPINO PAPA CON HOGAO	JUGO DE GUAYABA SOPA DE GUINEO PERNIL EN SALSA DE CHAMPINOÑES ARROZ BLANCO ENSALADA DE REPOLLO, PIÑA, MANZANA Y UVAS PASAS PAPA CRIOLLA	JUGO DE LULO SOPA DE ARROZ CON VERDURAS CARNE MOLIDA SUELTA ESPAGUETIS SUDADO GUISO DE YOTAS TORTA DE MADURO	LIMONADA DE PANELA SOPA DE CEBADA ARROZ BLANCO FRIJOL SUDADO CARNE SUDADA ENSALADA DE ZANAHORIA, TOMATE Y AGUACATE DEDITOS DE YUCA
ONCES	JUGO DE MELON	PERA EN CUADROS	MANZANA EN COMPOTA	PORCION DE FRESAS	AVENA	MANGO PICADO	BANANO
COMIDA	CALDO DE CARNE TOSTADA COLADA DE AVENA	CALDO DE PAPA CON POLLO GALLETA INTEGRAL AGUA DE PANELA CON LECHE	CONSOME DE POLLO PAN INTEGRAL AGUA DE PANELA NEGRA Y QUESO	CALDO CON HUEVO PAN ROLLO INTEGRAL AGUA DE PANEKA CON LECHE	GALLETA INTEGRAL QUESO AGUA DE PANELA CON LECHE	CALDO CON POLLO GALLETAS INTEGRALES COLADA DE AVENA	CALDO CON POLLO PAN INTEGRAL COLADA DE MAICENA

ELABORADO POR:

LUZ CLEMENCIA ORDUZ MENDOZA
NUTRICIONISTA DIETISTA
REGISTRO MND: 04868

MINUTAS CENTRO DE BIENSTAR Y FUNDACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA DE PALMAS DEL SOCORRO-2025							
	MENU 15	MENU 16	MENU 17	MENU 18	MENU 19	MENU 20	MENU 21
DESAYUNO	CONSOME CHOCOLATE EN LECHE SANDWICH DE QUESO BAJO EN GRASA	CALDO CON PAPA Y HUEVO AREPA BLANCA ASADA CAFE EN LECHE	CONSOME DE CARNE CON PAPA GALLETA SODAS AGUA DE PANELA CON LECHE	CALDO CON POLLO Y PAPA Y TOSTADO AREPA ASADA CAFÉ CON LECHE	COLADA DE MAICENA PAPA CON HOGAO HUEVO COCIDO	CALDO DE PAPA TORTA DE TRIGO QUESO CAFÉ CON LECHE	CONSOME PAN HUEVO REVUELTO AGUA DE PANELA CON LECHE
AS NUEV	PATILLA	GRANADILLA	PICADO DE PAPAYA	MANGO PICADO	YOGURT	BANANO	YOGURT
ALMUERZO	MANDARINADA CONSOME CON VERDURAS ARROZ MIXTO, CON CERDO, RES Y POLLO PICADO DE PAPAYA, Y MELON PAN BOLA	JUGO DE PIÑA SOPA DE VERDURAS POLLO SUDADO MACARRONES CON LECHE GUISO DE PEPENO DE RELLENAR PAPA AL VAPOR	JUGO DE MORA SOPA DE CUCHUCO DE CEBADA CARNE ASADA EN TIRAS ARROZ CON PIMENTON ENSALADA AGRIDULCE (REPOLLO MORADO, PIÑA, QUESO, ZANAHORIA) MONEDAS DE PLATANO PINTON	JUGO DE LULO SOPA DE VERDURAS LENTEJAS SUDADA CARNE SUDADA ARROZ BLANCO ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y PEPINO YUCA FRITA	JUGO DE MORA SOPA DE ARVEJA ARROZ CON PEREJIL PECHUGA EN CUADROS GUISO DE ESPINACAS MADURO COCIDO	JUGO DE GUAYABA CREMA DE CEBOLLA CARNE EN TIRAS ARROZ CON TOMATE GUISO DE CALABACIN PAPA EN SALSA CRIOLLA	JUGO DE MARACUYA SOPA DE GUINEO ARROZ CON FIDEOS PECHUGA ASADA FRIJOL BLANCO SUDADO GUISO DE BERNEJENA YUCA SUDADA
ONCES	PICADO DE PIÑA	MANZANA EN CASCOS	NARANJA EN RODAJAS	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	MANDARINA	MANGO EN CASCOS	MELON
COMIDA	CALDO CON POLLO Y PAPA GALLETAS SODAS JUGO DE MORA	AGUA DE PANELA CON LECHE PAN CON QUESO	CALDO CON LECHE Y PECHUGA TOSTADA AGUA DE PANELA EN LECHE	CONSOME CAFE CON LECHE PAN CON QUESO	CALDO DE CARNE GALLETA SODAS JUGO DE TOMATE DE ARBOL	CAFÉ CON LECHE SANDWICH DE QUESO	CALDO CON PECHUGA CAFÉ CON LECHE GALLETAS INTEGRALES

ELABORADO POR:

LUZ CLEMENCIA ORDUZ MENDOZA
NUTRICIONISTA DIETISTA
REGISTRO MND: 04868

NUTRICIONISTA LUZ CLEMENCIA ORDUZ MENDOZA-MND
04868

MINUTAS CENTRO DE BIENESTAR Y FUNDACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA DE PALMAS DEL SOCORRO-2025

	MENU 22	MENU 23	MENU 24	MENU 25	MENU 26	MENU 27	MENU 28
DESAYUNO	CALDO DE PAPA Y HUEVO AREPA ASADA TE EN LECHE JUGO DE NARANJA	HUEVO EN TORTILLA PAN CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE SANDWICH DE QUESO	CALDO CON HUEVO AREPA ASADA CAFÉ CON LECHE	COLADA DE MAICENA QUESO PAN INTEGRAL	CALDO CON PAPA GALLETAS HUEVO COCIDO AGUA DE PANELA CON LECHE	CHOCOLATE PAN QUESO
MEDIAS NUEVAS	MELON PICADO	SORBETE DE FREIJOA	PICADO DE MANZANA Y BANANO	SORBETE DE UVA	BANANO	BANANO	YOGURT
ALMUERZO	NARANJADA SOPA DE ARVEJAS MEDALLONES DE CARNE SUDADOS ARROZ BLANCO ENSALADA DE TOMATE, ZANAHORIA Y AGUACATE YUCA SUDADA	JUGO DE BADEA SOPA DE CUCHUCO DE TRIGO ARROZ CON AJONJOLI PECHUGA RELLENA ENSALADA DE REMOLACHA, ZANAHORIA, ARVEJA Y HUEVO PAPA EN CUADRITOS	JUGO DE TOMATE DE ARBOL SOPA DE CEBADA ARROZ CON VERDURAS MERLUZA SUDADA ENSALADA CAMPESINA(TOMATE, ZANAHORIA, LECHUGA Y PEPINO) PLATANO MADURO EN TAJADA	JUGO DE MARACUYA SOPA DE FIDEOS CARNE SUDADA-GARBANZOS SUDADOS ARROZ BLANCO ENSALADA DE REPOLLO, ZANAHORIA Y TOMATE CRIOLLAS SUDADAS	JUGO DE LULO CREMA DE ESPINACAS ESPAGUETIS SUDADOS PERNIL ASADO RODAJAS DE TOMATE, PEPINO Y RABANO PAPA CON HOGAO	JUGO DE PIÑA SOPA DE APIO Y AHUYAMA HAMBUERGUESA DE PECHUGA ARROZ CON ZANAHORIA LENTEJA SUDADA ENSALADA DE TOMATE, CEBOLLA Y ZANAHORIA FRITA DE MADURO	JUGO DE MORA AJIACO SANTADEREÑO PECHUGA DESMECHADA ARROZ BLANCO ENSALADA DE TOMATE, LECHUGA Y AGUACATE PATACON PINTON
ONCES	MANDARINA	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	PIÑA EN CUADROS	PERA EN CUADROS	PAPAYA EN CUADROS	PERA EN CUADROS CON GELATINA	NARANJA EN REBANADAS
	CONSOME CON POLLO PAN INTEGRAL	CALDO CON PAPA PAN CON QUESO JUGO DE TOMATE DE ARBOL	CAFE CON LECHE TOSTADAS INTEGRALES QUESO	CALDO CON POLLO GALLETAS SEMILLAS Y CEREALES TE EN LECHE	AGUA DE PANELA CON LECHE SANDWICH DE QUESO	AREPA RELLENA DE POLLO AGUA DE PANELA CON LECHE	CONSOME DE POLLO AVENA GALLETAS SODAS

ELABORADO POR:

LUZ CLEMENCIA ORDUZ MENDOZA
NUTRICIONISTA DIETISTA
REGISTRO MND: 04868

INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

El ciclo de minuta se anexa al informe actual, en formato PDF.

3.SE REALIZA SEGUIMIENTO A LAS PREPARACIONES PARA VERIFICAR EL CUMPLIMIENTO DE LA DERIVACIÓN DIETARÍA Y SE CAPACITA A LA MANIPULADORAS DE ALIMENTOS:

A través de dialogo con los adultos mayores, a través de seguimiento presencial, se realiza seguimiento a las preparaciones, del período en el cual se rinde informe, y se brinda asesoría para mejorar la presentación de los alimentos, así mismo se indaga con la manipuladora sobre el menú preparado y las cantidades de alimentos usados a fin de verificar el cumplimiento de los gramajes, de la minuta establecida.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804015280-8

INFORME DE MANIPULADOR DE ALIMENTOS

Periodo: Del 14 de mayo al 10 de Junio de 2025

Los alimentos que se le suministran a los Adultos Mayores son basados en la minuta dada por la profesional en Nutrición, la Doctora Luz Clemencia Orduz, en donde se les suministra cereales, leguminosas, hortalizas, verduras, frutas, lácteos, carnes y huevos. La ingesta de alimentos está dividida en cinco espacios del día así:

HORA	INGESTA DE ALIMENTOS
8:00 a 8:30 a.m	Desayuno
10:00 am	Medias Nueve
12:00 a 12:30 p.m	Almuerzo
3:00 p.m	Onces
5:00 p.m	Comida

En colaboración con el Auxiliar de enfermería se le hace acompañamiento en la ingesta de alimentos a los adultos mayores, algunos presentan dificultad para ingerirlos o tienen pérdida de apetito o porque tragan los alimentos sin masticarlos. La gran mayoría no tiene inconveniente para la toma de los mismos, aunque muchos no presenta piezas dentales son de buen comer y no manifiestan ninguna inconformidad a la hora de la ingesta de alimentos.

El almacenamiento de los alimentos se encuentra en condiciones aptas y se mantienen refrigerados las carnes, frutas y verduras, toda el área de cocina y cuarto frio se encuentran en óptimas condiciones de aseo.

Luz Yaneth Díaz Pinzón
Manipuladora de Alimentos

Calle 5 No. 3 – 02 Palmas del Socorro
Cel: 3205346406
Email: lavozdelaexperienciacentrovida@gmail.com

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804015280-8

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



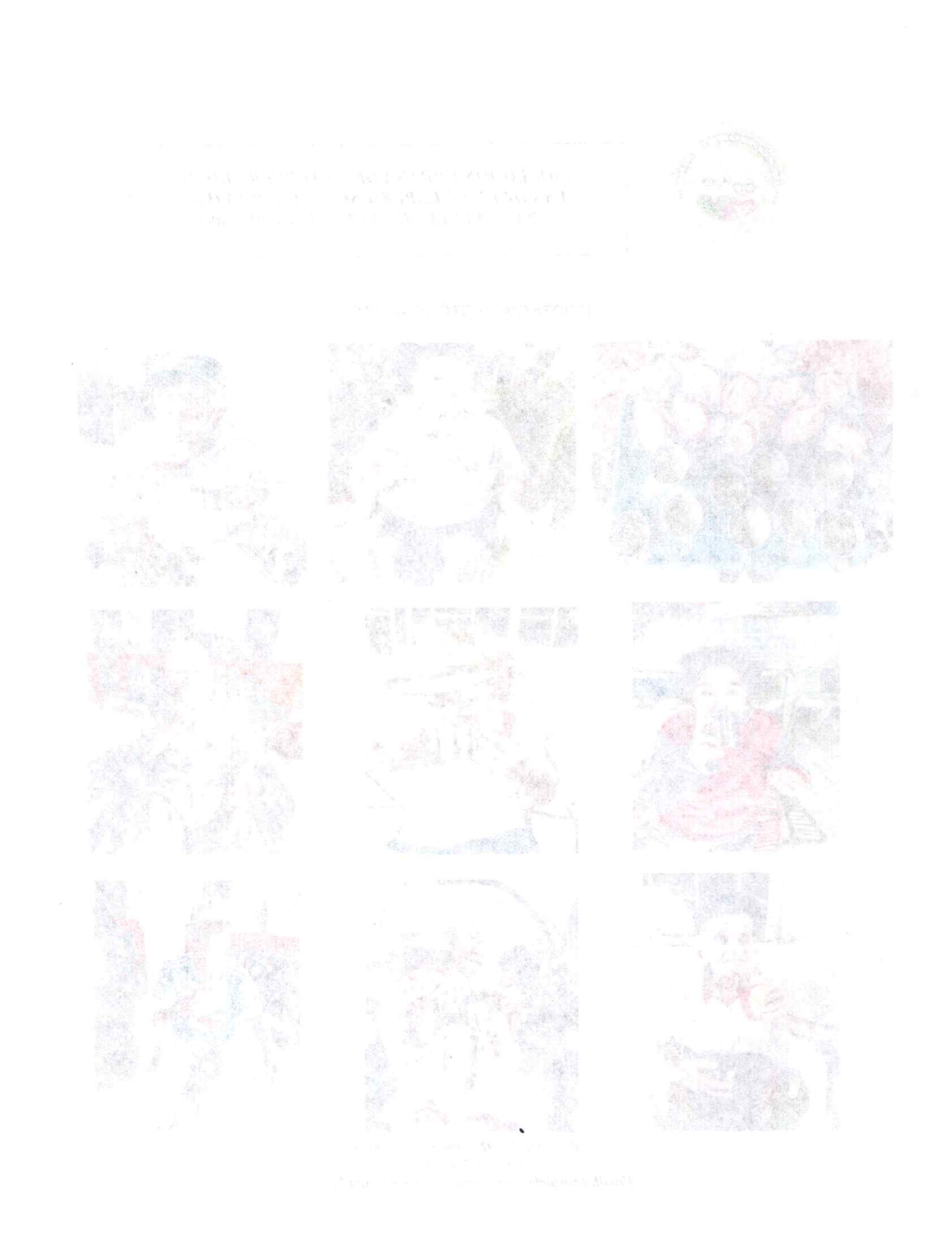








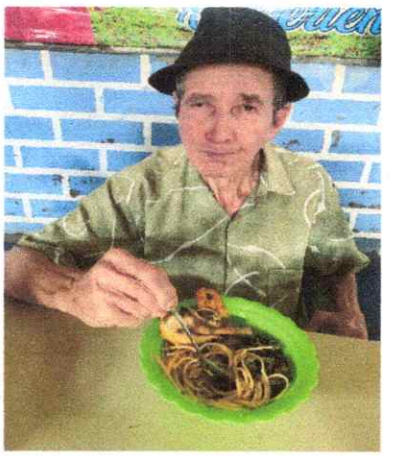
Calle 5 No. 3 – 02 Palmas del Socorro
Cel: 3205346406
Email: lavozdelaexperienciacentrovida@gmail.com

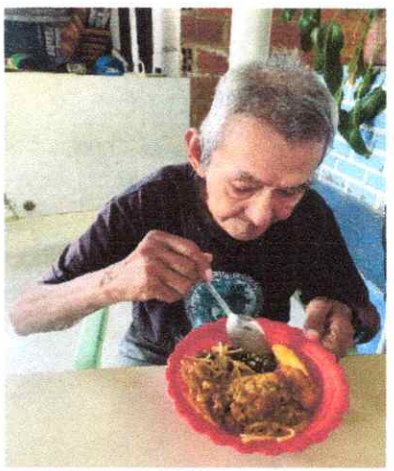
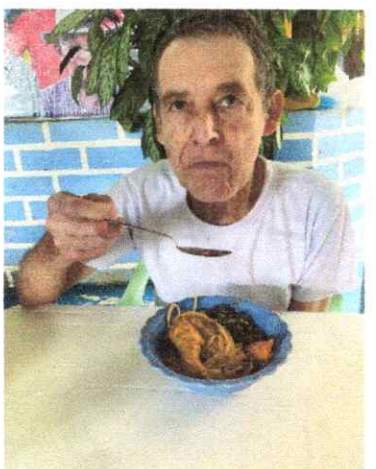
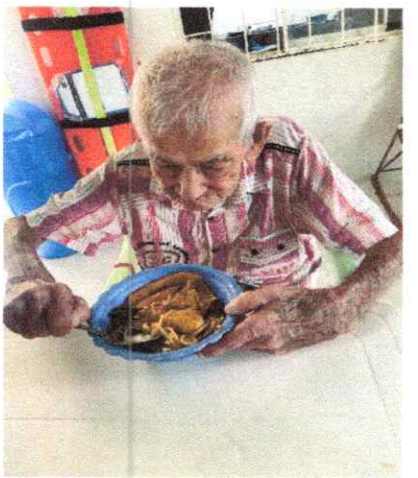


ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804015280-8

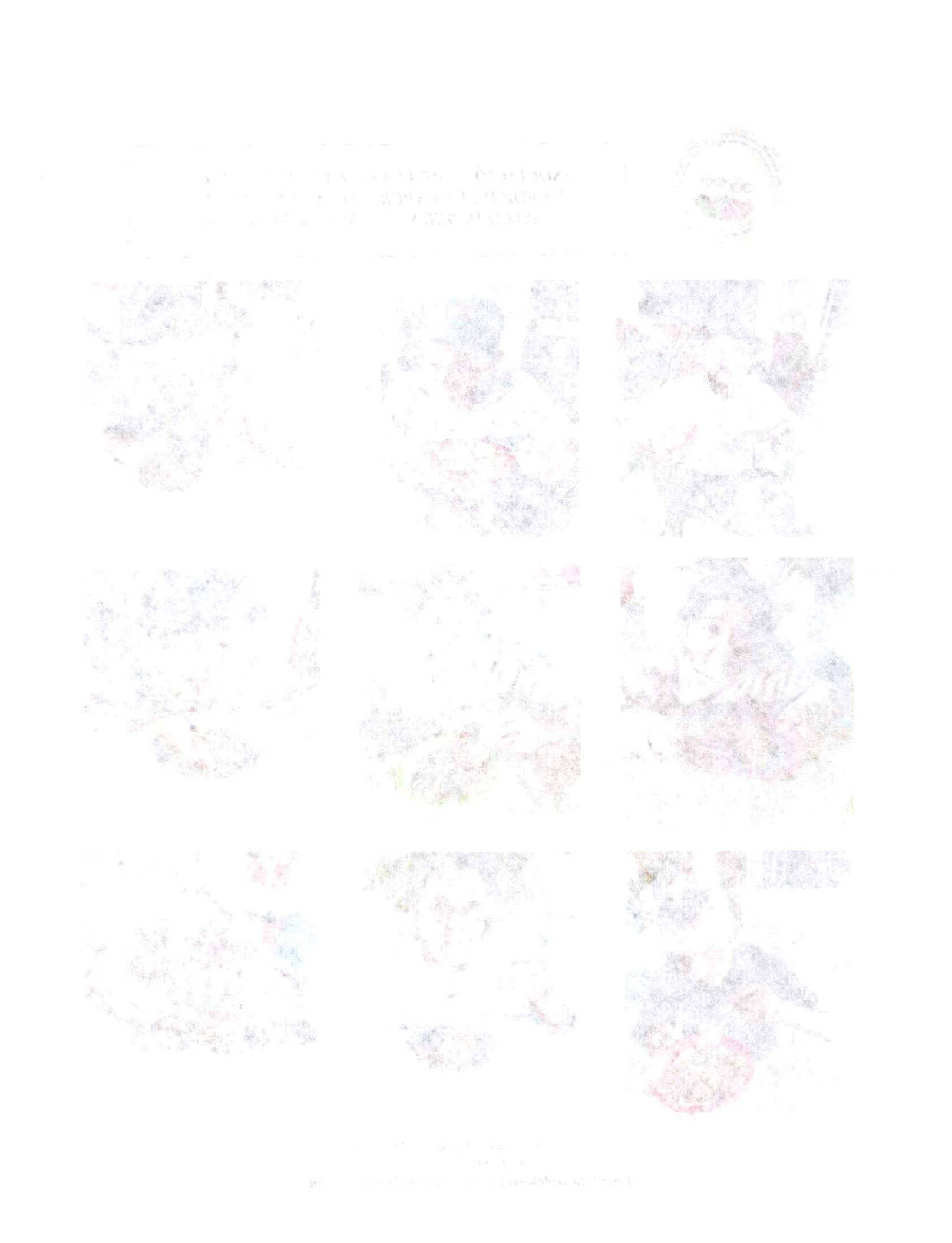






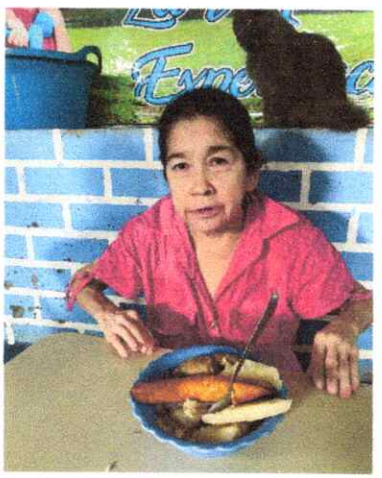




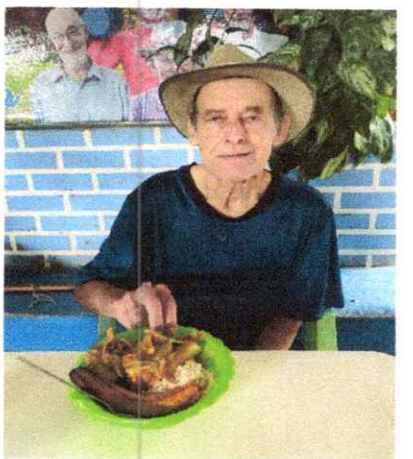
Calle 5 No. 3 – 02 Palmas del Socorro
Cel: 3205346406
Email: lavozdelaexperienciacentrovida@gmail.com



ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804015280-8








Calle 5 No. 3 – 02 Palmas del Socorro
Cel: 3205346406
Email: lavozdelaexperienciacentrovida@gmail.com



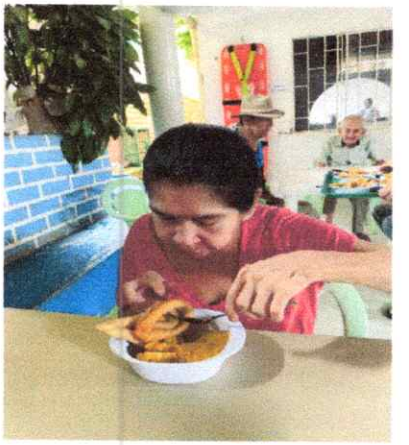
ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804015280-8



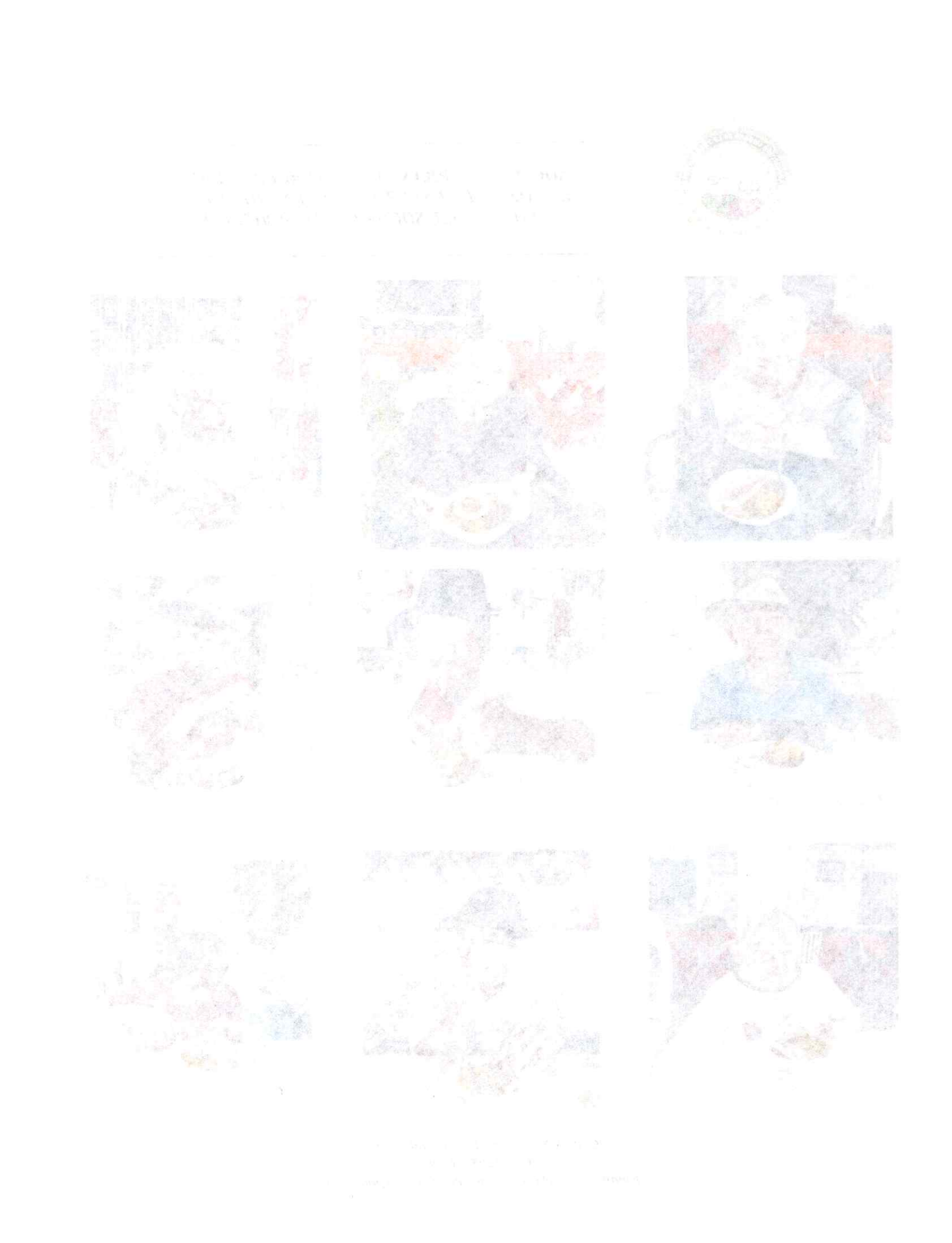






Calle 5 No. 3 – 02 Palmas del Socorro
Cel: 3205346406
Email: lavozdelaexperienciacentrovida@gmail.com



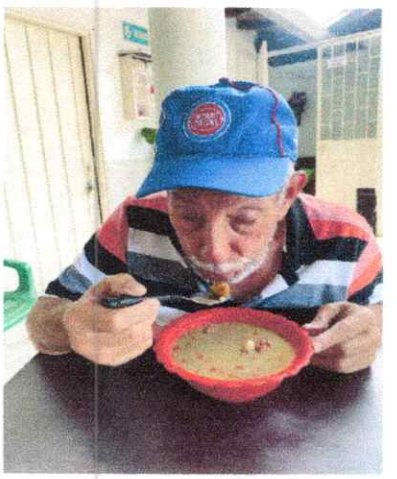
ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804015280-8



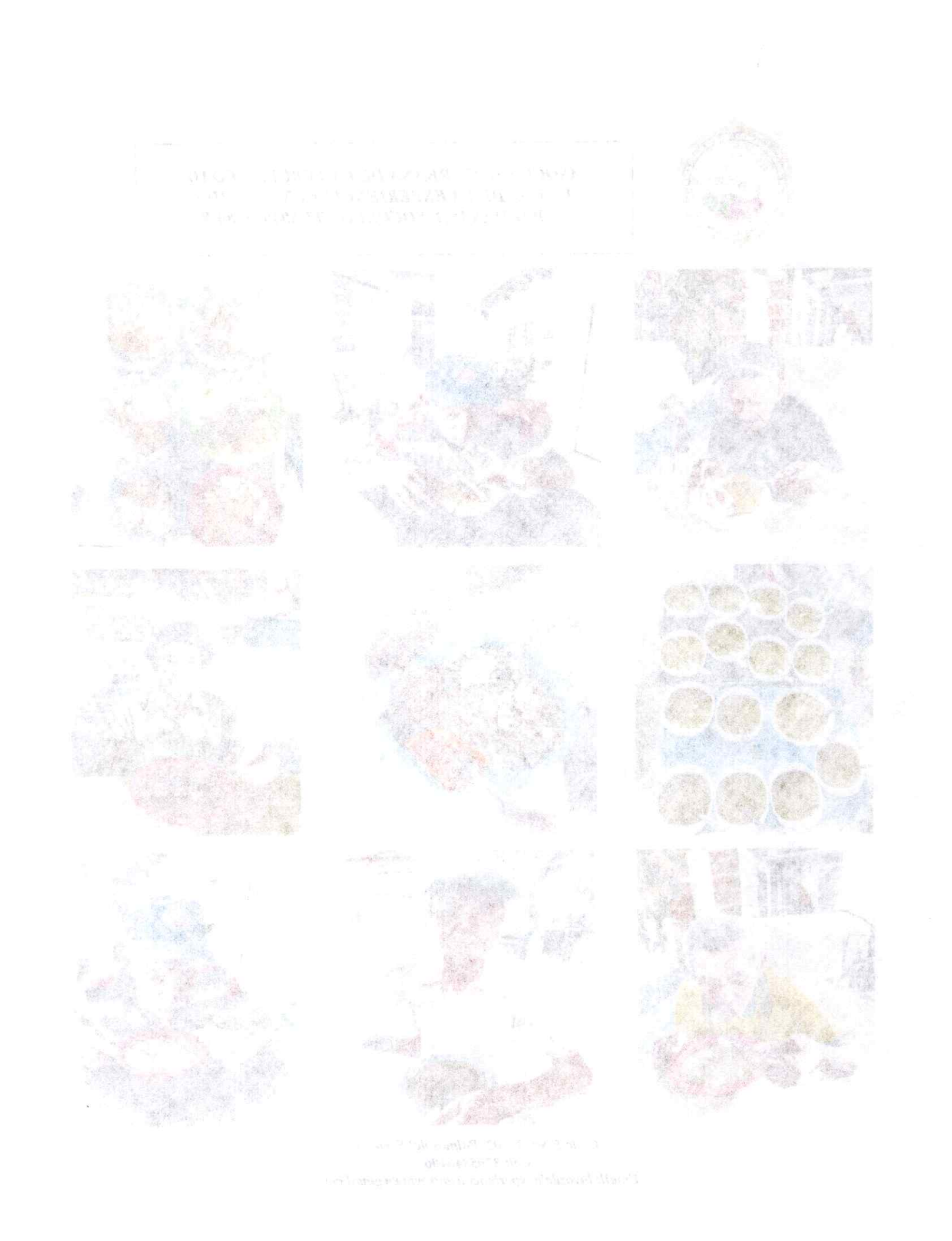






Calle 5 No. 3 – 02 Palmas del Socorro
Cel: 3205346406
Email: lavozdelaexperienciacentrovida@gmail.com



INFORME DE ACTIVIDADES EN NUTRICION, REALIZADAS CON LOS ADULTOS DEL CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA

INFORME ELABORADO POR:

LUZ CLEMENCIA ORDUZ MENDOZA
Nutricionista Dietista

PALMAS DEL SOCORRO, 14 MAYO AL 10 DE JUNIO 2.025

INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

1. INTRODUCCION

Una dieta balanceada es crucial para el adulto mayor, ya que ayuda a mantener su salud física y mental, prevenir enfermedades y mejorar su calidad de vida. La alimentación adecuada contribuye a la conservación de la masa muscular, la energía y la función cognitiva, además de proteger contra condiciones como la osteoporosis y las enfermedades cardíacas.

Beneficios de una dieta balanceada en el adulto mayor:

- **Prevención de enfermedades:**

Una dieta saludable puede ayudar a prevenir o controlar enfermedades como la diabetes tipo 2, enfermedades cardíacas, hipertensión, osteoporosis y algunos tipos de cáncer.

- **Mantenimiento de la masa muscular:**

La nutrición adecuada, especialmente la ingesta de proteínas, ayuda a mantener la masa muscular, lo que es fundamental para la movilidad y la independencia en la edad adulta.

- **Energía y vitalidad:**

Una dieta balanceada proporciona la energía necesaria para llevar a cabo las actividades diarias, evitando la fatiga y la disminución del rendimiento.

- **Mejora de la función cognitiva:**

La nutrición adecuada, incluyendo omega-3 y antioxidantes, puede mejorar la función cognitiva y proteger contra el deterioro mental.

- **Control del peso:**

Una dieta equilibrada, junto con el ejercicio, ayuda a mantener un peso saludable, lo que reduce el riesgo de enfermedades relacionadas con la obesidad.

- **Salud digestiva:**

Una alimentación adecuada, rica en fibra y agua, ayuda a mantener un sistema digestivo saludable y a prevenir problemas como el estreñimiento.

- **Fortalecimiento del sistema inmunológico:**

Una dieta equilibrada, con una variedad de frutas, verduras y otros alimentos nutritivos, ayuda a fortalecer el sistema inmunológico y a proteger contra infecciones.

Recomendaciones para una dieta balanceada en el adulto mayor:

- **Consumir una variedad de alimentos:**

Asegurar la ingesta de diferentes grupos de alimentos, incluyendo frutas, verduras, granos integrales, proteínas magras y productos lácteos.

- **Reducir el consumo de alimentos procesados:**

Evitar o limitar el consumo de alimentos con alto contenido de azúcar, grasas saturadas y sodio.

- **Priorizar alimentos naturales:**

Optar por alimentos frescos y naturales en lugar de alimentos procesados o precocinados.

- **Beber suficiente agua:**

Mantenerse hidratado es crucial para la salud general y para el buen funcionamiento del sistema digestivo.

- **Consultar con un profesional:**

Si el adulto mayor tiene alguna condición médica o necesita apoyo para mejorar su nutrición, es importante consultar con un dietista o nutricionista.

- **Realizar actividad física:**

La actividad física regular, junto con una dieta balanceada, ayuda a mantener la salud y a prevenir enfermedades.

- **Adaptar la alimentación a las necesidades individuales:**

Tener en cuenta las preferencias personales, las limitaciones físicas y las condiciones médicas para adaptar la dieta a las necesidades individuales.

2. OBJETIVOS:

1. Realizar la clasificación antropométrica inicial a los adultos mayores de Palmas del Socorro, atendidos por la Fundación La voz de la Experiencia Mayo 14 a Junio 10, de 2.025, para brindar recomendaciones y plan de alimentación para el mejoramiento del estado nutricional de esta población
2. Elaborar ciclo de minuta, acorde a las características socio culturales y estado nutricional de la población atendida.
3. Promover las preparaciones saludables e inocuas para favorecer el consumo de una dieta saludable, así como lograr el suministro de las preparaciones con tamaños de porción adecuados para fomentar un óptimo estado de nutrición y salud.
4. Realizar revisión y seguimiento a las preparaciones suministradas, para evaluar la aceptabilidad de los adultos mayores, así como indagar por las inquietudes referidas por la población atendida para dar respuesta oportuna y adecuada.

INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

TEMA: METODOS DE COCCION RECOMENDADOS PARA LAS VERDURAS

Objetivo: Brindar educación en la importancia de realizar una cocción adecuada,, mejorando los cortes, la cantidad de agua adicionada y el tiempo y temperatura en que son sometidos los vegetales, para prevenir pérdidas de nutrientes de estos alimentos.

EL CALOR calor: así se destruyen nutrientes en la cocina
Algunos alimentos pierden nutrientes "cuando se cocinan demasiado o de forma incorrecta.
Es la gran paradoja del calor.
Calentar los alimentos ayuda a digerir o a asimilarlos mejor. Es lo que sucede con la carne o los alimentos ricos en almidones. De hecho, algunos alimentos, como la patata o el boniato, o los cereales, son indigestos si se consumen crudos.
Por otra parte, el calor, también ayuda a eliminar y desactivar algunos tóxicos naturalmente presentes en los alimentos, como los alcaloides de algunos tubérculos, legumbres o verduras.
Sin embargo, "algunos nutrientes sensibles al calor pueden verse afectados por temperaturas a partir de los 40 ^{0}C. Incluso en algunos alimentos, pueden producirse cambios indeseados en sus propiedades organolépticas".
En otras ocasiones, podemos recuperar esos nutrientes con un poco de astucia culinaria. "por ejemplo, en los hervidos de verduras, perdemos parte de sus nutrientes si no reutilizamos el agua de cocción. "En los hervidos de verduras parte de las vitaminas y minerales pasan al agua de cocción. Podemos aprovecharla como caldo para hacer un arroz, una salsa, una sopa o incluso congelarlo en cubiteras y usarlo como cubitos de caldo caseros".
No obstante, la clave es utilizar la menor cantidad de agua posible, u optar por otros métodos, como la cocción al vapor o al microondas, donde la cantidad de agua es mínima".
Técnicas de cocción respetuosas con los nutrientes
Sabiendo que el calor puede degradar algunos nutrientes sensibles, la pregunta es ¿qué métodos de cocción son los ideales para salvaguardar la mayor cantidad de nutrientes, mejorar su disponibilidad, garantizar la seguridad alimentaria y optimizar su digestibilidad?
Verduras y frutas. Mejor comerlas crudas – siempre bien desinfectadas – o cocinadas al vapor, al microondas, escaldadas, al horno o salteadas. "Así el alimento apenas pasa tiempo en contacto con el agua y se expone a temperaturas altas durante muy poco tiempo".
Una correcta fritura mantiene la mayor parte de los nutrientes, pues la capa crujiente que se forma en el exterior se cocina el alimento casi al vapor. Pero el alimento final es más rico en grasas. Sin embargo, en algunos casos mejora la disponibilidad de los nutrientes. Es el caso del sofrito de tomate, cebollas, ajo y aceite de oliva. Las sustancias activas del tomate se extraen de su matriz al contactar con el aceite y al someterse a una temperatura moderada.
¿Prefieres hervirlas? Hazlo con la menor cantidad de agua posible (para las espinacas basta un par de cucharadas en un sartén), tapadas, a temperaturas moderadas y, en todo caso, reutilizar el agua de cocción para otras preparaciones. Esto no es aplicable a las aguas de cocción de acelgas, espinacas o remolacha por su alto contenido en nitratos.
Pescados y carnes. La opción más respetuosa es el vapor, el microondas, pero también, la plancha o al horno, ya que los jugos se quedan dentro del alimento. En los guisos o estofados, parte de los minerales y vitaminas,

INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

así como sus jugos, pasan al caldo o salsa, que se toma junto con el alimento. De esta forma, aprovechamos los nutrientes que hayan pasado al jugo.

Con este grupo de alimentos (incluidos los mariscos) debemos procurar que en el interior se alcancen como mínimo los 65 grados. ¿Y por qué insistimos en el calor de 'dentro' del alimento? Porque la temperatura del exterior puede ser muy superior (por ejemplo, al horno alcanzará los 150 grados y en un guiso hirviendo superará los 100), pero si es una pieza gruesa el interior estará bastante más frío. Y necesitamos que el interior del alimento alcance como poco también esos 65 grados que nos aseguren que seeliminan los microorganismos potencialmente patógenos.

Pollo. Es una carne con una alta carga microbiana y por eso debe estar siempre bien cocinada en todas sus partes. Si lo cocinas a la plancha, horno o salteado, vigila que no queden trozos rosados en las partes más profundas, pues es una señal de que está crudo aun y no ha llegado a los 70 grados mínimos por dentro.

Huevos. Al igual que la carne de aves, es un alimento que puede tener microrganismos patógenos en su exterior que podrían contaminar el interior durante la manipulación. La Salmonella es el ejemplo más significativo, y solo puede evitarse si el huevo está bien cocinado, es decir, que esté bien cuajada toda la parte blanca. Esto es válido para todas las preparaciones en fritos, tortillas, hervidos, etc.

Legumbres. Un guiso a fuego bajo y lento garantiza que sus almidones se hagan digeribles y que sus nutrientes se retengan en esa red o que pasen al propio caldo. "El remojo de al menos 24 horas y la eliminación de las espumas durante la cocción, mejora la digestibilidad de las legumbres. En personas con algunas patologías pueden incluso sugerirse dobles remojos".

Por último, Frías destaca que "algunos métodos de preparación de los alimentos, como las vinagretas, salmueras o marinadas, permiten conservan los nutrientes, a la vez que eliminan microorganismos potencialmente patógenos".

Podemos reaprovechar el agua de cocción de los alimentos como caldo para hacer un arroz, una salsa, una sopa o incluso congelarlo en cubiteras y usarlo como cubitos de caldo caseros.

Métodos de cocción que aumentan la pérdida de nutrientes

Hervir verduras con mucha agua (y desecharla)

Aumenta la pérdida de nutrientes por disolución en agua. Recuerda: salvo excepciones, el agua de cocer las verduras es un excelente caldo para otras preparaciones. Otra cosa es que el objetivo de la cocción sea preparar una sopa, en cuyo caso, esos nutrientes acabarán en nuestra cuchara.

Tostar y caramelizar

"Se utiliza para dar un sabor amargo o tostado a algunas preparaciones como la crema catalana, quemando el azúcar que lleva por encima". Los cambios son muy drásticos en el azúcar, aunque en realidad la parte tostada del azúcar es mínima en relación al resto del alimento.

Fritura incorrecta

Un error muy habitual es freír sin que el aceite esté lo suficientemente caliente, con el aceite inadecuado, o sin la preparación del alimento para que genere una costra que lo proteja. O todo lo contrario, someter el alimento a una temperatura excesivamente alta. En este caso, además de perder nutrientes, aumenta el aporte de grasas y de potenciales sustancias toxicas.

En cambio, una fritura correcta, mantiene la mayor parte los nutrientes del alimento, aunque aumente su aporte de grasas.

Si hablamos de las hortalizas, aunque las texturas son incomparables, el mejor modo de aprovechar todos sus nutrientes es consumirlas en crudo.

INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

Instrumentos de cocina: sácalos el máximo partido

Además de la técnica de cocción utilizada, el recipiente, aparato o máquina empleada, también influirá en la posible pérdida de nutrientes de los alimentos cocinados.

La cazuela. Siempre que sea posible, cuece a fuego lento y con la tapa cerrada para retener los jugos.

cocción al vacío. Este tipo de cocción al vacío protege más la cantidad de nutrientes, evita la merma y preserva mejor la jugosidad del alimento. Consiste en envasar el alimento crudo en una bolsa hermética y cocinarlo dentro de ese envase durante tiempo prolongado y a bajas temperaturas (al menos 70 grados).

La cocotte. Esta cazuela de hierro retiene y distribuye de forma óptima el calor. Permite cocinar a fuego medio y con poco líquido, por lo que los alimentos se cuecen casi en sus propios jugos y poca grasa adicional. Como la tapa cierra de forma casi hermética, los jugos apenas se evaporan. De esta forma, se preservan todos sus sabores y la perdida de nutrientes es menor.

La olla rápida u olla a presión, reduce hasta en un 70% el tiempo de cocción debido a las altas temperaturas alcanzadas en el interior. Esto hace posible reducir tiempos y minimizar el paso de nutrientes al agua de cocción. Y otra ventaja: como hay poca evaporación, los jugos se conservan mucho mejor.

Robot de cocina. Rápido y cómodo. Es el aliado ideal para quienes aprovechan para adelantar otros quehaceres mientras se prepara la comida, ya que se puede regular la temperatura y el tiempo de forma exacta.

El microondas. La cocción es interna, al calentar solo el agua del alimento y se cocina en menos tiempo que otros recipientes. Esto contribuye a preservar mejor los nutrientes, aunque las texturas pueden verse afectadas en algunas preparaciones. La evidencia científica indica que es un método de cocción seguro.

Cocción al vapor. Puestos a conservar los nutrientes, es la mejor opción. Al no haber contacto con el agua, los alimentos conservan todos sus nutrientes. Además, permite lograr texturas crujientes y colores más vivos, dos cualidades muy apreciadas en la cocina tanto desde el aspecto organoléptico, como el visual al emplatar.

¿Es saludable reutilizar el aceite de las frituras?

Al precio que está el aceite, lo habitual es no tirarlo después de freír un alimento, siempre que el aceite quede limpio, bien colado y sin residuos, y se guarde en un recipiente tapado y fuera del alcance de la luz. Esta forma de economía doméstica, puede ser también saludable si seguimos algunas reglas en cuanto a la temperatura y reutilización.La primera norma es no sobrecalentar el aceite para evitar que se queme (lo ideal es que no superen los 180 grados). En cualquier caso, evitaremos que humee (punto de humo). Esto sucede muy rápido en aceites muy insaturados, como los de girasol y maíz, pues tienen el punto de humo más bajo que los monoinsaturados como el aceite de oliva. En este momento se alteran las propiedades del aceite y se producen ciertas sustancias potencialmente nocivas para la salud.

Mejores aceites para freír

Sin duda, los más adecuados para la fritura son aquellos que resisten una temperatura de 180°C: aceite de oliva virgen extra de baja acidez, aceite de orujo de oliva y el aceite de girasol alto oleico.

El tipo de aceite condiciona la cantidad de usos, según su resistencia a las altas temperaturas. Aquellos aceites con un menor grado de insaturación (aceite de palma, coco, oliva y colza) resisten mejor la termo-oxidación que los que tienen un mayor grado de insaturación (girasol, soja, maíz).

Lo ideal sería no reutilizar el aceite. Pero en la vida real, lo hacemos como forma de economía doméstica.

INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

Compromisos y Tareas:

	Compromisos	Responsable	Fecha
	Adoptar las buenas prácticas de manufactura como factor protector, de la prevención de Enfermedades transmitida por Alimentos.	Manipuladora	continua
	Aplicar continuamente las recomendaciones brindadas en la preparación de alimentos para evitar la pérdida de nutrientes esenciales como las vitaminas y minerales.	Manipuladora	continua

Se anexan fotos con algunas de las actividades realizadas, en seguimiento a la minuta, de las preparaciones ofrecidas a los adultos mayores en el periodo que se rinde informe:



INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO







INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

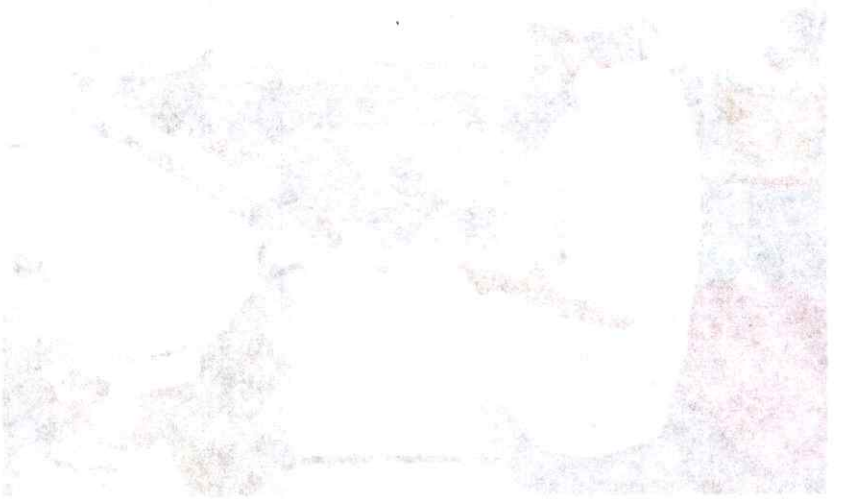




INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

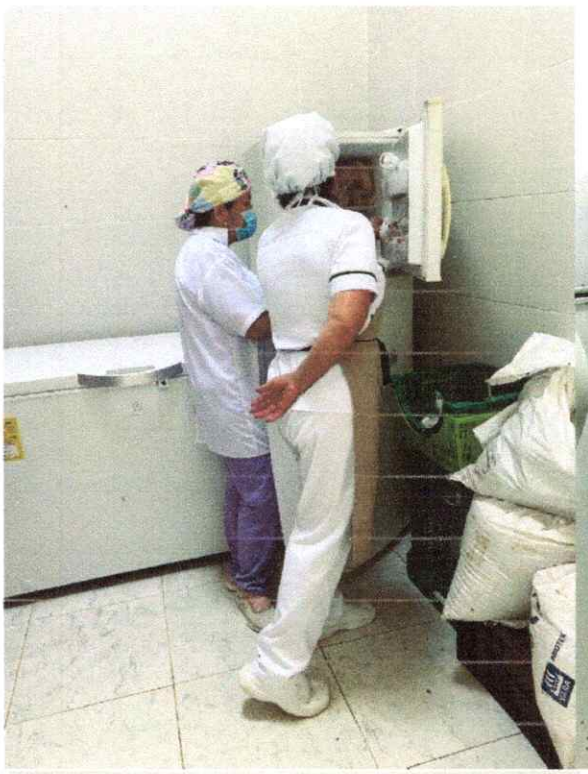








INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO









INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

Se dialoga con los adultos mayores sobre la alimentación recibida y la aceptación de las diferentes preparaciones, a lo cual todos refieren sus percepciones, expresan sus inquietudes y se les escucha, se comparte con ellos y se dialoga al respecto de sus dudas en alimentación. Se comentó con la manipuladora de alimentos lo importante que es cumplir la minuta establecida para el suministro de la alimentación en los adultos mayores, a fin de prestar un servicio con calidad. Así mismo, la minuta debe permanecer expuesta, en lugar visible.

4. REALIZAR LA VALORACIÓN INICIAL E HISTORIA NUTRICIONAL.

Al ingreso de un adulto mayor, se le garantiza su valoración inicial, que se constituye en el punto de partida para la atención brindada en la institución.

Durante el período para el cual se realiza este informe, se realizaron las valoraciones nutricionales y clasificaciones antropométricas de ingreso a los adultos mayores, luego todos cuentan con su valoración inicial e historia nutricional, donde se evidencia la clasificación antropométrica inicial y se planean los seguimientos a realizar.

TOMA DE MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS, VALORACIÓN Y CLASIFICACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL, ASÍ COMO RECOMENDACIONES PERSONALIZADAS

Con los datos antropométricos captados y suministrados por la nutricionista, se realizó una clasificación antropométrica para este período, acorde a los estándares establecidos por la Organización Mundial de la Salud, para los adultos mayores.

La clasificación antropométrica de la persona adulta mayor comprende procedimientos técnicos a seguir en la atención integral de salud por el prestador de salud, para determinar el estado nutricional de este grupo poblacional.

INDICE DE MASA CORPORAL

La clasificación de la valoración nutricional antropométrica se debe realizar con el índice de masa corporal (IMC). En ese sentido, los valores obtenidos de la toma de peso y medición de la talla serán utilizados para calcular el IMC a través de la siguiente fórmula: IMC = Peso (kg)/(talla (m))^2. La clasificación de la valoración nutricional con el IMC es referencial en esta etapa de vida, debido a que las modificaciones corporales que ocurren durante el proceso de

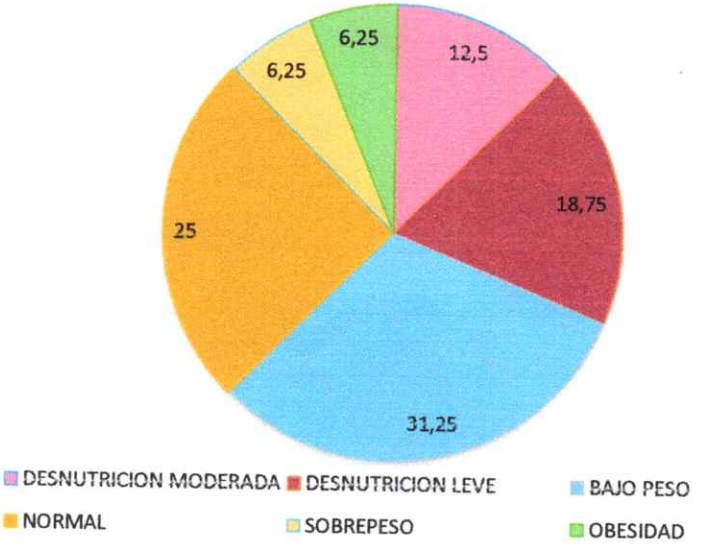
envejecimiento, afectan las medidas antropométricas como el peso y la talla requiriendo que la persona adulta mayor sea evaluada de manera integral. El índice de masa corporal (IMC) calculado como el peso en kg dividido por la talla en metros al cuadrado es otro indicador utilizado para medir el estado nutricional. Un IMC por debajo de 22 kg/m2 se ha asociado a una mayor tasa de mortalidad al año y a un peor estado funcional en personas mayores que viven en la comunidad.4 El riesgo de una mayor mortalidad en los hombres mayores de 65 años empieza a un IMC de 22 kg/m2 y alcanza un 20 % de incremento del riesgo en los hombres mayores de 75 años con un IMC menor de 20,5 kg/m2. Para las mujeres, el incremento de mortalidad empieza también por debajo de un IMC de 22 y alcanza un 40 % de incremento del riesgo en las mujeres de 75 años con un IMC inferior al 18,5 %.5 Esta relación entre la pérdida de peso y la mortalidad ha sido confirmada por algunos de los estudios epidemiológicos más importantes.

LISTADO DE USUARIOS DEL CENTRO VIDA CON CLASIFICACION ANTROPOMETRICA:

A continuación, se presenta la clasificación antropométrica acorde a la toma de peso y talla del periodo de ejecución (14 de mayo a 10 de junio), así como la consolidación de información de la historia nutricional y de frecuencia de consumo de alimentos:

CLASIFICACION	NUMERO DE USUARIOS	PORCENTAJE
DESNUTRICION MODERADA	2	12,5
DESNUTRICION LEVE	3	18,75
BAJO PESO	5	31,25
NORMAL	4	25
SOBREPESO	1	6,25
OBESIDAD	1	6,25

INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO



La figura anterior nos permite enunciar que el 25%, de los adultos atendidos por el programa de la Fundación Centro vida, La Voz de la Experiencia, durante el mes de mayo 14-junio al 10 de 2.025 se encuentran actualmente con un adecuado índice de masa corporal, en los cuales debe promoverse con la adecuada alimentación y acciones de promoción de la salud, para fomentar el consumo de una dieta saludable, y evitar complicaciones de enfermedades asociadas a una alimentación desbalanceada.

La figura también nos ilustra que 6,25% de los usuarios atendidos en la Fundación Centro vida, La Voz de la Experiencia, sufren de sobrepeso y en el caso de la obesidad, afecta al 6,25% de los usuarios, las dos condiciones aumentan el riesgo aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades cardiacas, hipertensión, diabetes y apnea del sueño. Además, se relaciona con ciertos cánceres, reducción de la esperanza de vida y riesgo de mortalidad prematura. Estos usuarios deben informarse que en sus IPS de atención primaria existen programas de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, de los cuales deben hacerse participes, así como recibir sensibilización en la importancia de mantener una dieta saludable y promover la adopción de una actividad física regular con el fin de mejorar el estado actual.

También se evidencia que 31,25 % de los usuarios atendidos en la Fundación Centro vida, la Voz de la Experiencia, padecen de peso insuficiente o peso bajo, lo cual debe revisarse si la

pérdida de peso es planificada o no es una consideración importante para un adulto mayor obeso. La pérdida de peso no planificada, conocida como pérdida de peso no intencional, está relacionada con riesgos para la salud. La pérdida involuntaria de peso desde la mediana edad hasta la edad adulta se asocia con un deterioro cognitivo leve. En mujeres mayores, la pérdida de peso involuntaria se asocia con un mayor riesgo de fractura. También se asocia con una disminución funcional y en combinación con baja masa muscular, está relacionada con una mala calidad de vida en adultos mayores.

Dentro de los hallazgos también se relaciona que12,5% se clasifica con Desnutrición moderada, y el 18,75 % se clasifica con Desnutrición moderada; lo cual preocupa porque la desnutrición en personas mayores puede provocarles diferentes problemas de salud. Algunos de ellos son: Pérdida de peso importante. Debilidad muscular o pérdida de fuerza. Disminución de la masa ósea. Sistema inmunitario débil. Anemia. Cansancio y fatiga. Depresión. Mala recuperación de las heridas. Problemas de memoria. Aumenta la pérdida de memoria progresiva y la posibilidad de sufrir algún tipo de demencia.

En términos genérales, estos adultos mayores que cursan con obesidad o desnutrición deben remitirse al sistema de salud, para que reciban una valoración nutricional completa, y un tratamiento acorde a los hallazgos.





INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO



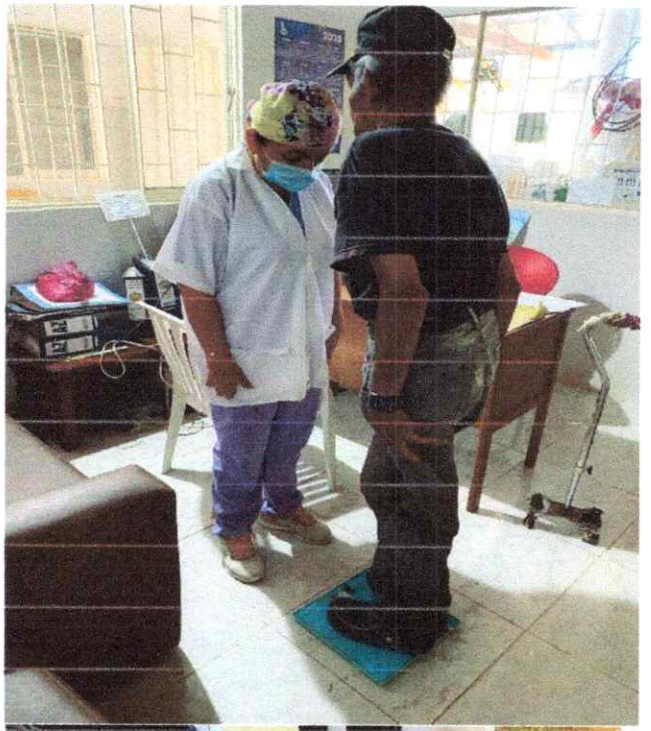








INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO





INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO





INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

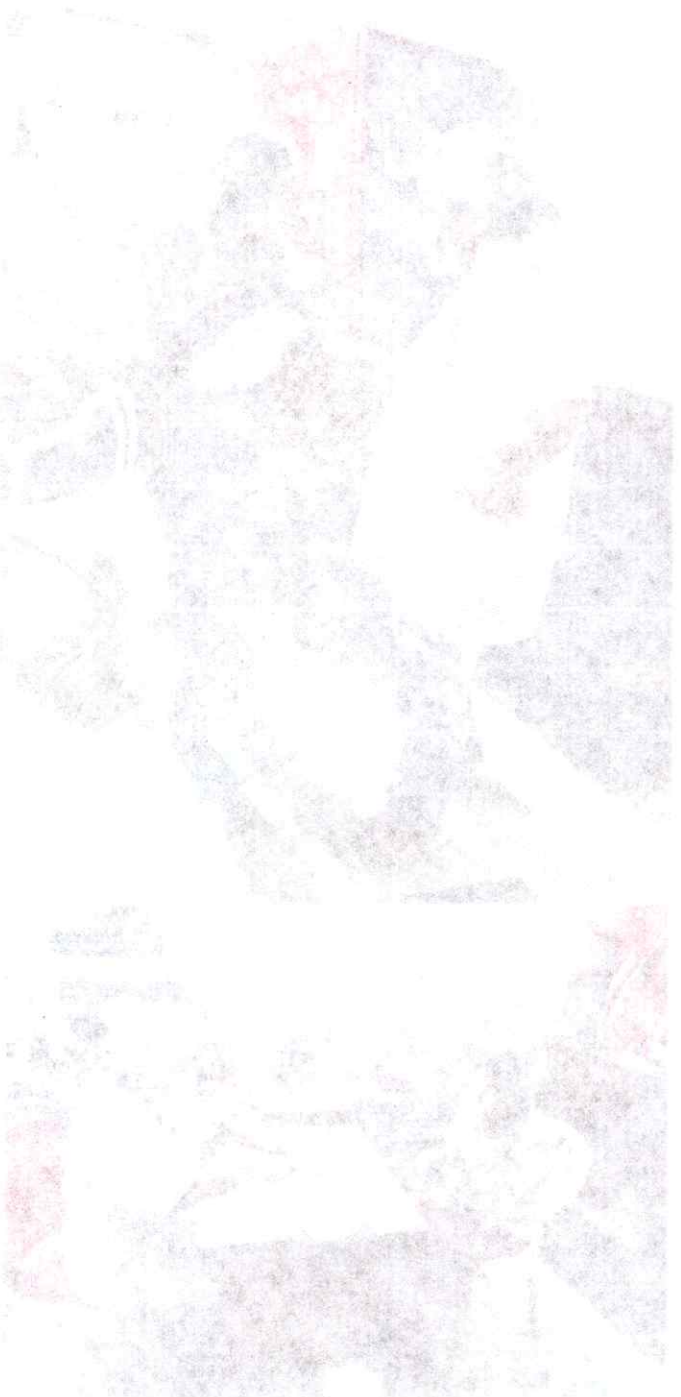




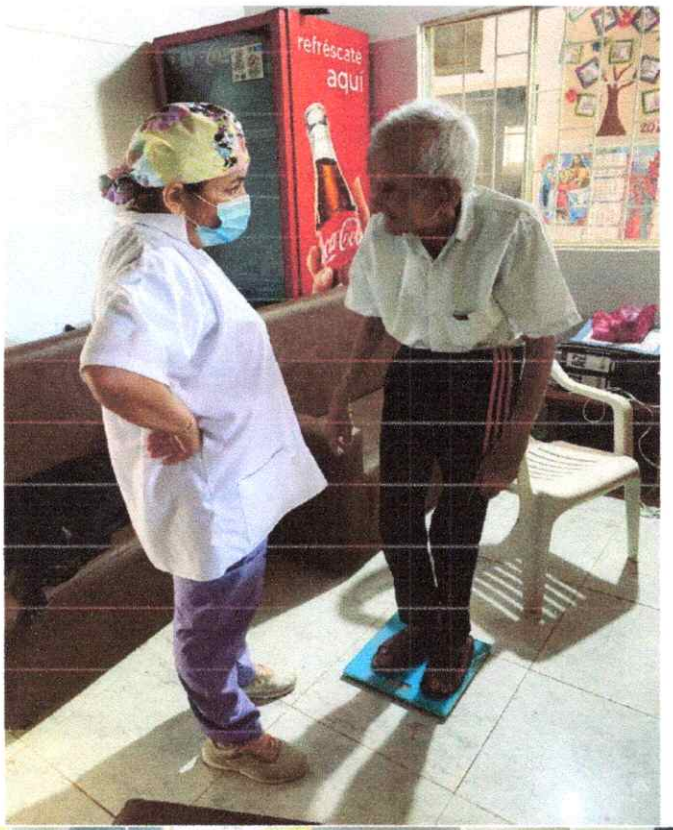
INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO



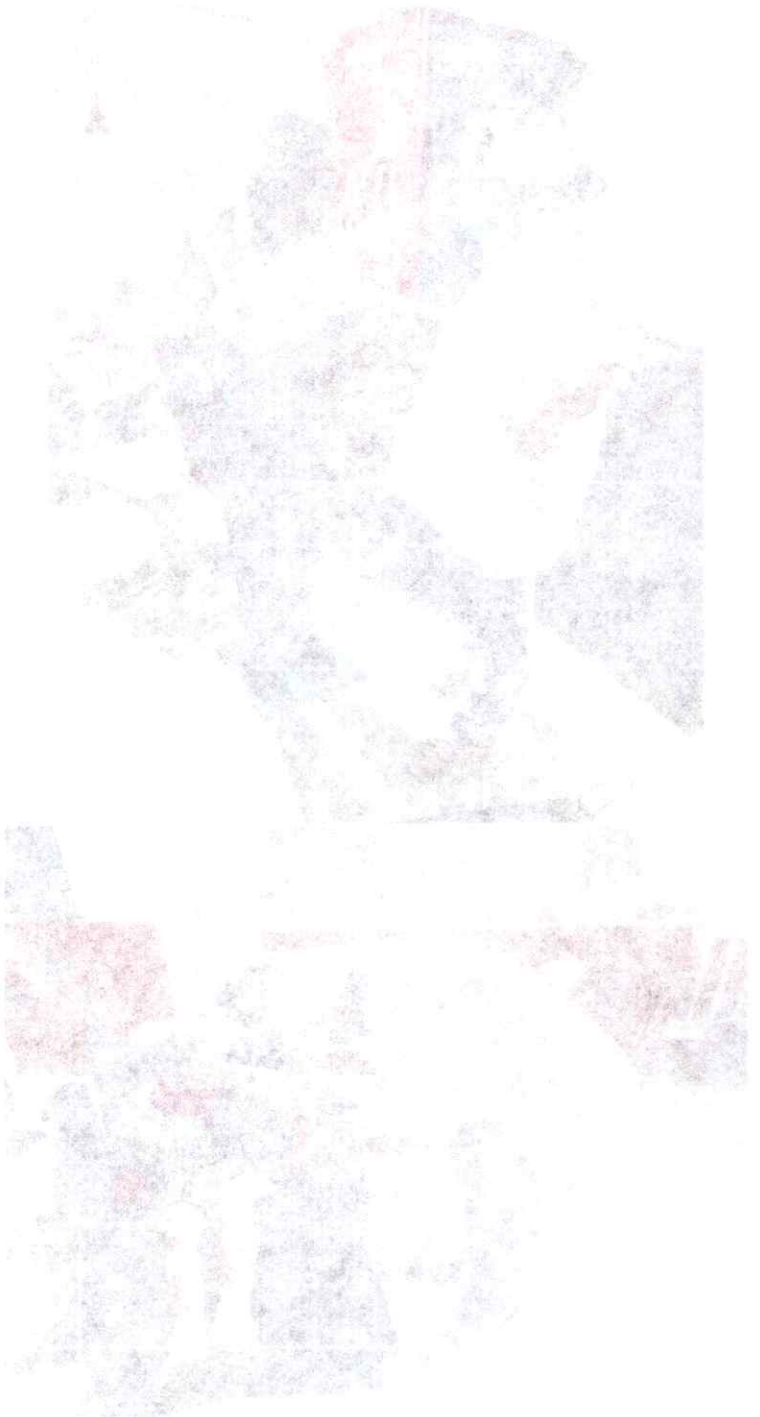




INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

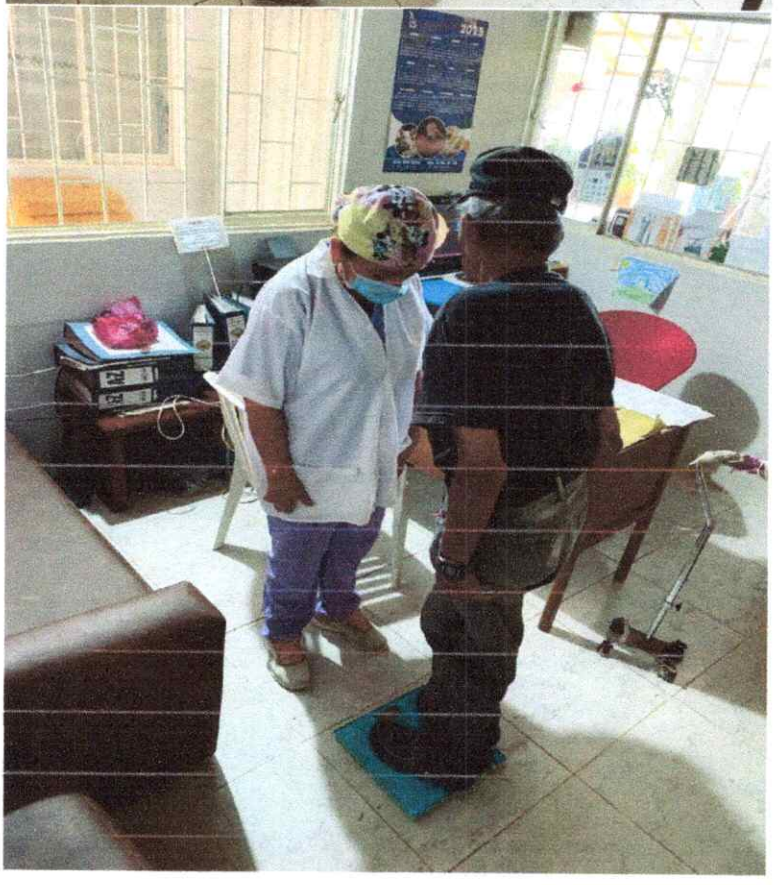


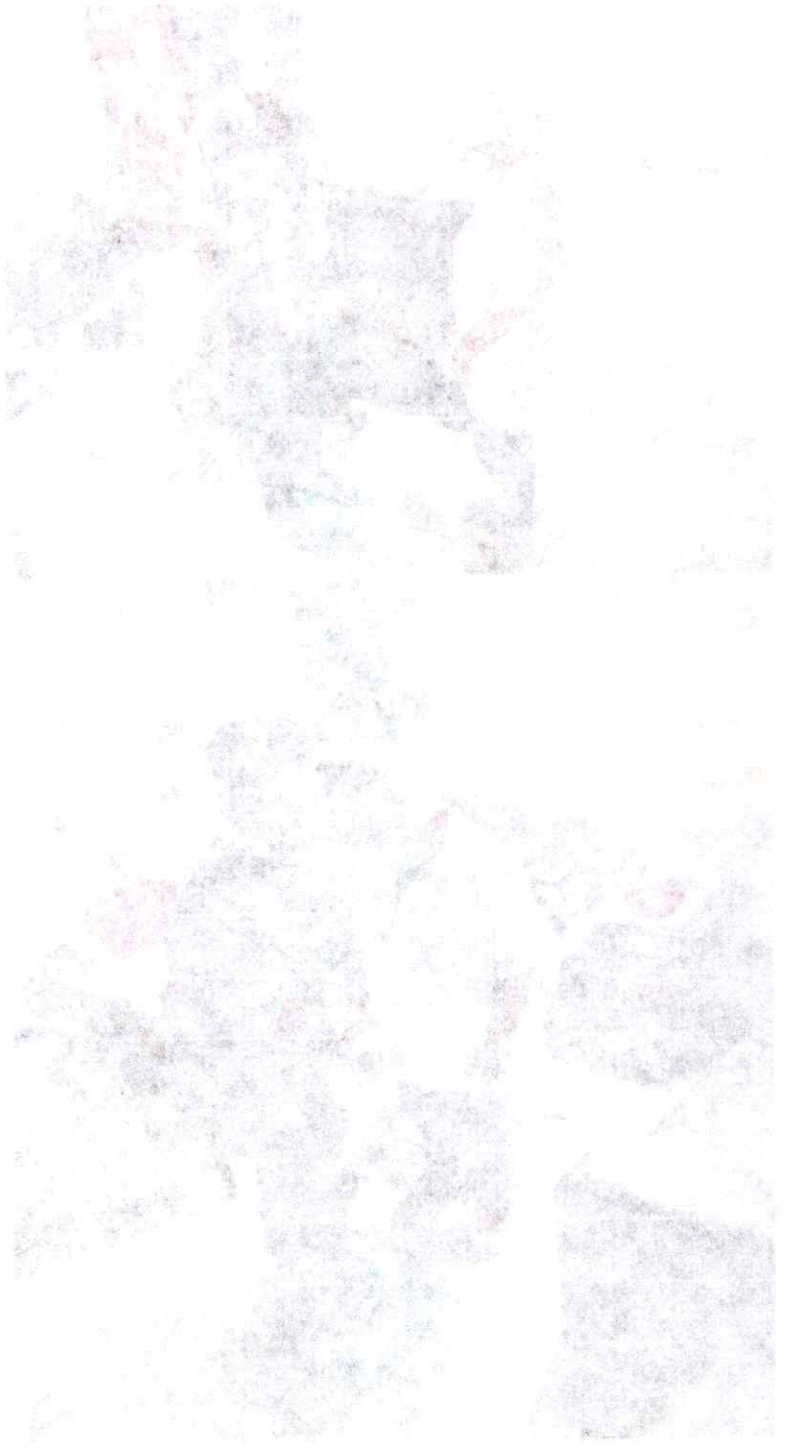




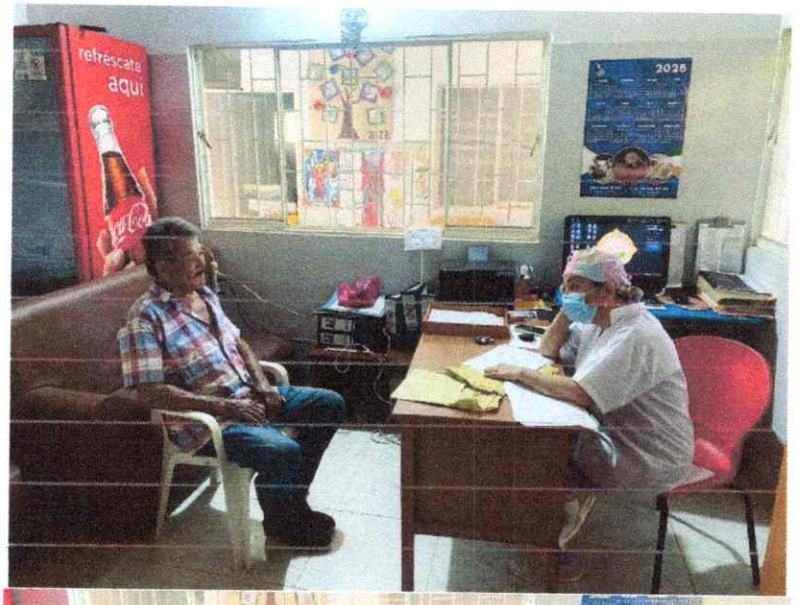
INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO

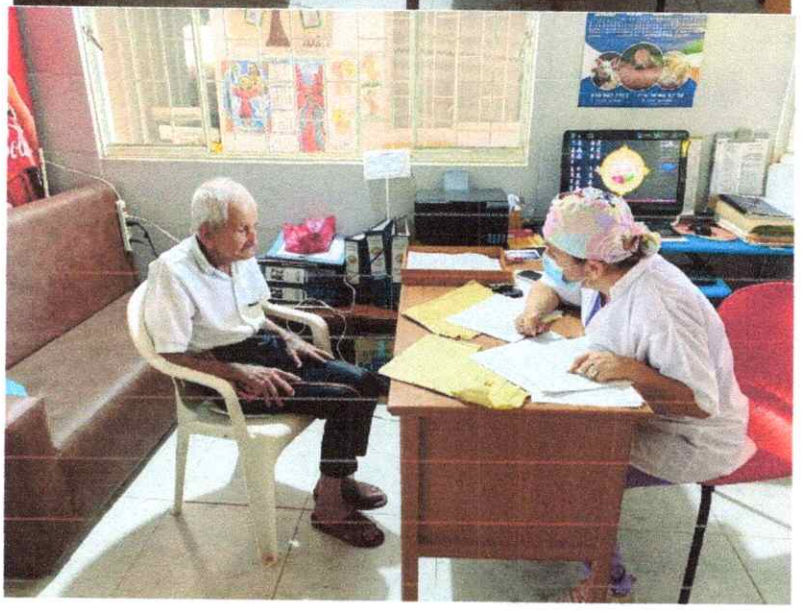






INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO







INFORME DE ACTIVIDADES DE NUTRICION CON LOS ADULTOS DE LA ASOCIACION CENTRO VIDA LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, DE PALMAS DEL SOCORRO 2.025-14 MAYO AL 10 DE JUNIO



5.CONCLUSIONES:

Los adultos mayores requieren de actividades continuas en salud y en alimentación saludable para sensibilizarse en la importancia de modificar sus hábitos alimentarios.

Se dialoga con los adultos ninguno refiere ninguna inconformidad con los alimentos ofrecidos, agradecen y se motivan a participar de las actividades propuestas.

La manipuladora de alimentos se esmera por lograr que los platos sean muy bien presentados, con agradable sabor, con la higiene adecuada, y en la temperatura ideal para el consumo, ella muestra un gran compromiso por la atención con calidad para los adultos mayores.

ELABORADO POR:

LUZ CLEMENCIA ORDUZ MENDOZA
NUTRICIONISTA DIETISTA
REGISTRO MND: 04868

HISTORIA NUTRICIONAL PARA ADULTOS MAYORES DE LA ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA DE PALMAS DEL SOCORRO -2025

FECHA 23-MAYO-2025 CC: 37828714
NOMBRE: Isabel Obdulia Esteves EDAD: 73 años
PRESENCIA DE ENFERMEDAD: Fx de tibia - Pierna - Hipoacusia
FECHA DE NACIMIENTO: 18/7/1951
ANTECEDENTES PATOLÓGICOS

DATOS ANTROPOMETRICOS:

Fecha.	Peso Kg	Talla Cm	CC Cm	CB Cm	IMC	Est Nut	Recomendaciones:
							No puede levantarse, usa pasador está medicamentos

FRECUENCIA DE CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS DIARIA

Carnes Y Leg. seca	Frutas	verduras	lácteos	Cereales, RTP	Huevo	Azúcares y dulces	Grasas y aceite
1	2	1	1	6	2 vl x mes	5	5

PREFERENCIAS ALIMENTARIA:

Alimentos Preferidos	Alimentos Rechazados
yogurt - carne pollo pescado	ninguno

Hábitos intestinales: una o dos deposiciones al dia
Suplementos nutricionales ninguno
RECOMENDACIONES
A la usuaria se le realiza una valoración subjetiva donde se evidencia una contextura delgada, tendencia al bajo peso y se debe fortalecer la dieta variada y fraccionada diariamente

Luz Clemencia Ordoñez N.
Nutricionista Dietista

FIRMAS:

CS Escaneado con CamScanner

HISTORIA NUTRICIONAL PARA ADULTOS MAYORES DE LA ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA DE PALMAS DEL SOCORRO -2025

FECHA 23/mayo/2025 CC: 91103227

NOMBRE: Alonso Mejía EDAD: 69 años

PRESENCIA DE ENFERMEDAD: Sanos ECV.

FECHA DE NACIMIENTO: 18-DIC-1956

ANTECEDENTES PATOLÓGICOS

DATOS ANTROPOMETRICOS:

Fecha.	Peso Kg	Talla Cm	CC Cm	CB Cm	IMC	Est Nut	Recomendaciones:
23/5/2025	53.3	155	83	29	22.2	IMC Normal	Consume todos los alimentos teniendo en cuenta los refrescos, jugos y gaseosas para no ser usados en el tiempo actual - una pizca de sal de cocina

FRECUENCIA DE CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS DIARIA

Carnes Y Leg. seca	Frutas	verduras	lácteos	Cereales, RTP	Huevo	Azúcares y dulces	Grasas y aceite
1	2	1	1	6	2 c/semana	5	5

PREFERENCIAS ALIMENTARIA:

Alimentos Preferidos	Alimentos Rechazados
Gallina - Carne asada - mango	Ninguno

Hábitos intestinales: Una deposición al día

Suplementos nutricionales Ninguno

RECOMENDACIONES

Se sugiere ofrecer una dieta baja en sal - sodio, baja en grasa y baja en azucares y dulces, rica en frutas y verduras frescas y en alimentos fuente de proteínas de alto valor biológico

FIRMAS: Nutricionista - Dietista

Escaneado con CamScanner

HISTORIA NUTRICIONAL PARA ADULTOS MAYORES DE LA ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA DE PALMAS DEL SOCORRO -2025

FECHA 23-05-2025 CC: 37105766
NOMBRE: Alicia Cuellar EDAD: 57 años
PRESENCIA DE ENFERMEDAD: Sobrepeso ECV - HTA - Consumo no tiene Antecedentes de alcoholismo
FECHA DE NACIMIENTO: 7/10/1967
ANTECEDENTES PATOLÓGICOS fractura de cadera de esfínteres

DATOS ANTROPOMETRICOS:

Fecha.	Peso Kg	Talla Cm	CC Cm	CB Cm	IMC	Est Nut	Recomendaciones:
23/5/2025	41	147	65	28	18,98	Bajo Peso	Se recomienda ofrecer dieta muy baja en sal-sodio, baja en grasa y baja en azucares y dulces.

FRECUENCIA DE CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS DIARIA

Carnes Y Leg. seca	Frutas	verduras	lácteos	Cereales, RTP	Huevo	Azúcares y dulces	Grasas y aceite
1	2	1	1	6	2	5	5

PREFERENCIAS ALIMENTARIA:

Alimentos Preferidos	Alimentos Rechazados
Carne - pollo.	Higado

Hábitos intestinales: una deposición al día
Suplementos nutricionales ninguno
RECOMENDACIONES
Se recomienda aumentar la frecuencia del consumo de frutas y verduras frescas

FIRMAS:
Nutricionista Dietista
MND 04868

Escaneado con CamScanner

HISTORIA NUTRICIONAL PARA ADULTOS MAYORES DE LA ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA DE PALMAS DEL SOCORRO -2025

FECHA 23 Mayo 2025 CC: 213J629
NOMBRE: Alberto Obregón EDAD: 95 años
PRESENCIA DE ENFERMEDAD: HTA - Enf pulmonar - falta de piezas
FECHA DE NACIMIENTO: 4-Enero-1930
ANTECEDENTES PATOLÓGICOS

DATOS ANTROPOMETRICOS:

Fecha.	Peso Kg	Talla Cm	CC Cm	CB Cm	IMC	Est Nut	Recomendaciones:
23-05-2025	38	148	80	23.	1735	Desnutrición leve	Seguir controles desde hace 4 Meses; por disponibilidad con la EPS.

FRECUENCIA DE CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS DIARIA

Carnes Y Leg. seca	Frutas	verduras	lácteos	Cereales, RTP	Huevo	Azúcares y dulces	Grasas y aceite
1	2	1	1	6	3x/semana	5	5

PREFERENCIAS ALIMENTARIA:

Alimentos Preferidos	Alimentos Rechazados
Huevo - pollo	Ninguno

Hábitos intestinales: una deposición al día
Suplementos nutricionales actualmente no
RECOMENDACIONES
El varón refiere el consumo de todos los alimentos servidos se sugiere ofrecer alimentos más blandos y aumentar el tamaño de porción de los alimentos fuente de proteína y de energía

Escaneado con CamScanner

FIRMAS: Luz Clarenes Ordaz Mendez

HISTORIA NUTRICIONAL PARA ADULTOS MAYORES DE LA ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA DE PALMAS DEL SOCORRO -2025

FECHA 23- mayo -2025 CC: 2153307
NOMBRE: Resurrección Ardila Albarracín EDAD: 75 años
PRESENCIA DE ENFERMEDAD: HTA- Enf. Psiquiatrica
FECHA DE NACIMIENTO: 13-05-1952
ANTECEDENTES PATOLÓGICOS

DATOS ANTROPOMETRICOS:

Fecha.	Peso Kg	Talla Cm	CC Cm	CB Cm	IMC	Est Nut	Recomendaciones:
23/5/25	50.3	165	81/5	21/5	18,49	Bajo Peso	Se sugiere aumentar la frecuencia del consumo de leche y derivados; así como aumentar el tamaño de las cereales, raíces, tubérculos y plátanos

FRECUENCIA DE CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS DIARIA

Carnes Y Leg. seca	Frutas	verduras	lácteos	Cereales, RTP	Huevo	Azúcares y dulces	Grasas y aceite
1	2	1	2	6	3 y/semana	5	5

PREFERENCIAS ALIMENTARIA:

Alimentos Preferidos	Alimentos Rechazados
Arroz - Platano	Ninguno

Hábitos intestinales: una deposición al día
Suplementos nutricionales
RECOMENDACIONES

Luz Clemencia Ordoñez Nutricionista
FIRMAS: Dietista
MND 41368

Escaneado con CamScanner

HISTORIA NUTRICIONAL PARA ADULTOS MAYORES DE LA ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA DE PALMAS DEL SOCORRO -2025

FECHA 23/5/2025 CC: 2135754
NOMBRE: Sra. Alfredo Jaimes Díaz EDAD: 71 años
PRESENCIA DE ENFERMEDAD: Hta - Dolore. de rodilla
FECHA DE NACIMIENTO: 12/Sept/54
ANTECEDENTES PATOLÓGICOS

DATOS ANTROPOMETRICOS:

Fecha.	Peso Kg	Talla Cm	CC Cm	CB Cm	IMC	Est Nut	Recomendaciones:
23/5/25	69.1.	172	95	31.	23.4	IMC Normal	Refiere consumo de alimentos ofrecidos en el hogar, ha disminuido 3 kg desde diciembre

FRECUENCIA DE CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS DIARIA

Carnes Y Leg. seca	Frutas	verduras	lácteos	Cereales, RTP	Huevo	Azúcares y dulces	Grasas y aceite
1	2	1	2	6	3 ú/sem.	5	5

PREFERENCIAS ALIMENTARIA:

Alimentos Preferidos	Alimentos Rechazados
Arroz – Pastas – Lenteja – Gallina – carne – Lechuga.	Ninguno

Hábitos intestinales: Refiere estreñimiento a veces 2 días sin deposición
Suplementos nutricionales Ninguno
RECOMENDACIONES
Se recomienda aumentar el consumo de alimentos a base de granos ofrecidos un cereal y una bebida con leche y fruta

Luz Marina Ortiz Mejía
FIRMA: Nutricionista - Dietista

HISTORIA NUTRICIONAL PARA ADULTOS MAYORES DE LA ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA DE PALMAS DEL SOCORRO -2025

FECHA 23 de mayo de 2025 CC: 91104060
NOMBRE: Carlos Armando Rueda Tarazona EDAD: 60 años
PRESENCIA DE ENFERMEDAD: Trastorno de ansiedad
FECHA DE NACIMIENTO: 22-1-65
ANTECEDENTES PATOLÓGICOS

DATOS ANTROPOMETRICOS:

Fecha.	Peso Kg	Talla Cm	CC Cm	CB Cm	IMC	Est Nut	Recomendaciones:
23-5/25	59.1	170	26.1	20	20.44	Bajo Peso	Reduce consumo de cantidad de alimentos ofrecidos en la instrucción consume bebidas entre sus mediciones

FRECUENCIA DE CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS DIARIA

Carnes Y Leg. seca	Frutas	verduras	lácteos	Cereales, RTP	Huevo	Azúcares y dulces	Grasas y aceite
1	2	1	2	6	3 V/sem	5	5

PREFERENCIAS ALIMENTARIA:

Alimentos Preferidos	Alimentos Rechazados
Pan-queso-pollo	ninguno

Hábitos intestinales:
Suplementos nutricionales
RECOMENDACIONES
El usuario participa en la entrevista refiere sus gustos y preferencias alimentarias

FIRMAS: Nutricionista - Dietista
MND 04868

Escaneado con CamScanner

HISTORIA NUTRICIONAL PARA ADULTOS MAYORES DE LA ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA DE PALMAS DEL SOCORRO -2025

FECHA 23-mayo-2025 CC: 5 2 6 4 3 4 5

NOMBRE: Jairo Rodrigo Sanchez EDAD: 72 años

PRESENCIA DE ENFERMEDAD: DM - HTA - Portal

FECHA DE NACIMIENTO: 15-Enero-1953

ANTECEDENTES PATOLÓGICOS

Cegera

DATOS ANTROPOMETRICOS:

Fecha.	Peso Kg	Talla Cm	CC Cm	CB Cm	IMC	Est Nut	Recomendaciones:
23/5/25	71.8	174	108	33	25.76	IMC normal	Jairo se recomienda dormir tranquilo.

FRECUENCIA DE CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS DIARIA

Carnes Y Leg. seca	Frutas	verduras	lácteos	Cereales, RTP	Huevo	Azúcares y dulces	Grasas y aceite
2	1	1	1	4	2 Y/semana	4	3

PREFERENCIAS ALIMENTARIA:

Alimentos Preferidos	Alimentos Rechazados
Carne sudada.	Alimentos acido-pepticos colonsos. Pastas sudadas

Hábitos intestinales: Sube de estreñido

Suplementos nutricionales NO

RECOMENDACIONES

Se sugiere aumentar la cantidad de porciones de alimentos de los refrigios

Escaneado con CamScanner

FIRMAS:

HISTORIA NUTRICIONAL PARA ADULTOS MAYORES DE LA ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA DE PALMAS DEL SOCORRO -2025

FECHA 23-5-2025 CC: 10156814

NOMBRE: Lazaro Virgilio EDAD: 87 años

PRESENCIA DE ENFERMEDAD: 21-05-1938

FECHA DE NACIMIENTO: HTA- falta de pagos dentales

ANTECEDENTES PATOLÓGICOS

DATOS ANTROPOMETRICOS:

Fecha	Peso Kg	Talla Cm	CC Cm	CB Cm	IMC	Est Nut	Recomendaciones:
23/5/2025	47.8	93.6	81.3	22	19,67	IMC Bajo Peso	Usuario quien colabora con la entrevista, se recomienda una dieta muy baja de sal- Sodio

FRECUENCIA DE CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS DIARIA

Carnes Y Leg. seca	Frutas	verduras	lácteos	Cereales, RTP	Huevo	Azúcares y dulces	Grasas y aceite
1	2	1	1	6	2 6/sem	5	5

PREFERENCIAS ALIMENTARIA:

Alimentos Preferidos	Alimentos Rechazados
Carne- pollo- pesc. ama Gallina	lechuga cruda- Chanfaina

Hábitos intestinales: una deposición cada 2días

Suplementos nutricionales no actualmente

RECOMENDACIONES

Se recomienda aumentar el consumo de frutas y verduras, así como los alimentos fuente de proteína como pollo, pescado, huevo queso, y Carne

FIRMAS:

Luz Clemencia Galvis
Nutricionista
M.P. 0808

Escaneado con CamScanner

HISTORIA NUTRICIONAL PARA ADULTOS MAYORES DE LA ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA DE PALMAS DEL SOCORRO -2025

FECHA 23 de Mayo de 2025 CC: 5762088
NOMBRE: Eliecer. Bayona EDAD: 79 años
PRESENCIA DE ENFERMEDAD: HTA - ICC. - Esguince de rodilla
FECHA DE NACIMIENTO: 23-08-1945 falta de piezas dentales
ANTECEDENTES PATOLÓGICOS

DATOS ANTROPOMETRICOS:

Fecha.	Peso Kg	Talla Cm	CC Cm	CB Cm	IMC	Est Nut	Recomendaciones:
23/5/25	79.2	161.	85	31	30,57	Obesidad	le fiere no quisiera la comida porque no le gusta sin sal, ni la consistencia de la comida ofrecida acá

FRECUENCIA DE CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS DIARIA

Carnes Y Leg. seca	Frutas	verduras	lácteos	Cereales, RTP	Huevo	Azúcares y dulces	Grasas y aceite
1	2	1	1	6	2 x/semana	5	7

PREFERENCIAS ALIMENTARIA:

Alimentos Preferidos	Alimentos Rechazados
Hígado Gallero. Sudados Pescado_	Enlatados. Caldos

Hábitos intestinales: una deposición al día
Suplementos nutricionales ninguno
RECOMENDACIONES
El usuario refiere que desea irse de la institución durante la entrevista repite muchas veces eso y poco a poco a tiende a las educación brindada

Escaneado con CamScanner

FIRMAS: Nutricionista - Dietista U.S

Felicia Bayona

HISTORIA NUTRICIONAL PARA ADULTOS MAYORES DE LA ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA DE PALMAS DEL SOCORRO -2025

FECHA 23-05-2025 CC: 2098801[illegible]
NOMBRE: Luz Estrella Cogor EDAD: 92 años
PRESENCIA DE ENFERMEDAD: HTA. [illegible]
FECHA DE NACIMIENTO: 20/oct/1933
ANTECEDENTES PATOLÓGICOS

DATOS ANTROPOMETRICOS:

Fecha.	Peso Kg	Talla Cm	CC Cm	CB Cm	IMC	Est Nut	Recomendaciones:
23/05/25	45.8	153			19.57	Bajo Peso	No oftalmología - Control de Diabetes - No refiere nada ni otro de clasificación la entrevista

FRECUENCIA DE CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS DIARIA

Carnes Y Leg. seca	Frutas	verduras	lácteos	Cereales, RTP	Huevo	Azúcares y dulces	Grasas y aceite
1	2	1	1	6	2 y/o [illegible]	5	5

PREFERENCIAS ALIMENTARIA:

Alimentos Preferidos	Alimentos Rechazados
Pollo - leche	Ninguno

Hábitos intestinales: una deposición al día
Suplementos nutricionales Ninguno por ahora
RECOMENDACIONES
Se da recomendaciones al enfermo sobre dieta baja en grasa, carbohidratos y en azucares y rica en fruta y verduras frescas

Luz Clemencia Ortiz Mejía
[illegible]

Escaneado con CamScanner

HISTORIA NUTRICIONAL PARA ADULTOS MAYORES DE LA ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA DE PALMAS DEL SOCORRO -2025

FECHA 23-05-2025 CC: 1024 449137

NOMBRE: Ma Arbey [illegible] EDAD: 88 años

PRESENCIA DE ENFERMEDAD: Psiquiatrica -

FECHA DE NACIMIENTO: 15-05-1943

ANTECEDENTES PATOLÓGICOS

DATOS ANTROPOMETRICOS:

Fecha.	Peso Kg	Talla Cm	CC Cm	CB Cm	IMC	Est Nut	Recomendaciones:
23 MAYO 2025	23	119	87	19		DNT Moderada	No camina. Solo, sido acompañada poco articula palabras No camina solo; hay que ayudarle, apoyarla. No articula palabras

FRECUENCIA DE CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS DIARIA

Carnes Y Leg. seca	Frutas	verduras	lácteos	Cereales, RTP	Huevo	Azúcares y dulces	Grasas y aceite
1	2	1	1	6	2 x semana	3	3

PREFERENCIAS ALIMENTARIA:

Alimentos Preferidos	Alimentos Rechazados
Consume todo las porciones ofrecida	No refiere

Hábitos intestinales: una deposición al dia

Suplementos nutricionales ninguno

RECOMENDACIONES

Se dan recomendaciones para aumentar el tamaño de las porciones y la densidad calórica y de nutrientes que se ofrece a la abuela.

Escaneado con CamScanner

HISTORIA NUTRICIONAL PARA ADULTOS MAYORES DE LA ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA DE PALMAS DEL SOCORRO -2025

FECHA 23 mayo-2025 CC: _____

NOMBRE: Ulda Gonzales EDAD: _____

PRESENCIA DE ENFERMEDAD: hipertiroidismo - constipación ulcera gastrica - gastritis

FECHA DE NACIMIENTO: _____

ANTECEDENTES PATOLÓGICOS

DATOS ANTROPOMETRICOS:

Fecha	Peso Kg	Talla Cm	CC Cm	CB Cm	IMC	Est Nut	Recomendaciones:
		154	87.5	24.6		Desnutrición Moderada	En cama, decaído, depletado no camina todo lleva a la cama
							No se pide pesar pero se evidencia el estado de Desnutrición Moderada por los signos físicos presentados

FRECUENCIA DE CONSUMO DE GRUPOS DE ALIMENTOS DIARIA

Carnes Y Leg. seca	Frutas	verduras	lácteos	Cereales, RTP	Huevo	Azúcares y dulces	Grasas y aceite
2	2	1	1	5	2 v/semana	3	2

PREFERENCIAS ALIMENTARIA:

Alimentos Preferidos	Alimentos Rechazados
Todos los consume	Ninguno

Hábitos intestinales: Dos deposiciones al día

Suplementos nutricionales ninguno

RECOMENDACIONES

Se sugiere educación para adicionar a la dieta algún suplemento dado que con la poca cantidad que ingiere no se alcanza a cubrir los requerimientos nutricionales del adulto

FIRMAS: Luz Omaira Ortiz Morales
Nutricionista - Dietista
MND 04868

Escaneado con CamScanner

Socorro, Junio 10 de 2025

PARQUE MEMORIAL LOS SAUCES S.A.S.
NIT. 900.524.191-2

CERTIFICA

Que **LA ASOCIACION LA VOZ DE LA EXPERIENCIA** con Nit. 804.015.280-8 posee un contrato de previsión Exequial No. 2435 vigente desde el 29 de Julio de 2016, el cual se encuentra a paz y salvo a la fecha de la presente certificación; con el cual ampara a los siguientes beneficiarios:

Jenny Carolina Núñez Rodríguez
María Antonia Villalba
Alberto Obregón Tabares
Víctor González
Luis Alberto Ardila
Alcira Pinzón de Díaz
Juan Pablo Morales
Bernardo Acevedo
Nicanor Virgues
Luis Eduardo Garzón Castillo
Carlos Armando Rúgeles Franco
María Nohory Corredor Correa
Resurrección Sánchez Albarracín
Luis Alfredo Jaimes Díaz
Aliria Cristancho Castro
Jairo Rodríguez Sánchez
Alfonso Mejía González
Isabel Olarte Estévez

Cordialmente,

Documento valido
sin firma

GLADYS GOMEZ MELO
Gerente
PQRQUE MEMORIAL LOS SAUCES SAS

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804.015.280-8

INFORME DE ACTIVIDADES DE ENFERMERIA

Auxiliar de enfermería: Duban Ferney Cadena Negrón

Periodo: Del 14 de Mayo al 10 de Junio de 2025

Objetivo: Mantener y velar por el bienestar del Adulto Mayor, identificando áreas de mejora en la atención integral que aborden sus necesidades físicas, emocionales y sociales, con el fin de optimizar la calidad de vida, promover un envejecimiento saludable y garantizar una atención centrada en la dignidad y el respeto.

ACTIVIDADES REALIZADAS CON LOS ADULTOS MAYORES

Descripción de la actividad:

- Realizar día a día baño en ducha e higiene personal asistido
- Acompañamiento a la ingesta de alimentos
- Constante vigilancia a la entrada y salida al baño.
- Realizar toma de signos vitales diariamente a todos los pacientes
- Realizar actividades lúdicas
- Administración de medicamentos según formula medica
- Acompañamiento a controles médicos laboratorios y demás.
- Realizar curaciones dado el caso necesario
- Acompañamiento en todas las actividades de recreación, elaboración de materiales didácticos, actividades de motricidad fina y gruesa, dar solución a ciertas diferencias que se presentan entre los adultos para evitar problemas a mayor escala.

Duban Ferney Cadena N.
Duban Ferney Cadena Negrón
AUXILIAR DE ENFERMERIA

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804.015.280-8

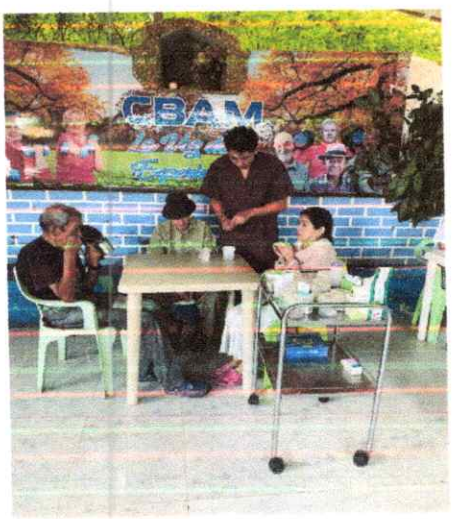
EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS



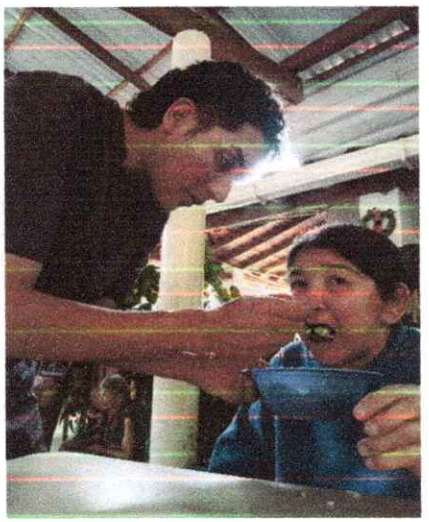




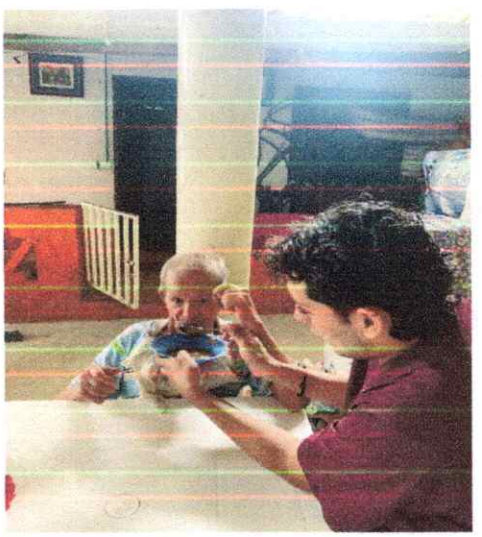




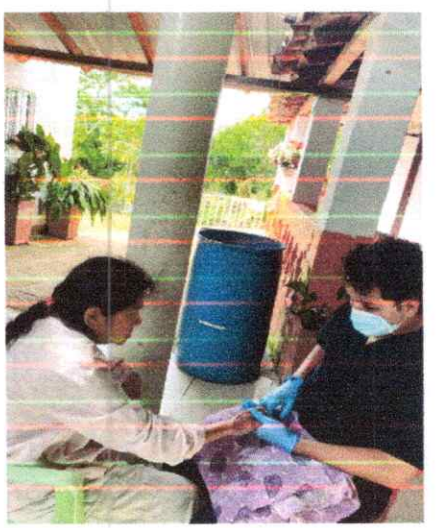
ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804.015.280-8

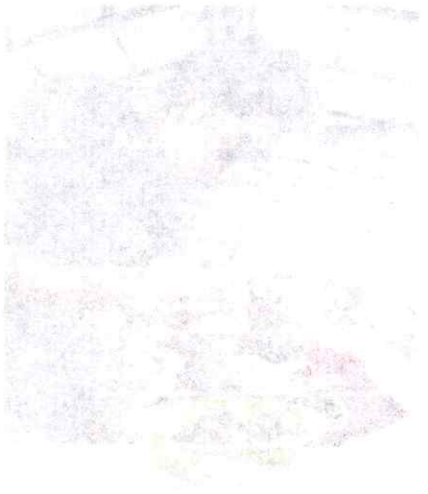


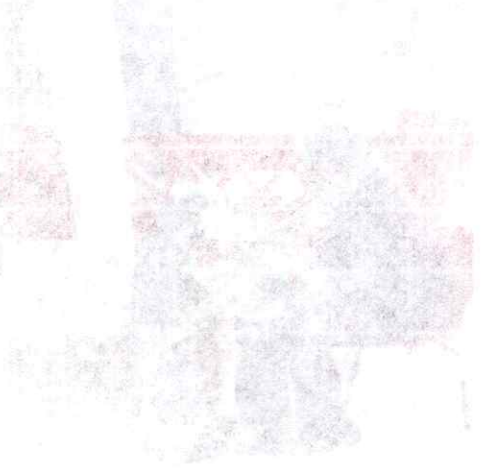




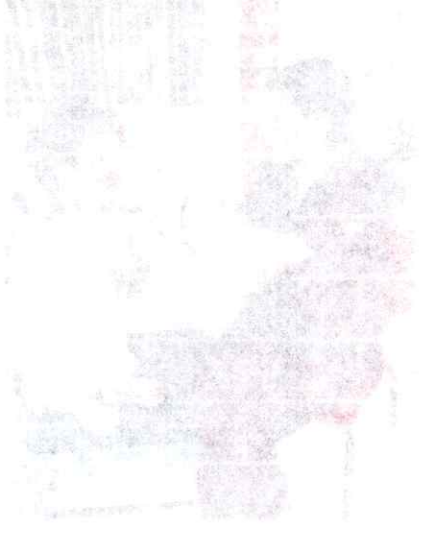


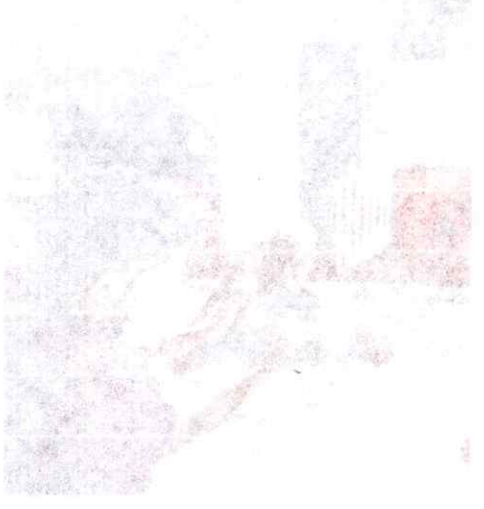




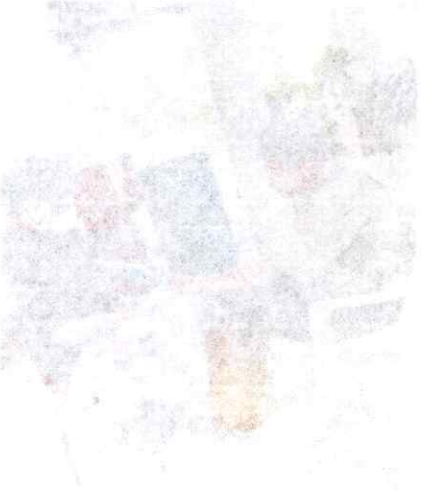




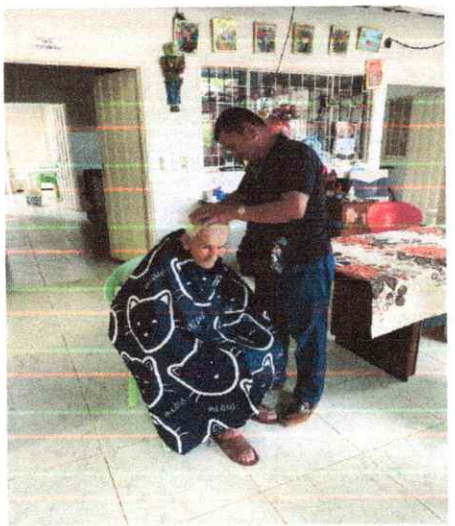


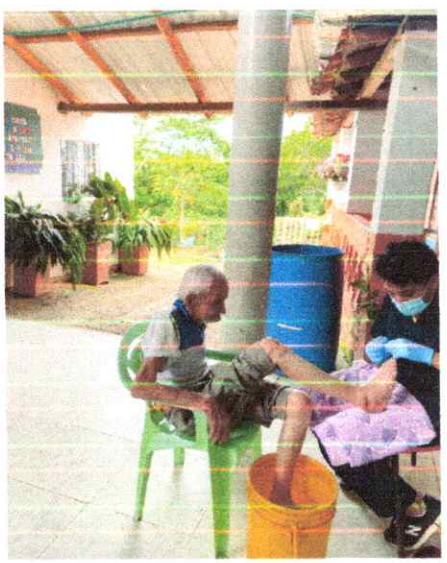
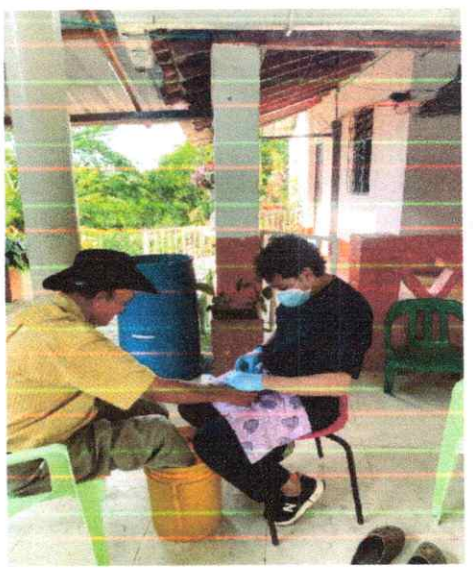
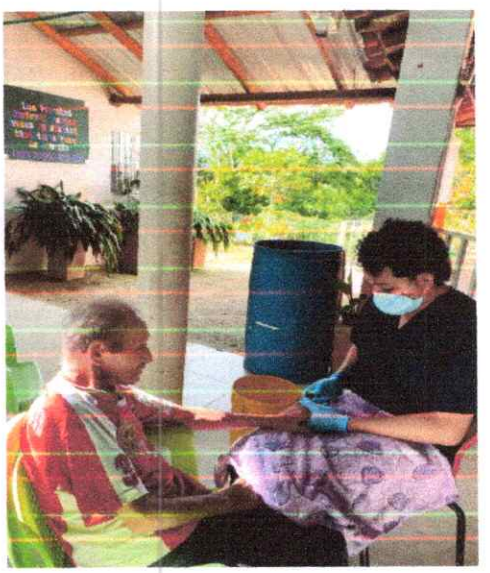


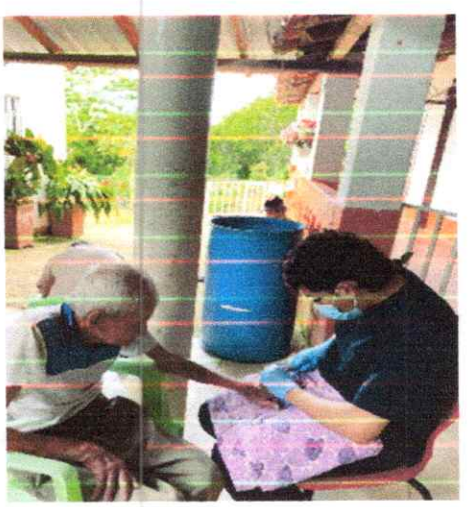




ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804.015.280-8



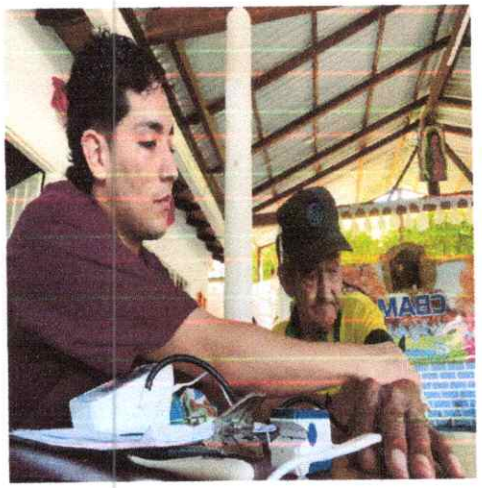
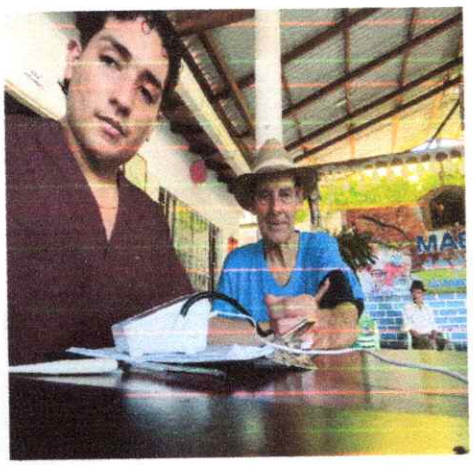
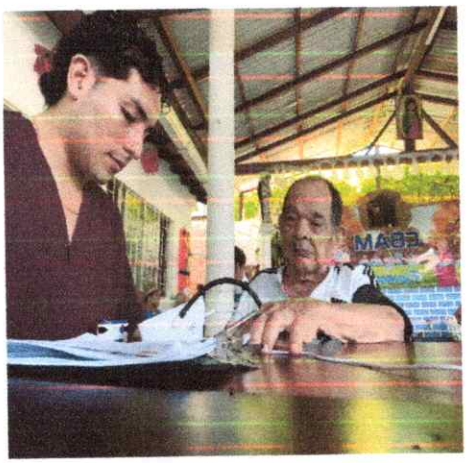





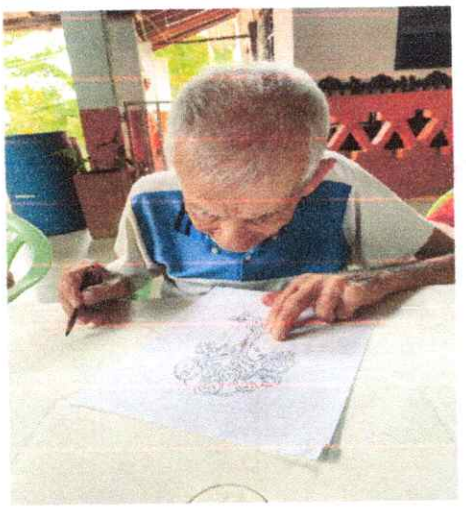
ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804.015.280-8

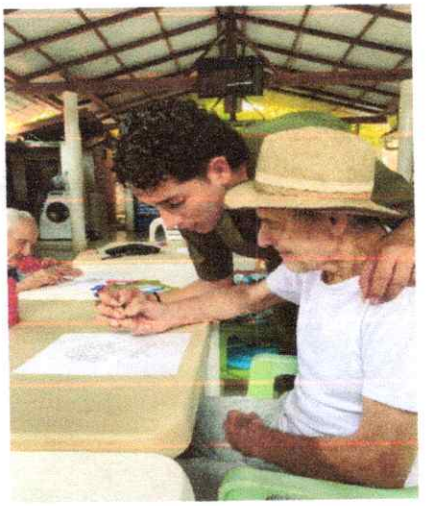




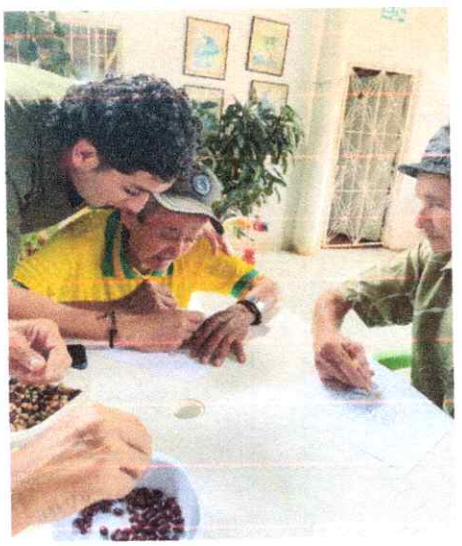





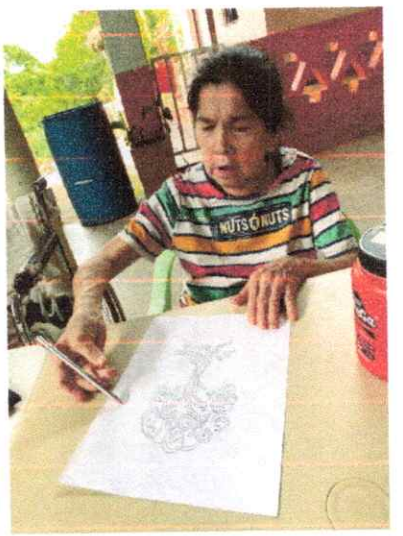

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804.015.280-8

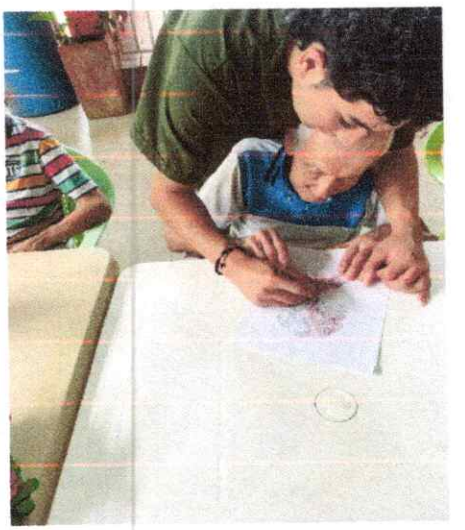


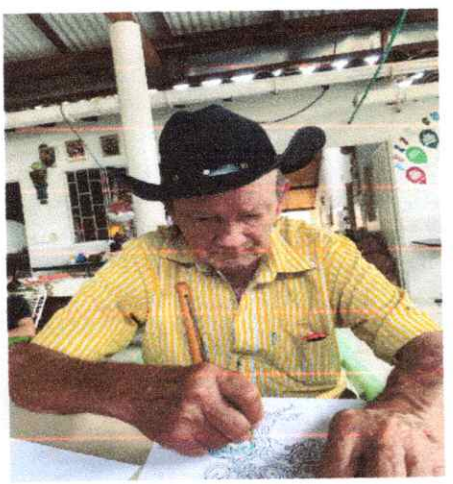


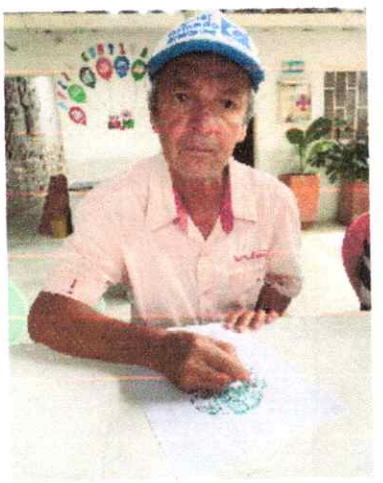




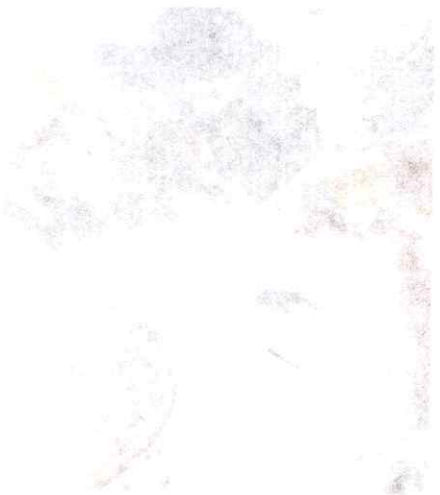
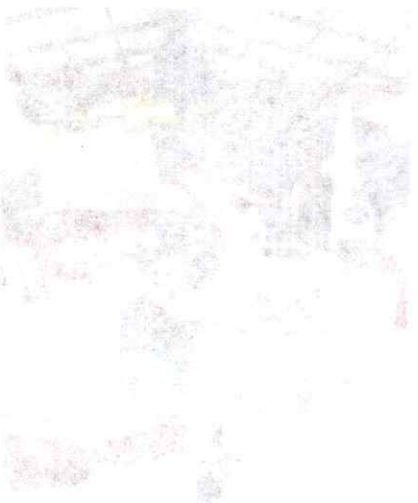


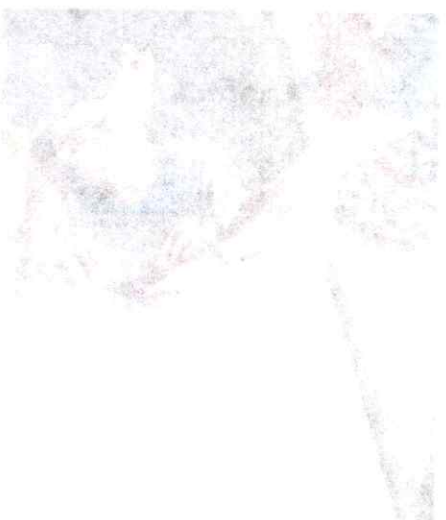
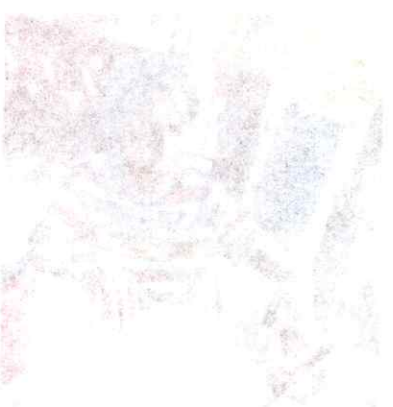
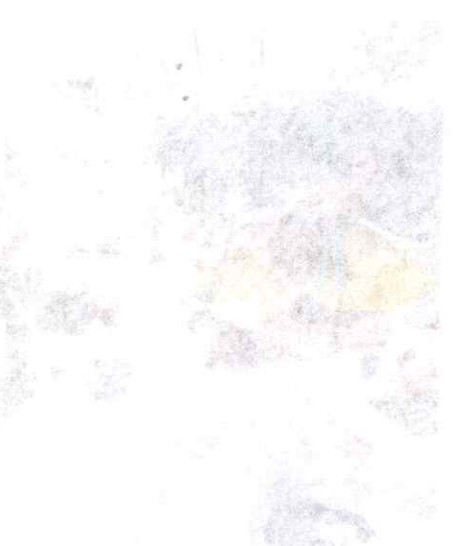
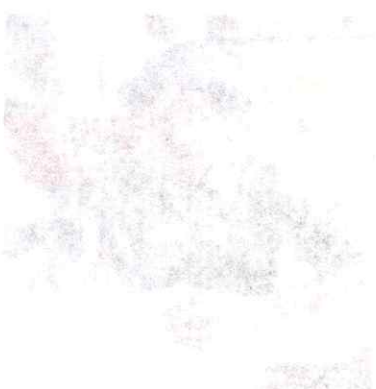
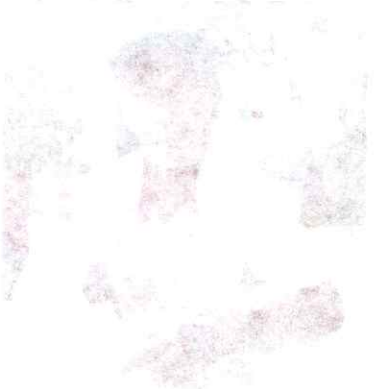




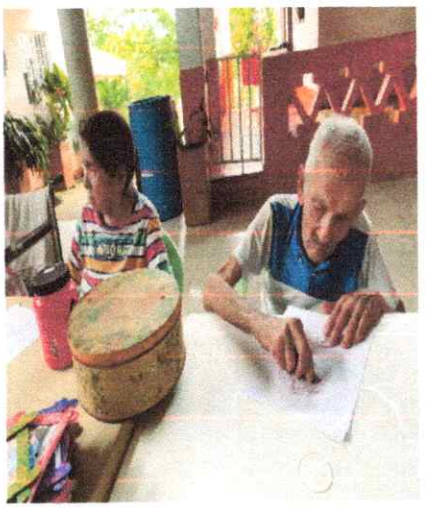




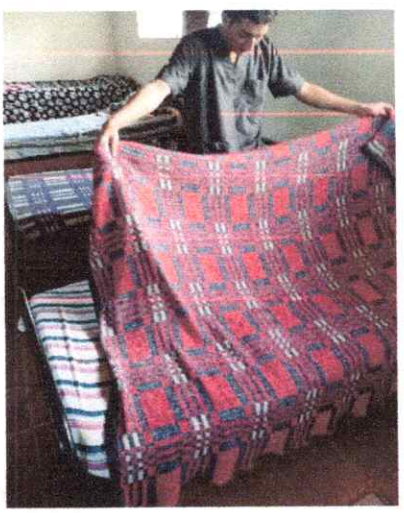






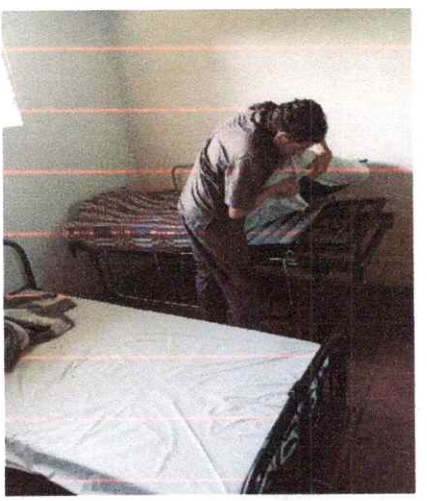

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804.015.280-8













ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Nicanor Virgues	HISTORIA CLINICA No	Edad: 87 Años	EPS / ARS: Sanitas
Diagnostico: HTA no especificada			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
01/05/25	11+00	100/65	63LX	18RX	34,2°	89%	1.65/48	Uban C.
02/05/25	11+00	110/69	65LX	18RX	33,6°	93%	1.65/48	Uban C.
03/05/25	10+30	115/70	74LX	19RX	34,3°	95%	1.65/48	Uban C.
05/05/25	10+30	125/80	72LX	19RX	35,2°	92%	1.65/48	Uban C.
06/05/25	11+00	120/72	80LX	20RX	34,2°	89%	1.65/48	Uban C.
07/05/25	11+00	100/54	75LX	19RX	33,7°	92%	1.65/48	Uban C.
08/05/25	11+00	117/90	82LX	21RX	35,2°	90%	1.65/48	Uban C.
09/05/25	10+00	105/74	75LX	19RX	34,3°	88%	1.65/48	Uban C.
10/05/25	10+00	100/65	64LX	18RX	35,2°	95%	1.65/48	Uban C.
12/05/25	10+30	110/80	58LX	16RX	34,3°	93%	1.65/48	Uban C.
13/05/25	10+30	105/74	62LX	17RX	33,6°	96%	1.65/48	Uban C
14/05/25	11+00	100/65	64LX	17RX	34,3°	94%	1.65/48	Uban C
15/05/25	11+00	112/70	70LX	19RX	34,4°	90%	1.65/48	Uban C.
16/05/25	11+00	132/34	57LX	16RX	34,4°	94%	1.65/48	Uban C.
17/05/25	10+30	130/60	64LX	17RX	33,6°	94%	1.65/48	Uban C.
19/05/25	11+00	127/65	70LX	19RX	34,8°	89%	1.65/48	Uban C.
20/05/25	11+00	100/82	80LX	22RX	32,4°	92%	1.65/48	Uban C.
21/05/25	11+00	131/46	62LX	17RX	33,5°	94%	1.65/48	Uban C
22/05/25	11+00	134/44	60LX	17RX	32,6°	97%	1.65/48	Uban C.
23/05/25	11+00	105/48	62LX	17RX	33,6°	95%	1.65/48	Uban C
24/05/25	11+00	100/69	58LX	17RX	34,2°	90%	1.65/48	Uban C.
26/05/25	11+00	105/24	85LX	19RX	33,6°	95%	1.65/48	Uban C
27/05/25	11+00	110/65	60LX	17RX	34,3°	90%	1.65/48	Uban C.
28/05/25	11+00	116/37	62LX	17RX	35,2°	97%	1.65/48	Uban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Nicanor Vivsues	HISTORIA CLINICA No	Edad: 87 Años	EPS / ARS: Sanitas
Diagnostico: HTA no especificada			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
02/06/25	11+00	110/65	80 LX	20 RX	34,7°	90%	1.65/48	Urban C.
03/06/25	11+00	100/54	70 LX	19 RX	35,6°	92%	1.65/48	Urban C.
04/06/25	11+00	125/70	75 LX	19 RX	34,2°	93%	1.65/48	Urban C.
05/06/25	10+00	100/64	64 LX	18 RX	33,7°	94%	1.65/48	Urban C.
07/06/25	10+00	110/71	70 LX	19 RX	34,8°	85%	1.65/48	Urban C.
09/06/25	10+00	118/60	68 LX	18 RX	34,2°	89%	1.65/48	Urban C.
10/06/25	10+00	127/90	74 LX	19 RX	35,3°	93%	1.65/48	Urban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Luis Alfredo Jaimes Díaz	HISTORIA CLINICA No	Edad: 70	EPS / ARS: Sanitas
Diagnostico: HTA Primaria			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
01/06/25	11+00	110/72	72LX	19RX	34,2°	90%	1.73/75	Urbanc.
02/06/25	11+00	100/64	74LX	18RX	33,6°	89%	1.73/75	Urbanc.
03/06/25	10+30	125/70	83LX	20RX	32,5°	94%	1.73/75	Urbanc.
05/06/25	10+30	105/72	86LX	20RX	34,8°	96%	1.73/75	Urbanc.
06/06/25	11+00	125/90	74LX	19RX	35,3°	80%	1.73/75	Urbanc.
07/06/25	11+00	105/60	78LX	18RX	33,5°	91%	1.73/75	Urbanc
08/06/25	11+00	100/74	75LX	18RX	34,6°	93%	1.73/75	Urbanc.
09/06/25	10+00	115/62	79LX	19RX	33,2°	86%	1.73/75	Urbanc.
10/06/25	10+00	127/60	80LX	20RX	34,8°	95%	1.73/75	Urbanc.
12/06/25	10+30	110/74	76LX	20RX	35,2°	90%	1.73/75	Urbanc.
13/06/25	10+30	130/72	84LX	22RX	34,2°	89%	1.73/75	Urbanc.
14/06/25	11+00	100/64	86LX	22RX	33,7°	92%	1.73/75	Urbanc
15/06/25	11+00	105/74	83LX	20RX	35,2°	95%	1.73/75	Urbanc
16/06/25	11+00	100/64	79LX	20RX	34,6°	96%	1.73/75	Urbanc
17/06/25	10+30	125/70	86LX	19RX	34,3°	94%	1.73/75	Urbanc.
19/06/25	11+00	105/60	83LX	20RX	33,6°	92%	1.73/75	Urbanc.
20/06/25	11+00	120/60	85LX	21RX	33,5°	88%	1.73/75	Urbanc.
21/06/25	11+00	110/68	82LX	20RX	34,6°	92%	1.73/75	Urbanc.
22/06/25	11+00	125/70	75LX	18RX	34,3°	90%	1.73/75	Urbanc.
23/06/25	11+00	110/72	86LX	19RX	34,6°	99%	1.73/75	Urbanc.
24/06/25	11+00	100/68	74LX	17RX	35,2°	89%	1.73/75	Urbanc.
25/06/25	11+00	105/64	76LX	17RX	34,4°	95%	1.73/75	Urbanc.
27/06/25	11+00	105/74	78LX	18RX	33,6°	98%	1.73/75	Urbanc.
26/06/25	11+00	100/54	75LX	19RX	34,2°	89%	1.73/75	Urbanc

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario:	Luis Alfredo Jaimes Otaz	HISTORIA CLINICA No	Edad: 70	EPS / ARS: Sanitas
Diagnostico:	HTA Esencial primaria			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
04/06/25	11+00	100/65	80LX	19RX	34,2°	90%	1.73/75	Uban C.
05/06/25	11+00	110/72	82LX	19RX	33,7°	92%	1.73/75	Uban C.
04/06/25	11+00	105/70	84LX	19RX	33,6°	86%	1.73/75	Uban C.
05/06/25	10+00	100/69	94LX	22RX	34,8°	84%	1.73/75	Uban C.
07/06/25	10+00	125/70	92LX	22RX	33,5°	94%	1.73/75	Uban C.
09/06/25	10+00	100/54	80LX	20RX	35,3°	92%	1.73/75	Uban C.
10/06/25	10+00	110/72	85LX	20RX	34,8°	87%	1.73/75	Uban C

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Luis Eduardo Garzon Castillo	HISTORIA CLINICA No	Edad: 92	EPS / ARS: Nueva EPS
Diagnostico: HTA esencial primaria			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
01/05/25	11+00	100/64	75LX	19RX	35,1°	93%	1.55/49	Uban C.
02/05/25	11+00	110/65	70LX	18RX'	34,2°	90%	1.55/49	Uban C.
03/05/25	10+30	100/74	82LX	20RX'	35,3°	89%	1.55/49	Uban C.
05/05/25	10+30	105/90	79LX	19RX	34,1°	88%	1.55/49	Uban C.
06/05/25	11+00	100/72	86LX'	22RX'	33,5°	94%	1.55/49	Uban C.
07/05/25	11+00	117/60	84LX'	20RX'	33,6°	93%	1.55/49	Uban C.
08/05/25	11+00	125/69	78LX	19RX'	34,4°	96%	1.55/49	Uban C.
09/05/25	10+00	110/64	76LX	19RX'	33,6°	90%	1.55/49	Uban C.
10/05/25	10+00	125/90	60LX	19RX'	35,2°	95%	1.55/49	Uban C.
12/05/25	10+30	115/70	69LX'	17RX	34,3°	95%	1.55/49	Uban C.
13/05/25	10+30	100/75	72LX'	18RX'	33,6°	92%	1.55/49	Uban C.
14/05/25	11+00	110/82	68LX	17RX'	34,2°	93%	1.55/49	Uban C.
15/05/25	11+00	86/53	76LX	19RX	35,4°	94%	1.55/49	Uban C.
16/05/25	11+00	141/55	57LX	16RX'	35,3°	96%	1.55/49	Uban C.
17/05/25	10+30	138/40	64LX	17RX'	33,4°	92%	1.55/49	Uban C.
19/05/25	12+00	145/71	68LX	19RX	34,3°	93%	1.55/49	Uban C.
20/05/25	11+00	140/68	69LX	19RX	35,2°	89%	1.55/49	Uban C.
21/05/25	10+30	127/61	67LX	18RX	33,4°	92%	1.55/49	Uban C.
22/05/25	11+00	100/69	62LX	17RX	33,2°	99%	1.55/49	Uban C.
23/05/25	11+00	105/60	66LX	18RX	34,2°	95%	1.55/49	Uban C.
24/05/25	11+00	125/70	80LX	22RX	35,2°	90%	1.55/49	Uban C.
26/05/25	11+00	100/69	75LX	20RX	33,4°	94%	1.55/49	Uban C.
27/05/25	11+00	105/60	84LX	19RX	34,3°	92%	1.55/49	Uban C.
28/05/25	11+00	100/74	90LX	22RX	35,2°	90%	1.55/49	Uban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Luis Eduardo Garzón Castillo	HISTORIA CLINICA No	Edad: 92	EPS / ARS: Nueva EPS
Diagnostico: HTA esencial primaria			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
02/06/25	11+00	110/60	74LX	19RX	33,4°	93%	1.55/49	Uban C.
03/06/25	11+00	100/59	78LX	19RX	37,5°	90%	1.55/49	Uban C.
04/06/25	11+00	125/70	76LX	17RX	36,4°	95%	1.55/49	Uban C
05/06/25	10+00	100/54	70LX	18RX	34,7°	94%	1.55/49	Uban C.
07/06/25	10+00	110/72	82LX	20RX	34,8°	92%	1.55/49	Uban C.
09/06/25	10+00	160/74	69LX	17RX	35,3°	86%	1.55/49	Uban C.
10/06/25	10+00	115/61	62LX	17RX	33,5°	90%	1.55/49	Uban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Alfonso Mejía González	HISTORIA CLINICA No	Edad: 69	EPS / ARS: Sanitas
Diagnostico: HTA esencial primaria - Fibrilación o aleteo auricular.			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
01/05/25	11+00	110/65	81LX	19RX	34,2°	93%	165/55	Uban C.
02/05/25	11+00	100/74	90LX	22RX	35,3°	90%	1.65/55	Uban C.
03/05/25	10+30	115/80	83LX	19RX	35,3°	86%	1.65/55	Uban C.
05/05/25	10+30	117/82	76LX	17RX	34,6°	92%	1.65/55	Uban C.
06/05/25	11+00	105/74	72LX	17RX	34,3°	95%	1.65/55	Uban C.
07/05/25	11+00	105/60	73LX	17RX	32,6°	94%	1.65/55	Uban C.
08/05/25	11+00	110/65	75LX	17RX	35,4°	78%	1.65/55	Uban C.
09/05/25	10+00	100/64	70LX	18RX	33,6°	96%	1.65/55	Uban C.
10/05/25	10+00	135/70	75LX	18RX	34,2°	94%	1.65/55	Uban C.
12/05/25	10+30	140/60	83LX	20RX	34,3°	93%	1.65/55	Uban C.
13/05/25	10+30	105/60	80LX	20RX	32,1°	90%	1.65/55	Uban C.
14/05/25	11+00	115/74	78LX	19RX	33,6°	94%	1.65/55	Uban C.
15/05/25	11+00	100/63	62LX	16RX	35,4°	95%	1.65/55	Uban C.
16/05/25	11+00	123/25	69LX	17RX	34,3°	90%	165/55	Uban C.
17/05/25	10+30	115/70	72LX	18RX	34,3°	89%	1.65/55	Uban C.
19/05/25	11+00	100/70	74LX	18RX	33,7°	93%	1.65/55	Uban C.
20/05/25	11+00	105/64	80LX	20RX	35,2°	92%	1.65/55	Uban C.
21/05/25	10+30	143/72	78LX	19RX	35,4°	90%	1.65/55	Uban C.
22/05/25	11+00	110/46	56LX	16RX	33,5°	93%	1.65/55	Uban C.
23/05/25	11+00	110/64	69LX	17RX	34,6°	90%	1.65/55	Uban C.
24/05/25	11+00	115/70	65LX	17RX	35,4°	89%	1.65/55	Uban C.
26/05/25	11+00	100/68	74LX	19RX	34,3°	95%	1.65/55	Uban C.
27/05/25	11+00	110/70	74LX	19RX	35,2°	93%	1.65/55	Uban C.
28/05/25	11+00	130/80	74LX	19RX	33,4°	92%	1.65/55	Uban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Alfonso Mejia Gonzalez	HISTORIA CLINICA No	Edad: 69	EPS / ARS: Sanitas
Diagnostico:			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
02/06/25	11+00	100/54	83LX	20RX	34,2°	93%	165/55	Urban C.
03/06/25	11+00	117/90	95LX	22RX	33,6°	96%	1.65/55	Urban C
04/06/25	11+00	105/80	90LX	22RX	34,3°	90%	165/55	Urban C
05/06/25	10+00	105/72	69LX	17RX	32,7°	88%	1.65/55	Urban C
07/06/25	10+00	110/68	58LX	16RX	33,5°	90%	1.65/55	Urban C.
09/06/25	10+00	100/74	68LX	17RX	35,4°	93%	1.65/55	Urban C.
10/06/25	10+00	115/68	74LX	19RX	34,3°	95%	1.65/55	Urban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Eliecer Bayona	HISTORIA CLINICA No	Edad: 79	EPS / ARS: Nueva EPS
Diagnostico: HTA esencial primaria			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
01/05/25	11+00	115/69	74LX	19RX	33,5°	95%	170/78	Uban C.
02/05/25	11+00	100/75	83LX	20RX	34,2°	92%	170/78	Uban C.
03/05/25	10+30	117/90	79LX	19RX	33,7°	90%	170/78	Uban C.
05/05/25	10+30	105/82	82LX	19RX	35,4°	89%	170/78	Uban C.
06/05/25	11+00	125/60	89LX	20RX	33,6°	95%	170/78	Uban C.
07/05/25	11+00	100/69	94LX	22RX	34,2°	94%	170/78	Uban C.
08/05/25	11+00	130/74	84LX	19RX	33,4°	90%	170/78	Uban C.
09/05/25	10+00	115/90	69LX	17RX	35,2°	93%	170/78	Uban C.
10/05/25	10+00	105/82	76LX	18RX	35,3°	95%	170/78	Uban C.
11/05/25	10+30	100/54	72LX	18RX	34,2°	90%	170/78	Uban C.
12/05/25	10+30	115/72	68LX	17RX	35,3°	88%	170/78	Uban C.
13/05/25	10+30	100/75	76LX	19RX	33,4°	92%	170/78	Uban C.
14/05/25	11+00	100/65	74LX	19RX	35,4°	89%	170/78	Uban C.
15/05/25	11+00	110/74	75LX	19RX	33,2°	87%	170/78	Uban C.
16/05/25	11+00	115/80	73LX	18RX	36,4°	92%	170/78	Uban C.
19/05/25	119/83	69LX	69LX	19RX	34,2°	90%	170/78	Uban C.
20/05/25	11+00	100/75	97LX	22RX	34,6°	95%	170/78	Uban C.
21/05/25	11+00	110/69	70LX	18RX	33,5°	92%	170/78	Uban C.
22/05/25	10+30	80/86	50LX	16RX	34,3°	93%	170/78	Uban C.
23/05/25	11+00	54LX	115/75	16RX	34,2°	96%	170/78	Uban C.
24/05/25	11+00	62LX	115/70	18RX	35,3°	95%	170/78	Uban C.
26/05/25	11+00	127/68	80LX	19RX	34,2°	91%	170/78	Uban C.
27/05/25	11+00	129/30	76LX	18RX	34,6°	89%	170/78	Uban C.
28/05/25	11+00	105/72	86LX	19RX	36,2°	90%	170/78	Uban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Eliecer Bazona	HISTORIA CLINICA No	Edad: 79	EPS / ARS: Nueva EPS
Diagnostico: HTA esencial primaria			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
02/06/25	11+00	110/69	80LX	19RX	33,5°	92%	1.70/78	Urban C.
03/06/25	11+00	115/70	72LX	18RX	34,2°	90%	1.70/78	Urban C.
04/06/25	11+00	100/54	79LX	19RX	34,3°	89%	1.70/78	Urban C
05/06/25	10+00	100/68	84LX	20RX	33,5°	94%	1.70/78	Urban C
07/06/25	10+00	105/68	90LX	20RX	33,6°	96%	1.70/78	Urban C.
09/06/25	10+00	120/65	89LX	19RX	35,2°	95%	1.70/78	Urban C.
10/06/25	10+00	110/72	75LX	18RX	34,8°	93%	1.70/78	Urban C

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Alberto Obregón Tabares	HISTORIA CLINICA No	Edad: 95	EPS / ARS: Sanitas
Diagnostico: HTA Primario - Enfermedad Renal Crónica			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
01/05/25	11+00	100/68	74LX'	19RX'	34,2°	93%	1.65/39	Ubanc.
02/05/25	11+00	110/74	78LX'	18RX'	35,3°	92%	1.65/39	Ubanc.
03/05/25	10+30	115/90	86LX'	20RX'	34,2°	84%	1.65/39	Ubanc.
05/05/25	10+30	125/70	82LX'	20RX'	36,2°	80%	1.65/39	Ubanc.
06/05/25	11+00	100/45	72LX'	19RX'	35,2°	92%	1.65/39	Ubanc.
07/05/25	11+00	127/80	75LX'	19RX'	34,3°	94%	1.65/39	Ubanc.
08/05/25	11+00	105/70	79LX'	19RX'	34,4°	96%	1.65/39	Ubanc.
09/05/25	10+00	110/69	80LX'	20RX'	33,7°	98%	1.65/39	Ubanc.
10/05/25	10+00	120/70	79LX'	18RX'	34,2°	90%	1.65/39	Ubanc.
12/05/25	10+30	100/69	80LX'	20RX'	35,3°	88%	1.65/39	Ubanc.
13/05/25	10+30	115/90	84LX'	21RX'	34,6°	80%	1.65/39	Ubanc.
14/05/25	11+00	130/90	82LX'	21RX'	33,5°	93%	1.65/39	Ubanc.
15/05/25	11+00	145/65	68LX'	18RX'	34,8°	94%	1.65/39	Ubanc.
16/05/25	11+00	114/64	91LX'	20RX'	33,7°	96%	1.65/39	Ubanc.
17/05/25	10+30	110/68	80LX'	19RX'	34,3°	90%	1.65/39	Ubanc.
19/05/25	11+00	97/65	84LX'	19RX'	34,7°	93%	1.65/39	Ubanc.
20/05/25	11+00	100/56	64LX'	16RX'	35,4°	88%	1.65/39	Ubanc.
21/05/25	10+30	121/65	82LX'	16RX'	35,2°	89%	1.65/39	Ubanc.
22/05/25	11+00	125/70	84LX'	19RX'	34,2°	90%	1.65/39	Ubanc.
23/05/25	11+00	130/42	62LX'	17RX'	33,7°	97%	1.65/39	Ubanc.
24/05/25	11+00	100/55	80LX'	20RX'	34,6°	90%	1.65/39	Ubanc.
26/05/25	11+00	113/64	94LX'	22RX'	33,7°	94%	1.65/39	Ubanc.
27/05/25	11+00	115/70	80LX'	20RX'	34,6°	92%	1.65/39	Ubanc.
28/05/25	11+00	115/74	82LX'	20RX'	34,6°	92%	1.65/39	Ubanc.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Alberto Obveson Tabares	HISTORIA CLINICA No	Edad: 95	EPS / ARS: Sanitas
Diagnostico: HTA- Enfermedad Renal Crónica			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
02/06/25	11+00	102/47	68LX	17RX	34,3°	92%	1.65/39	Urban C.
03/06/25	11+00	105/50	72LX	18RX	34,6°	84%	1.65/39	Urban C.
04/06/25	11+00	110/69	65LX	17RX	35,2°	94%	1.65/39	Urban C.
05/06/25	10+00	115/70	69LX	18RX	36,4°	80%	1.65/39	Urban C.
07/06/25	10+00	125/90	70LX	19RX	31,2°	89%	1.65/39	Urban C.
09/06/25	10+00	100/54	68LX	17RX	33,4°	92%	1.65/39	Urban C.
10/06/25	10+00	130/41	54LX	16RX	35,3°	95%	1.65/39	Urban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Carlos Armando Ruseles	HISTORIA CLINICA No	Edad: 60 Años	EPS / ARS: Sanitas
Diagnostico: HTA - Esquizofrenia no especificada			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02%	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
01/05/25	11+00	100/80	74LX	19RX	34,2°	85%	1.68/59	Uban C.
02/05/25	11+00	110/75	72LX	19RX	33,7	92%	1.68/59	Uban C.
03/05/25	10+30	125/60	80LX	20RX	34,8°	90%	1.68/59	Uban C
05/05/25	10+30	100/55	70LX	18RX	37,4°	94%	1.68/59	Uban C.
06/05/25	11+00	100/64	72LX	19RX	32,6°	93%	1.68/59	Uban C.
07/05/25	11+00	105/69	84LX	20RX	37,4°	95%	1.68/59	Uban C.
08/05/25	11+00	117/62	76LX	19RX	32,6°	95%	1.68/59	Uban C.
09/05/25	10+00	100/54	74LX	19RX	35,2°	90%	1.68/59	Uban C.
10/05/25	10+00	135/90	75LX	19RX	33,4°	92%	1.68/59	Uban C.
12/05/25	10+30	125/70	82LX	20RX	34,6°	89%	1.68/59	Uban C.
13/05/25	10+30	110/68	80LX	21RX	35,3°	80%	1.68/59	Uban C.
14/05/25	11+00	100/54	86LX	21RX	34,2°	96%	1.68/59	Uban C.
15/05/25	11+00	120/68	79LX	19RX	33,6°	98%	1.68/59	Uban C.
16/05/25	11+00	135/79	66LX	17RX	34,6°	92%	1.68/59	Uban C.
17/05/25	10+30	100/65	69LX	18RX	35,3°	90%	1.68/59	Uban C.
19/05/25	11+00	144/84	67LX	18RX	32,6°	86%	1.68/59	Uban C.
20/05/25	11+00	110/82	74LX	19RX	34,3°	85%	1.68/59	Uban C.
21/05/25	10+30	114/65	71LX	19RX	34,6°	89%	1.68/59	Uban C.
22/05/25	11+00	104/82	90LX	22RX	32,7°	94%	1.68/59	Uban C.
23/05/25	11+00	115/74	85LX	19RX	34,3°	95%	1.68/59	Uban C.
24/05/25	11+00	100/85	74LX	18RX	35,4°	90%	1.68/59	Uban C.
26/05/25	11+00	105/74	65LX	17RX	33,2°	95%	1.68/59	Uban C.
27/05/25	11+00	110/72	80LX	20RX	35,2°	90%	1.68/59	Uban C.
28/05/25	11+00	89/56	71LX	19RX	34,6°	93%	1.68/59	Uban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Carlos Armando Ruseles Franco	HISTORIA CLINICA No	Edad: 60 Años	EPS / ARS: Sanitas
Diagnostico: HTA - Esquizofrenia no especificada			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
02/06/25	11+00	105/60	75LX	19RX	33,4°	93%-	1.68/54	Uban C.
03/06/25	11+00	110/54	80LX	20RX'	35,3°	86%.	1.68/54	Uban C.
04/06/25	11+00	100/60	74LX	19RX	34,8°	92%	1.68/54	Uban C.
05/06/25	10+00	95/74	72LX	19RX'	32,6°	94%-	1.68/54	Uban C.
07/06/25	10+00	100/54	70LX'	19RX'	33,5°	95%.	1.68/54	Uban C.
09/06/25	10+00	110/68	64LX'	18RX'	34,3°	92%.	1.68/54	Uban C.
10/06/25	10+00	127/69	67LX'	18RX	35,6°	89%.	1.68/54	Uban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: VICTOR GONZALEZ	HISTORIA CLINICA No	Edad: 83	EPS / ARS: Sanitas
Diagnostico: Epilepsia - Hipotiroidismo			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
01/05/25	11+00	110/70	82LX	19RX	34,6°	90%	1.50/52	Uban c.
02/05/25	11+00	100/65	74LX	18RX	35,3°	89%	1.50/52	Uban c.
03/05/25	10+30	110/69	92LX	20RX	34,2°	96%	1.50/52	Uban c.
06/05/25	11+00	125/72	89LX	19RX	34,3°	92%	1.50/52	Uban c.
07/05/25	11+00	115/80	92LX	22RX	34,2°	95%	1.50/52	Uban c.
08/05/25	11+00	100/65	90LX	22RX	35,4°	94%	1.50/52	Uban c.
09/05/25	10+00	127/60	86LX	19RX	33,5°	90%	1.50/52	Uban c.
10/05/25	10+30	130/74	80LX	19RX	34,6°	96%	1.50/52	Uban c.
12/05/25	11+00	140/65	76LX	18RX	33,6°	93%	1.50/52	Uban c.
13/05/25	11+00	100/69	94LX	20RX	34,2°	88%	1.50/52	Uban c.
14/05/25	11+00	117/85	95LX	22RX	33,3°	90%	1.50/52	Uban c.
15/05/25	11+00	110/72	96LX	22RX	33,6°	92%	1.50/52	Uban c.
16/05/25	11+00	100/65	94LX	19RX	33,5°	95%	1.50/52	Uban c.
17/05/25	10+30	110/72	80LX	17RX	34,6°	94%	1.50/52	Uban c.
19/05/25	11+00	100/54	93LX	19RX	34,2°	96%	1.50/52	Uban c.
20/05/25	11+00	125/80	90LX	19RX	35,3°	92%	1.50/52	Uban c.
21/05/25	10+30	115/70	83LX	17RX	34,6°	89%	1.50/52	Uban c.
22/05/25	11+00	100/65	86LX	18RX	34,4°	87%	1.50/52	Uban c.
23/05/25	11+00	125/72	86LX	18RX	33,6°	93%	1.50/52	Uban c.
24/05/25	11+00	117/80	85LX	19RX	34,2°	96%	1.50/52	Uban c.
25/05/25	11+00	125/70	86LX	18RX	35,3°	90%	1.50/52	Uban c.
27/05/25	11+00	110/74	89LX	19RX	33,7°	95%	1.50/52	Uban c.
28/05/25	11+00	100/65	93LX	22RX	34,6°	93%	1.50/52	Uban c.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: VICTOR GONZALEZ	HISTORIA CLINICA No	Edad: 83	EPS / ARS: sanitas
Diagnostico: Hipotiroidismo - Epilepsia			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
02/06/25	11+co	115/70	82LX	19RX	34,2°	92%	1.50/52	Urbano
03/06/25	11+co	127/60	90LX	20RX	33,6°	90%	1.50/52	Urbano
04/06/25	11+co	120/74	92LX	22RX	34,2°	95%	1.50/52	Urbano
05/06/25	10+co	100/65	86LX	19RX	34,4°	89%	1.50/52	Urbano
07/06/25	10+co	100/74	94LX	20RX	36,2°	94%	1.50/52	Urbano
09/06/25	10+co	110/72	85LX	19RX	34,3°	95%	1.50/52	Urbano
10/06/25	10+co	117/80	80LX	18RX	35,2°	95%	1.50/52	Urbano

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Resurrección Sanchez Albarracin	HISTORIA CLINICA No	Edad: 73	EPS / ARS: Nueva EPS
Diagnostico: HTA esencial primaria			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
01/05/25	11+00	110/70	72LX	18RX	34,2°	90%	1.65/53	Uban C.
02/05/25	11+00	115/80	74LX	19RX'	33,7°	89%	1.65/53	Uban C.
03/05/25	10+30	125/68	72LX	19RX	34,8°	86%	1.65/53	Uban C.
05/05/25	10+30	120/70	68LX'	17RX	33,5°	94%	1.65/53	Uban C.
06/05/25	11+00	90/68	64LX'	17RX'	34,6°	85LX	1.65/53	Uban C.
07/05/25	11+00	100/54	69LX'	18RX	33,4°	96%	1.65/53	Uban C.
08/05/25	11+00	105/68	62LX'	18RX	36,7°	95%	1.65/53	Uban C.
09/05/25	10+00	100/72	65LX'	17RX	35,2°	89%	1.65/53	Uban C.
10/05/25	10+00	105/90	70LX'	19RX'	34,3°	92%	1.65/53	Uban C.
12/05/25	10+30	110/72	69LX'	18RX	33,6°	90%	1.65/53	Uban C.
13/05/25	10+30	118/70	74LX	19RX'	35,2°	88%	1.65/53	Uban C.
14/05/25	11+00	125/70	76LX	19RX	34,3°	85%	1.65/53	Uban C.
15/05/25	11+00	104/57	70LX	19RX	34,2°	88%	1.65/53	Uban C.
16/05/25	11+00	85/49	70LX'	18RX'	34,6°	99%	1.65/53	Uban C.
17/05/25	10+30	105/65	80LX	20RX°	34,4°	90%	1.65/53	Uban C.
19/05/25	11+00	99/61	68LX'	17RX'	33,7°	90%	1.65/53	Uban C.
20/05/25	11+00	100/50	61LX	17RX	35,2°	88%	1.65/53	Uban C.
21/05/25	10+30	85/52	64LX	17RX	35,3°	97%	1.65/53	Uban C.
22/05/25	11+00	130/51	62LX'	17RX	33,7°	99%	1.65/53	Uban C.
23/05/25	11+00	140/69	62LX	17RX	33,4°	97%	1.65/53	Uban C.
24/05/25	11+00	100/50	68LX	18RX'	34,2°	90%	1.65/53	Uban C.
26/05/25	11+00	89/53	62LX	17RX	34,5°	94%	1.65/53	Uban C.
27/05/25	11+00	100/65	54LX	17RX	34,6°	95%	1.65/53	Uban C.
28/05/25	11+00	112/72	67LX	18RX	33,7°	99%	1.65/53	Uban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Resurreccion Sanchez Albarracin	HISTORIA CLINICA No	Edad: 73	EPS / ARS: Nueva EPS
Diagnostico: HTA esencial Primaria			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
02/06/25	11+00	100/65	64LX'	17RX'	34,7°	94%	1.65/53	Ubanc.
03/06/25	11+00	110/72	65LX'	18RX'	35,3°	92%	1.65/53	Ubanc.
04/06/25	11+00	90/68	68LX'	18RX'	34,6°	89%	1.65/53	Ubanc
05/06/25	10+00	105/70	64LX'	17RX'	33,7°	94%	165/53	Ubanc.
07/06/25	10+00	117/82	70LX'	19RX'	35,4°	90%	1.65/53	Ubanc
09/06/25	10+00	100/65	67LX'	18RX'	34,7°	88%	1.65/53	Ubanc
10/06/25	10+00	105/60	69LX'	18RX'	33,7°	95%	1.65/53	Ubanc.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Jairo Rodriguez Sanchez	HISTORIA CLINICA No	Edad: 72	EPS / ARS: Nueva EPS
Diagnostico: HTA esencial primaria			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
01/05/25	11+00	110/69	80LX	20RX	34,2°	94%	1.75/77	Uban C.
02/05/25	11+00	115/74	76LX	19RX	35,3°	89%	1.75/77	Uban C
03/05/25	10+30	120/70	83LX	20RX	33,6°	90%	1.75/77	Uban C.
05/05/25	10+30	100/65	90LX	22RX	34,2°	94%	1.75/77	Uban C
06/05/25	11+00	100/65	84LX	20RX	33,6°	90%	1.75/77	Uban C.
07/05/25	11+00	117/84	75LX	19RX	35,3°	93%	1.75/77	Uban C.
08/05/25	11+00	115/82	82LX	19RX	34,2°	92%	1.75/77	Uban C.
09/05/25	10+00	110/74	73LX	19RX	33,7°	89%	1.75/77	Uban C.
10/05/25	10+00	125/80	75LX	17RX	34,2°	95%	1.75/77	Uban C.
12/05/25	10+30	117/70	65LX'	17RX	35,3°	94%	1.75/77	Uban C
13/05/25	10+30	105/69	74LX	19RX	34,6°	88%	1.75/77	Uban C.
14/05/25	11+00	100/65	69LX'	17RX	34,4°	90%	1.75/77	Uban C.
15/05/25	11+00	110/72	44LX	15RX	33,6°	97%	1.75/77	Uban C.
16/05/25	11+00	116/60	59LX'	17RX	34,2°	94%	1.75/77	Uban C.
17/05/25	11+00	115/54	60LX	18RX	35,4°	95%	1.75/77	Uban C.
19/05/25	11+00	120/63	61LX	18RX	33,6°	96%	1.75/77	Uban C.
20/05/25	11+00	121/60	74LX	19RX	34,2°	93%	1.75/77	Uban C.
21/05/25	11+00	121/67	68LX	19RX	33,4°	95%	1.75/77	Uban C.
22/05/25	11+00	125/74	62LX	18RX	34,2°	95%	1.75/77	Uban C.
23/05/25	11+00	105/60	94LX	22RX	33,7°	94%	1.75/77	Uban C.
24/05/25	11+00	100/65	80LX	20RX	32,6°	93%	1.75/77	Uban C
26/05/25	11+00	119/70	61LX	17RX	33,7°	95%	1.75/77	Uban C.
27/05/25	11+00	106/73	58LX	17RX	34,6°	97%	1.75/77	Uban C.
28/05/25	11+00	125/70	69LX'	18RX	34,2°	95%	1.75/77	Uban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario:	Jaiw Rodríguez Sanchez	HISTORIA CLINICA No	Edad: 72	EPS / ARS:
Diagnostico:	HTA esencial Primaria			Nueva EPS

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
02/06/25	11+00	105/68	74LX	19RX	34,2°	93%	1.75/77	Urban C.
03/06/25	11+00	110/72	70LX	19RX	35,3°	89%	1.75/77	Urban C.
04/06/25	11+00	115/80	76LX	18RX	35,3°	90%	1.75/77	Urban C.
05/06/25	10+00	100/65	80LX	20RX	32,6°	92%	1.75/77	Urban C.
07/06/25	10+00	127/60	83LX	20RX	34,2°	95%	1.75/77	Urban C.
09/06/25	10+00	130/40	67LX	17RX	34,3°	90%	1.75/77	Urban C.
10/06/25	10+00	101/60	68LX	17RX	35,3°	96%	1.75/77	Urban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Alina Custancho Castro	HISTORIA CLINICA No	Edad: 56	EPS / ARS: Nueva Eps
Diagnostico: HTA - secuelas de ACV			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
01/05/25	11+00	125/70	80LX	19RX	34,2°	92%	1.45/42	Ubanc.
02/05/25	11+00	110/82	65LX	17RX	33,7°	95%	1.45/42	Ubanc
03/05/25	10+30	100/70	64LX	17RX	34,8°	90%	1.45/42	Ubanc.
04/05/25	10+30	115/74	45LX	16RX	33,6°	89%	1.45/42	Ubanc.
05/05/25	11+00	105/80	59LX	17RX	34,3°	92%	1.45/42	Ubanc.
06/05/25	11+00	125/72	52LX	17RX	34,2°	96%	1.45/42	Ubanc
07/05/25	11+00	100/69	48LX	17RX	34,3°	90%	1.45/42	Ubanc.
08/05/25	11+00	130/65	60LX	18RX	35,2°	88%	1.45/42	Ubanc.
09/05/25	10+00	127/60	45LX	16RX	33,5°	95%	1.45/42	Ubanc
10/05/25	10+00	115/70	59LX	17RX	34,6°	92%	1.45/42	Ubanc.
12/05/25	10+30	100/65	62LX	18RX	34,2°	86%	1.45/42	Ubanc
13/05/25	10+30	125/80	46LX	16RX	33,7°	94%	1.45/42	Ubanc
14/05/25	11+00	125/72	58LX	17RX	34,2°	95%	1.45/42	Ubanc
15/05/25	11+00	117/70	42LX	16RX	34,4°	95%	1.45/42	Ubanc
16/05/25	11+00	110/65	52LX	17RX	36,4°	93%	1.45/42	Ubanc
17/05/25	10+30	100/65	50LX	17RX	35,6°	92%	1.45/42	Ubanc
19/05/25	11+00	133/54	44LX	16RX	34,2°	90%	1.45/42	Ubanc
20/05/25	11+00	110/74	46LX	16RX	34,3°	89%	1.45/42	Ubanc
21/05/25	11+00	140/58	43LX	16RX	35,3°	97%	1.45/42	Ubanc
22/05/25	11+00	105/60	52LX	17RX	34,4°	93%	1.45/42	Ubanc.
23/05/25	11+00	105/60	60LX	19RX	34,4°	92%	1.45/42	Ubanc.
24/05/25	11+00	140/69	44LX	17RX	35,4°	93%	1.45/42	Ubanc.
26/05/25	11+00	132/53	42LX	16RX	34,2°	95%	1.45/42	Ubanc.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Alina Custancho Castro	HISTORIA CLINICA No	Edad: 56	EPS / ARS: Nueva EPS
Diagnostico: HTA- Secuelas de ACV			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
02/06/25	11+00	110/72	80LX	19RX	34,2°	90 %	1.45/42	Ubanc.
03/06/25	11+00	125/65	90LX	20RX	33,7°	89%	1,45/42	Ubanc.
04/06/25	11+00	105/60	86LX	19RX	35,4°	92 %	1.45/42	Ubanc.
05/06/25	10+00	111/80	65LX	16RX	34,2°	87%	1.45/42	Ubanc.
07/06/25	10+00	100/74	69LX	17RX	34,5°	96%	1.45/42	Ubanc.
09/06/25	10+00	125/70	95LX	15RX	32,6°	94%	1.45/42	Ubanc.
10/06/25	10+00	110/72	72LX	19RX	33,4°	92 %	1.45/42	Ubanc.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: María Antonia Villalba	HISTORIA CLINICA No	Edad: 82	EPS / ARS: sanitas
Diagnostico: Esquizofrenia - Incontinencia Urinaria no especificada			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
01/05/25	11+00	100/69	76LX	18RX	34,2°	93%	1.30/23	Ubanc.
02/05/25	11+00	100/68	82LX	19RX	33,7°	95%	1.30/23	Ubanc.
07/05/25	10+30	110/74	78LX	18RX	34,4°	96%	1.30/23	Ubanc.
05/05/25	10+30	105/70	79LX	18RX	35,2°	90%	1.30/23	Ubanc.
06/05/25	11+00	115/82	80LX	20RX	34,2°	94%	1.30/23	Ubanc.
07/05/25	11+00	100/74	86LX	20RX	33,6°	96%	1.30/23	Ubanc.
08/05/25	11+00	110/68	82LX	19RX	35,4°	89%	1.30/23	Ubanc.
09/05/25	10+00	105/74	80LX	20RX	33,7°	95%	1.30/23	Ubanc.
10/05/25	10+00	105/60	67LX	16RX	34,2°	94%	1.30/23	Ubanc.
12/05/25	10+30	125/70	69LX	17RX	35,4°	93%	1.30/23	Ubanc.
13/05/25	10+30	105/80	90LX	22RX	34,2°	95%	1.30/23	Ubanc.
14/05/25	11+00	105/74	86LX	20RX	34,2°	92%	1.30/23	Ubanc.
15/05/25	11+00	110/72	82LX	20RX	35,2°	89%	1.30/23	Ubanc.
16/05/25	11+00	105/80	78LX	19RX	33,6°	85%	1.30/23	Ubanc.
17/05/25	10+30	100/84	79LX	19RX	34,3°	90%	1.30/23	Ubanc.
19/05/25	11+00	110/69	74LX	18RX	34,6°	85%	1.30/23	Ubanc.
20/05/25	11+00	100/36	82LX	19RX	34,7°	91%	1.30/23	Ubanc.
21/05/25	10+30	117/92	67LX	17RX	34,6°	89%	1.30/23	Ubanc.
22/05/25	11+00	100/65	69LX	18RX	34,2°	92%	1.30/23	Ubanc.
23/05/25	11+00	117/90	75LX	19RX	35,3°	96%	1.30/23	Ubanc.
24/05/25	11+00	125/70	62LX	16RX	34,6°	93%	1.30/23	Ubanc.
26/05/25	11+00	100/60	83LX	20RX	35,4°	95%	1.30/23	Ubanc.
27/05/25	11+00	117/82	62LX	19RX	34,6°	93%	1.30/23	Ubanc.
28/05/25	11+00	105/70	78LX	18RX	33,8°	94%	1.30/23	Ubanc.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: María Antonia Villa	HISTORIA CLINICA No	Edad: 82	EPS / ARS: Sanitas
Diagnostico: Esquizofrenia - Incontinencia Urinaria			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
02/06/25	11+00	115/60	82 LX	19 RX	34,6°	92%	1.30/23	Urban C.
03/06/25	11+00	100/68	87 LX	20 RX	33,7°	90%	1.30/23	Urban C.
04/06/25	11+00	125/70	90 LX	22 RX	35,3°	89%	1.30/23	Urban C.
05/06/25	10+00	110/60	86 LX	20 RX	34,2°	93%	1.30/23	Urban C.
07/06/25	10+00	125/72	86 LX	19 RX	34,2°	95%	1.30/23	Urban C.
09/06/25	10+00	100/68	82 LX	20 RX	33,6°	94%	1.30/23	Urban C.
10/06/25	10+00	127/70	80 LX	20 RX	34,2°	96%	1.30/23	Urban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Isabel Olarte	HISTORIA CLINICA No	Edad: 74	EPS / ARS: Nueva EPS
Diagnostico: Fractura de Peroné			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
01/05/25	115/70	100/65	90LX	22RX	34,2°	93%	145/35	Urban C.
02/05/25	125/74	121/69	68LX	17RX	33,5°	95%	145/35	Urban C.
03/05/25	100/65	100/74	66LX	17RX	34,4°	97%	1.45/35	Urban C.
05/05/25	117/70	117/86	54LX	16RX	34,3°	93%	1.45/35	Urban C.
06/05/25	100/65	145/80	68LX	17RX	35,2°	98%	1.45/35	Urban C.
07/05/25	110/65	135/60	84LX	19RX	34,6°	99%	1.45/35	Urban C.
08/05/25	118/60	140/70	60LX	17RX	34,3°	95%	1.45/35	Urban C.
09/05/25	105/74	140/72	56LX	16RX	34,2°	97%	1.45/35	Urban C.
10/05/25	115/60	115/70	63LX	17RX	35,6°	93%	1.45/35	Urban C.
12/05/25	127/70	105/54	76LX	19RX	34,3°	95%	1.45/35	Urban C.
13/05/25	100/69	105/76	67LX	17RX	37,5°	97%	1.45/35	Urban C.
14/05/25	135/74	129/60	62LX	17RX	34,9°	96%	1.45/35	Urban C.
15/05/25	130/70	100/96	68LX	17RX	33,4°	94%	1.45/35	Urban C.
16/05/25	11+00	136/74	80LX	19RX	34,3°	92%	1.45/35	Urban C.
17/05/25	10+30	125/70	88LX	19RX	33,6°	89%	1.45/35	Urban C.
19/05/25	11+00	123/78	93LX	20RX	34,6°	92%	1.45/35	Urban C.
20/05/25	11+00	100/64	90LX	20RX	34,2°	90%	1.45/35	Urban C.
21/05/25	10+30	133/83	100LX	22RX	35,3°	92%	1.45/35	Urban C.
22/05/25	11+00	140/64	85LX	20RX	33,6°	90%	1.45/35	Urban C.
23/05/25	11+00	145/60	95LX	22RX	34,3°	93%	1.45/35	Urban C.
24/05/25	11+00	110/84	82LX	19RX	34,2°	80%	1.45/35	Urban C.
25/05/25	11+00	130/65	79LX	19RX	34,3°	92%	1.45/35	Urban C.
27/05/25	11+00	103/31	67LX	17RX	33,7°	92%	1.45/35	Urban C.
28/05/25	11+00	110/74	80LX	20RX	34,2°	95%	1.45/35	Urban C.

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO

CONTROL DE SIGNOS VITALES

Usuario: Isabel Olarte	HISTORIA CLINICA No	Edad: 74	EPS / ARS: Nueva EPS
Diagnostico: Fractura de Tibia y Peroné			

FECHA	HORA	TENSION ARTERIAL	FREC. CARDIACA	FRAC. RESPIRA-TORIA	TEMPE-RATURA	SATURA- CION 02	TALLA / PESO	FIRMA ENFERMERA
02/06/25	11+00	135/65	86LX	20RX	34,2°	90%	1.45/35	Uban C.
03/06/25	11+00	125/80	74LX	19RX	33,6°	92%	1.45/35	Uban C.
04/06/25	11+00	117/60	75LX	18RX	34,5°	94%	1.45/35	Uban C.
05/06/25	10+00	100/72	86LX	22RX	34,8°	89%	1.45/35	Uban C.
07/06/25	10+00	125/70	82LX	22RX	33,7°	90%	1.45/35	Uban C.
09/06/25	10+00	100/65	78LX	19RX	35,3°	93%	1.45/35	Uban C.
10/06/25	10+00	110/74	75LX	19RX	34,2°	98%	1.45/35	Uban C.

CENTRO DE BIENESTAR LA VOZ DE LA EXPERIENCIA

RELACION BENEFICIARIOS CBAM PARA PERIODO DE MAYO 14 A JUNIO 10 DE 2025

ITEM	NOMBRES Y APELLIDOS	# DOCUMENTO IDENTIDAD	FECHA NACIMIENTO	EDAD	EPS	LISTADO CENSAL	SISBEN IV
1	ALBERTO OBREGON TABARES	2.135.629	4/01/1930	95	SANITAS	NO	B1 - Palmas
2	LUIS ALFREDO JAIMES DIAZ	2.135.754	12/09/1954	70	SANITAS	NO	A5 - Palmas
3	ISABEL OLARTE ESTEVEZ	37.828.714	19/07/1951	73	nueva eps	NO	A5 - Socorro
4	CARLOS ARMANDO RUGELES FRANCO	91.104.060	22/01/1965	60	SANITAS	SI	NO
5	LUIS EDUARDO GARZON CASTILLO	2.098.804	20/10/1933	91	Nueva Eps	SI	NO
6	NICANOR VIRGUES	10.156.814	21/05/1938	87	SANITAS	SI	NO
7	VICTOR GONZALEZ	5.656.510	22/07/1944	80	SANITAS	SI	NO
8	RESURRECCION SANCHEZ ALBARRACION	2.183.307	13/05/1952	73	Nueva Eps	NO	A2 - Simacota
9	MARIA ANTONIA VILLALBA	1.024.499.937	15/05/1943	82	SANITAS	SI	NO
10	ALIRIA CRISTANCHO CASTRO	37.305.766	7/10/1965	59	Nueva Eps	NO	NO
11	JAIRO RODRIGUEZ SANCHEZ	5.764.345	15/01/1953	72	Nueva Eps	NO	C2 - Socorro
12	ALFONSO MEJIA GONZALEZ	91.103.227	18/12/1955	69	SANITAS	NO	B9 - Palmas
13	ELIECER BAYONA GARCIA	5.762.081	23/08/1945	79	nueva eps	NO	A3 - Socorro

ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

DESARROLLO ACTIVIDADES

PARA LA ESTIMULACION COGNITIVA

MUNICIPIO DE PALMAS DEL SOCORRO

CENTRO DE BIENESTAR

PERSONA ENCARGADA: **PAOLA ANDREA SUAREZ RUIZ**
PSICÓLOGA

INTRODUCCIÓN

En el presente informe se presentan las actividades realizadas en todo el periodo del 14 de mayo al 10 de junio del 2025 se trabajó de manera presencial.

Estas actividades se realizaron con los adultos mayores del centro de bienestar de palmas del socorro Santander. El objetivo de este es de manejar actividades grupales e individuales todo orientado al desarrollo de **temas como: estimulación cognitiva, la familia, la cotidianidad y el valor del respeto.** para así poder ubicar a cada usuario sobre estos temas importantes para su ciclo de vida.

Este trabajo con el adulto mayor se llevó a cabo con el objetivo de manejar actividades para poder trasmitir u orientar a las habilidades en esta etapa de cada adulto mayor. Se realiza una gran estimulación cognitiva, ya que cualquier persona puede mejorar sus capacidades cognitivas como el lenguaje, la memoria o la atención.

Todas las actividades son destinadas a personas mayores en el proceso de envejecimiento normal, aunque no tengan ningún tipo de demencia ni pérdida de memoria, para personas con deterioro cognitivo leve y en situaciones de demencia leve.

ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

OBJETIVO GENERAL

Impulsar una sabiduría de respeto y trato digno a los adultos mayores, fortalecer su lugar de convivencia con la vinculación activa y participativa de los adultos mayores, así como fomentar las acciones tendientes a procurar una atención oportuna, de calidad en su desarrollo en la etapa de la adultez en sus aspectos emocionales y cognitivos.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Brindar actividades lúdicas encaminadas en el área grupal.
- Facilitar información sobre temas de interés para una buena calidad de vida de los adultos mayores.
- Proporcionar actividades lúdico dinámico para mayor adaptación en la vejez, a través de material didáctico.
- Trabajar fichas cognitivas para estimular su concentración, motricidad y memoria.

"En el inicio de las actividades, se realiza un saludo cordial en el cual se recuerda la fecha en la cual nos encontramos seguidamente se realiza oración y así se procede a la debida explicación de la temática que se dará a conocer".

ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

DESARROLLO DE ACTIVIDADES

Las acciones que realizamos cotidianamente para desenvolvernos en la sociedad, como pensar, aprender, percibir, recordar y hablar, son posibles gracias a las funciones cognitivas que poseemos y que nos permiten llevar a cabo cualquier tarea.

Sin embargo, hay factores como el envejecimiento o enfermedades degenerativas, que pueden afectar esta capacidad e intervenir considerablemente en la calidad de vida de los adultos mayores. Es por esto, que implementar un programa de estimulación cognitiva, juega un rol significativo en la prevención del deterioro mental y demencia.

Sin embargo, el envejecimiento cerebral, a causa de los cambios fisiológicos relacionados a la edad, no es la única causa del deterioro cognitivo. Por ello es importante hacer las actividades las cuales se han ejecutado siguiendo los modelos teóricos y prácticos provenientes de la neuropsicología cognitiva, los ejercicios han sido graduados en niveles de dificultad modificando de una manera exhaustiva las variables propias que afectan cada tarea, las actividades han sido seleccionadas por su pertinencia y su gran utilidad clínica, manteniendo en mente siempre la función rehabilitadora.

Para este informe se utilizaron Ejemplos de fichas del Taller de Atención y libros donde se relacionan actividades que contribuyen a la estimulación cognitiva del adulto mayor.

- ✓ Fichas de Atención
- ✓ Fichas de Memoria
- ✓ Fichas de Percepción

ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

Se desarrollaron las actividades enfocadas a mejorar y mantener la capacidad de concentración y atención del ser en todas sus modalidades, Atención Focalizada, sostenida, selectiva, orientación espacial de la atención, nivel de alerta y atención ejecutiva.

ACTIVIDADES GRUPALES

ACTIVIDAD N° 1. ESTIMULACION COGNITIVA 14 DE MAYO DEL 2025

Se da inicio a la actividad, se les brinda un saludo de buenos días, seguidamente se expuso el tema y se explica que: La estimulación cognitiva se refiere al conjunto de técnicas y actividades diseñadas para mejorar y mantener el funcionamiento de las capacidades cognitivas, como la memoria, la atención, el lenguaje y las funciones ejecutivas. Consiste en la aplicación de ejercicios y estrategias que buscan optimizar el rendimiento mental y prevenir el deterioro cognitivo, especialmente en adultos mayores.

La estimulación cognitiva se enfoca en trabajar diferentes áreas como:

- **Memoria:** Recuperación de información, aprendizaje y reconocimiento.
- **Atención:** Concentración y enfoque en tareas específicas.
- **Lenguaje:** Comprensión y expresión verbal y escrita.
- **Funciones ejecutivas:** Planificación, organización, resolución de problemas y toma de decisiones.
- **Orientación:** Conocimiento de tiempo, lugar y persona.
- **Gnosias:** Reconocimiento de estímulos sensoriales.
- **Praxias:** Habilidades motoras complejas.
- **Habilidades visoespaciales:** Percepción y manipulación de objetos en el espacio.

ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

ACTIVIDAD N° 2. FAMILIA 22 DE MAYO DEL 2025

Se da inicio a la actividad, se les brinda un saludo de buenos días, seguidamente se expuso el tema y se explica que, en el proceso de envejecimiento, las relaciones familiares juegan un papel fundamental en la promoción de la salud mental y el bienestar emocional del adulto mayor. La familia no solo provee apoyo práctico en aspectos cotidianos, sino que también ofrece raíces afectivas que contribuyen a fortalecer la identidad y autoestima en esta etapa de la vida. En este contexto, comprender la dinámica familiar y su impacto en el bienestar psicológico resulta esencial para diseñar estrategias de intervención que favorezcan una vejez digna, activa y emocionalmente saludable. Este trabajo abordará cómo el apoyo y las relaciones familiares influyen en el estado emocional de los adultos mayores, resaltando la importancia de fortalecer los lazos familiares desde una perspectiva psicológica.

ACTIVIDAD N° 3. LA COTIDIANIDAD 28 DE MAYO DEL 2025

Se da inicio a la actividad, se les brinda un saludo de buenos días, seguidamente se expuso el tema y se explica que: La cotidianidad del adulto mayor se refiere a las actividades, rutinas y experiencias diarias que conforman su vida habitual. Desde la perspectiva psicológica, este aspecto es fundamental para comprender cómo se construye su bienestar emocional, sentido de propósito y calidad de vida.

Para muchos adultos mayores, las actividades diarias, como el cuidado personal, la participación en tareas del hogar, la interacción social y las actividades recreativas, constituyen un marco de estabilidad y control. La psicología considera que mantener una rutina estructurada favorece la autonomía, reduce sentimientos de incertidumbre y proporciona un sentido de normalidad en una etapa de cambios físicos y sociales.

ACTIVIDAD N° 4. EL VALOR DEL RESPETO 5 DE JUNIO DEL 2025

Se da inicio a la actividad, se les brinda un saludo de buenos días, seguidamente se expuso el tema y se explica que: El respeto es un valor fundamental que implica reconocer, aceptar y valorar las cualidades y derechos de los demás, así como de uno mismo. Se manifiesta en la consideración, la cortesía, la empatía y la aceptación de la diversidad de opiniones y creencias.

ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

El respeto abarca:

- Respeto a uno mismo:

Cuidar de uno mismo física y emocionalmente, establecer límites saludables y valorarse.

- Respeto a los demás:

Tratar a otros con cortesía, consideración y empatía, reconociendo su dignidad y derechos, según la Enciclopedia Significados.

- Respeto por el entorno:

Cuidar el medio ambiente y valorar los recursos naturales.

- Respeto por la diversidad:

Aceptar y valorar las diferencias individuales, culturales y de opinión.

Cómo cultivar el respeto:

- Practicar la escucha activa: Prestar atención a lo que otros dicen y tratar de comprender sus puntos de vista.
- Ser amable y considerado: Utilizar un tono de voz adecuado, evitar interrupciones y mostrar empatía.
- Aceptar las diferencias: Valorar la diversidad de opiniones, creencias y culturas.
- No juzgar a los demás: Evitar prejuicios y estereotipos.
- Pedir ayuda cuando se necesita: Reconocer las propias limitaciones y aprender a solicitar apoyo.
- Cumplir con las normas y leyes: Mostrar respeto por las reglas y leyes que rigen la convivencia social.
- Ser un ejemplo de respeto: Mostrar respeto en todas las interacciones, tanto personales como profesionales.

ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

CONCLUSIONES

- El material cognitivo trabajado se observa un buen resultado en la realización, cabe resaltar que los trabajos a ejecutar se realizan de acuerdo a las capacidades de los adultos mayores.

- Los aportes desde la Psicología Cognitiva se relacionan con la enseñanza, se considera que el aprendizaje será más eficaz favoreciendo la construcción desde estrategias que apunten a un aprendizaje comprensivo y profundo en el adulto mayor.

- Las actividades lúdicas han sido de gran agrado por los adultos mayores.

- Los temas tratados han dado buena aplicación en el comportamiento de los adultos mayores.

- Los adultos mayores, participan activamente en todas las actividades que se desarrollan, además muestran gran interés.

- Las actividades que se ejecutaron se encuentran enfocadas en el fortalecimiento grupal orientado a la promoción del desarrollo de habilidades de procedimiento cognitivo y de memoria sumado a lo anterior se estimulan áreas emocionales, intrapersonales y sociales.

Paola Andrea Suárez Ruiz
Profesional en psicología (UDI)
T.P: 218748

ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

EVIDENCIA DE FICHAS COGNITIVAS REALIZADAS

ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

ACTIVIDAD N° 1. ESTIMULACION COGNITIVA 14 DE MAYO DEL 2025





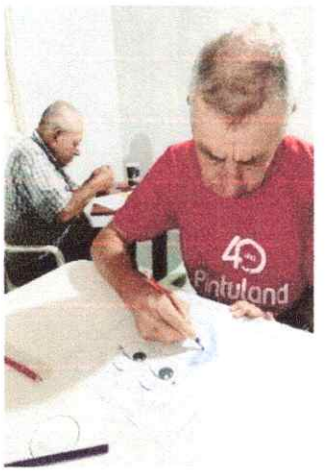




ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

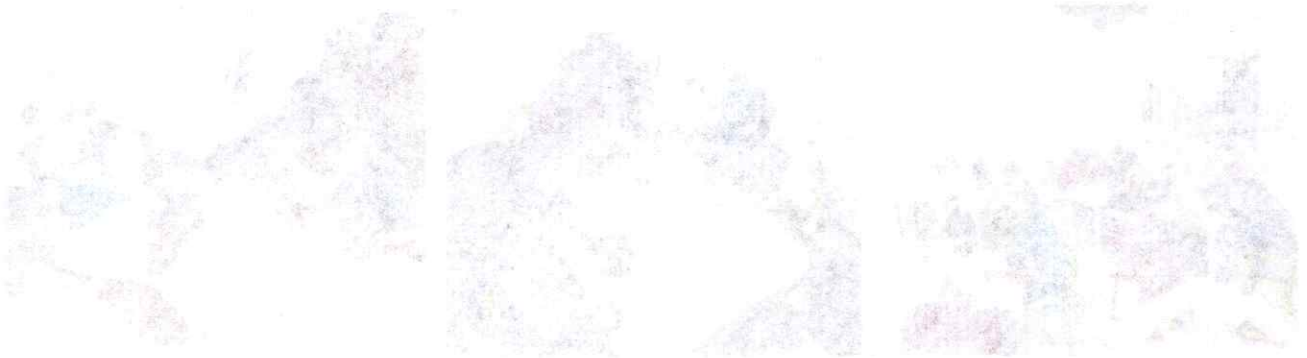


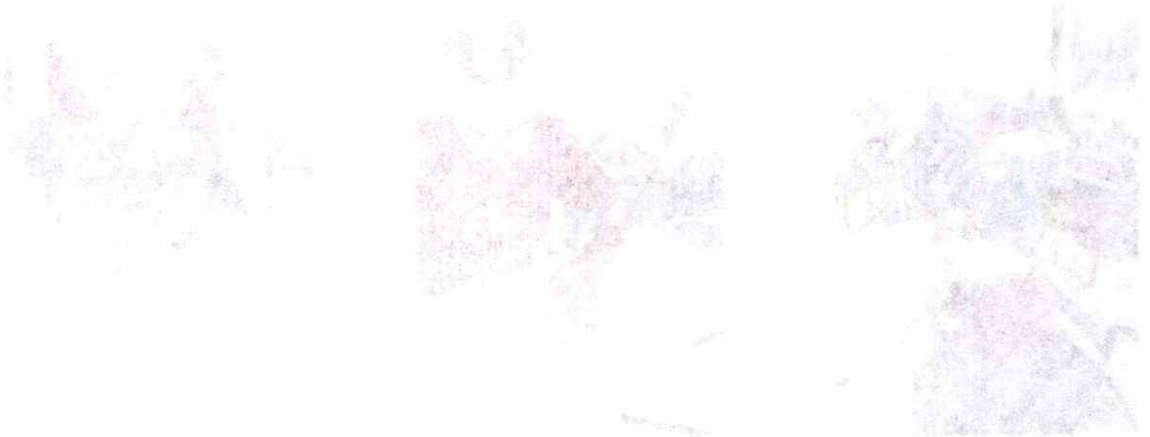










ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO







ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

ACTIVIDAD N° 2. FAMILIA 22 DE MAYO DEL 2025











ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

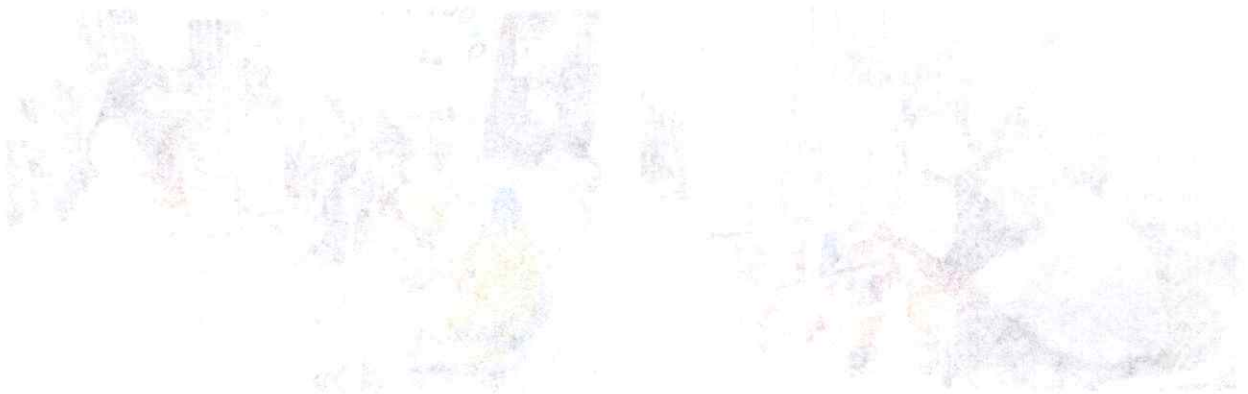














ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

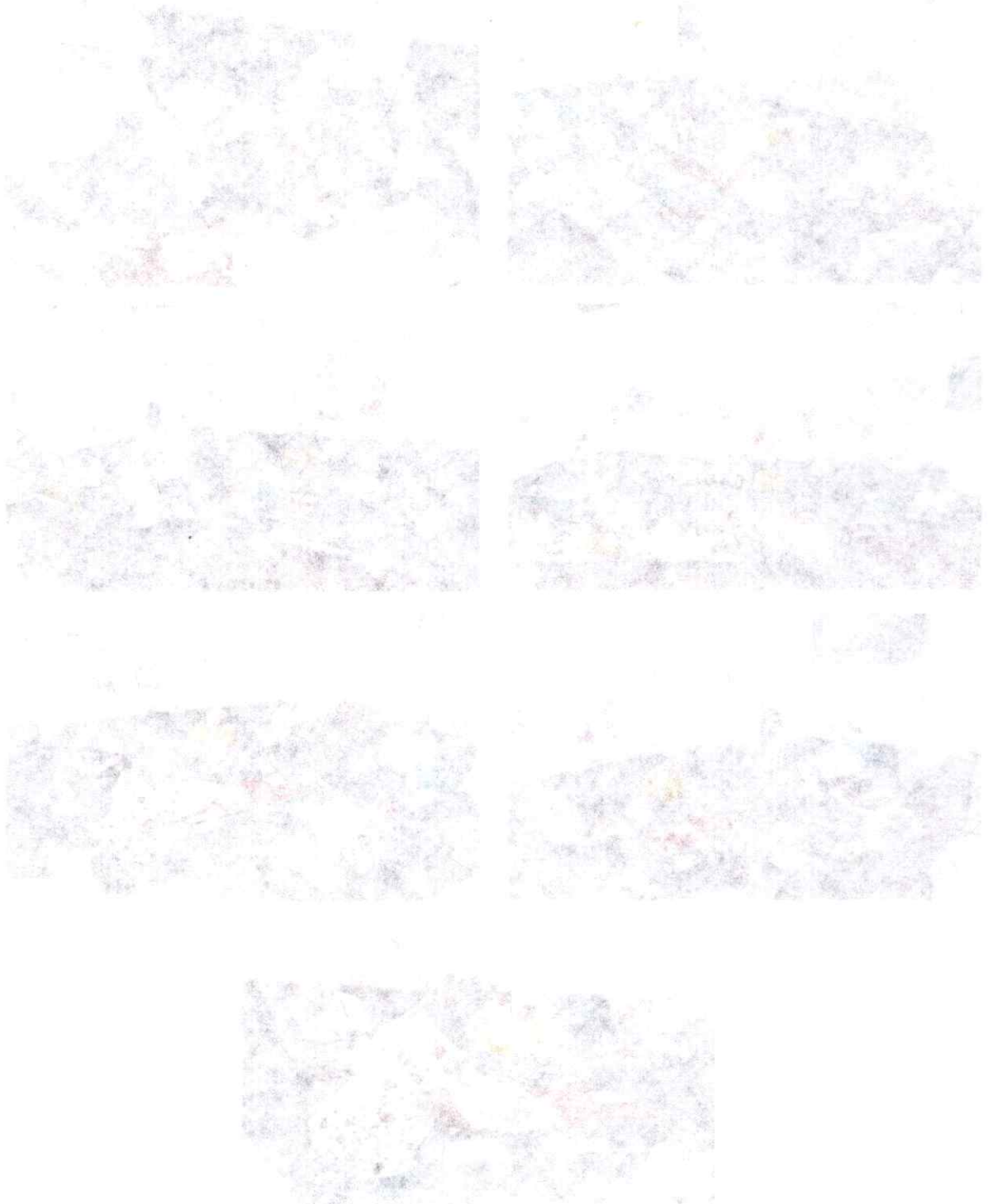
ACTIVIDAD N° 3. LA COTIDIANIDAD 28 DE MAYO DEL 2025











ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO

ACTIVIDAD N° 4. EL VALOR DEL RESPETO 5 DE JUNIO DEL 2025





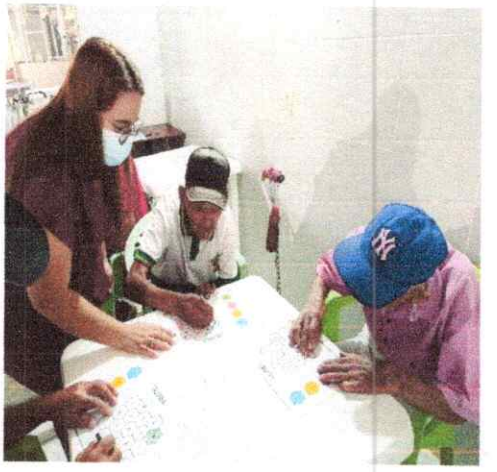





ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA, PALMAS DEL SOCORRO









INFORME DE ACTIVIDADES DE MANUALIDADES

Encargada: Alba Rocío Díaz Pinzón

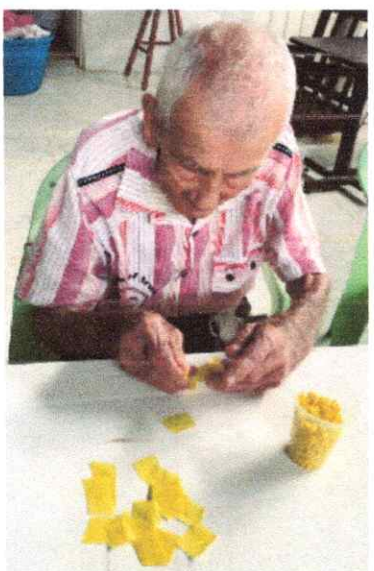
Periodo: Del 14 de mayo al 10 de junio de 2025

Objetivo: Fomentar la creatividad, el trabajo en equipo y el espíritu navideño.

ACTIVIDADES REALIZADAS CON LOS ADULTOS MAYORES

Durante el periodo se realizaron las siguientes actividades las cuales fueron para estimular la motricidad fina.

Actividad 1. Motricidad fina. El objetivo de esta actividad es desarrollar mayor destreza en las extremidades superiores, al adulto mayor se le suministra papel seda en cuadritos para que ellos puedan hacer bolitas con el papel, posteriormente se elabora una flor en cartón para que el adulto mayor rellene la flor con las bolitas de papel seda.

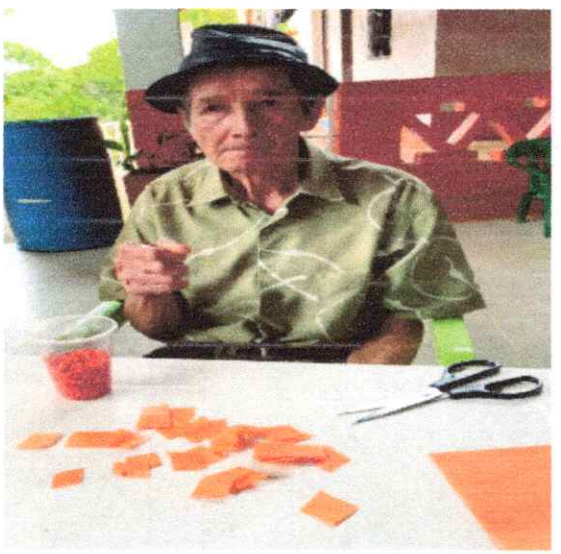




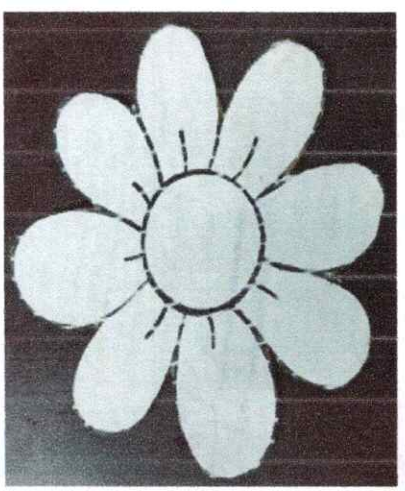


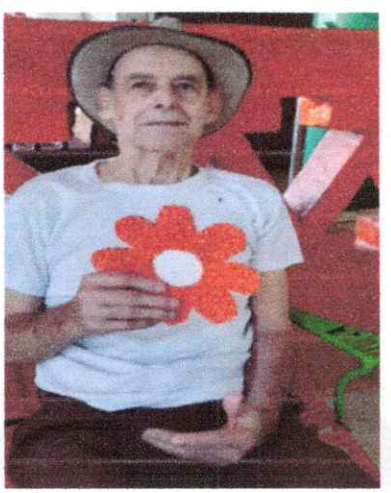




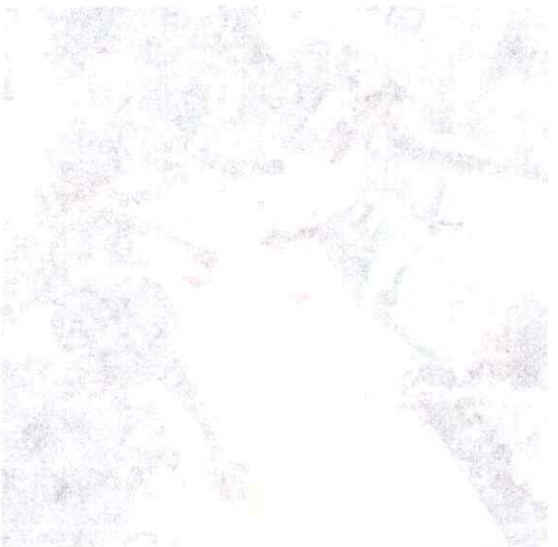


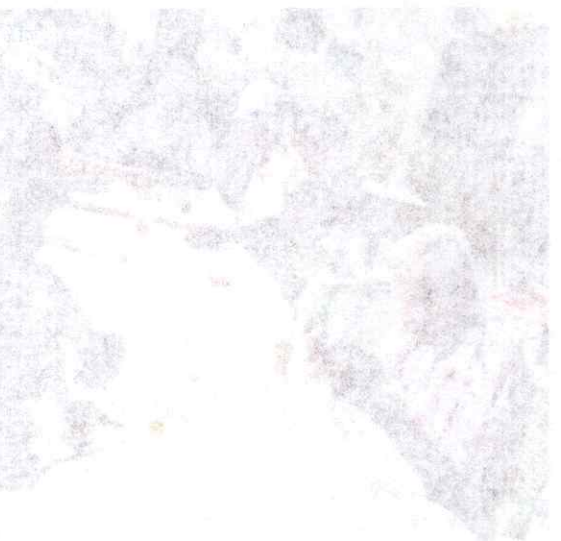


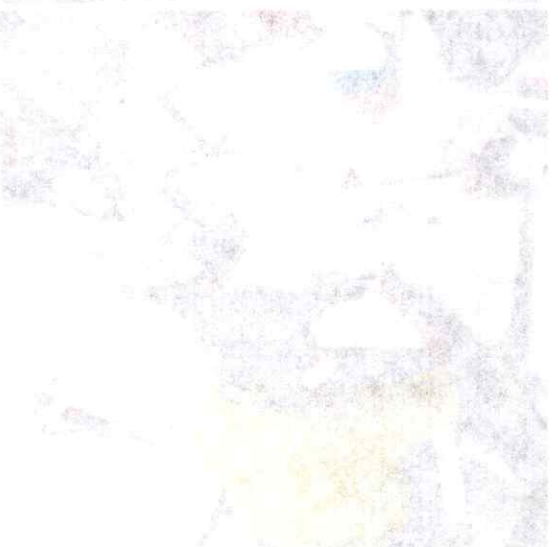




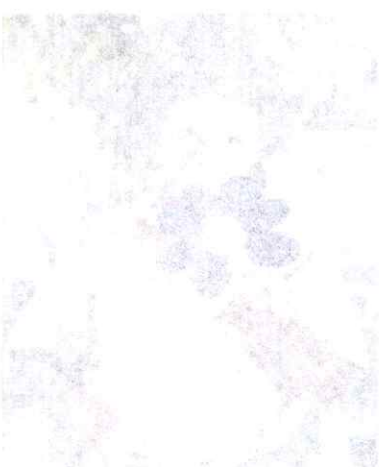




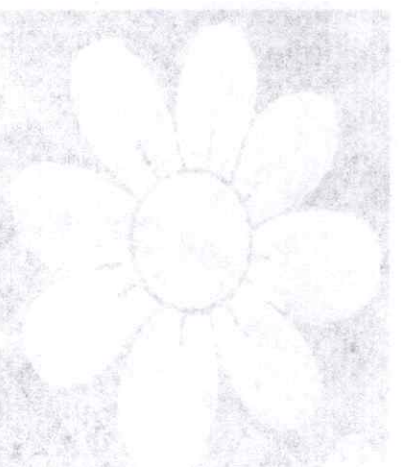












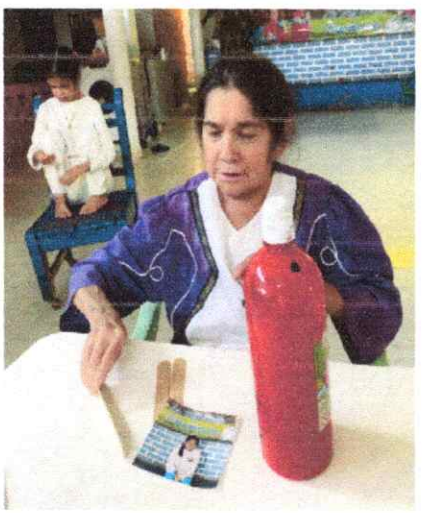
Actividad 2. Motricidad fina: Actividad de porta retratos.

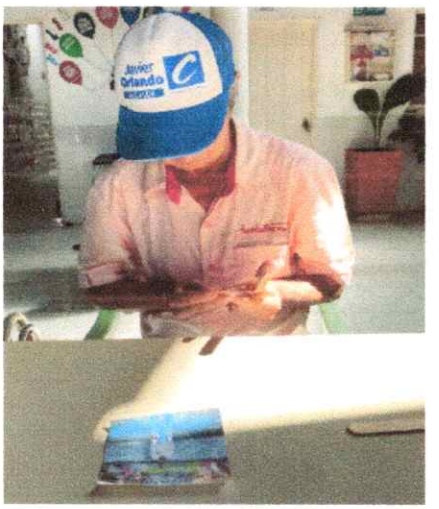
Desarrollar y fortalecer las habilidades motoras finas de los adultos mayores, con una fotografía de cada adulto mayor, se procede a elaborar un marco con paletas de madera inicialmente pintando cada paleta y posteriormente se unen con silicona, cuando la pintura ya está seca, se le aplica colbón para aplicarle la escarcha, luego se coloca el marco sobre la fotografía.

Este tipo de actividad no solo favorece el desarrollo físico, sino que también contribuye al desarrollo cognitivo y social, ya que puede incluir interacción con otros adultos dentro del hogar.

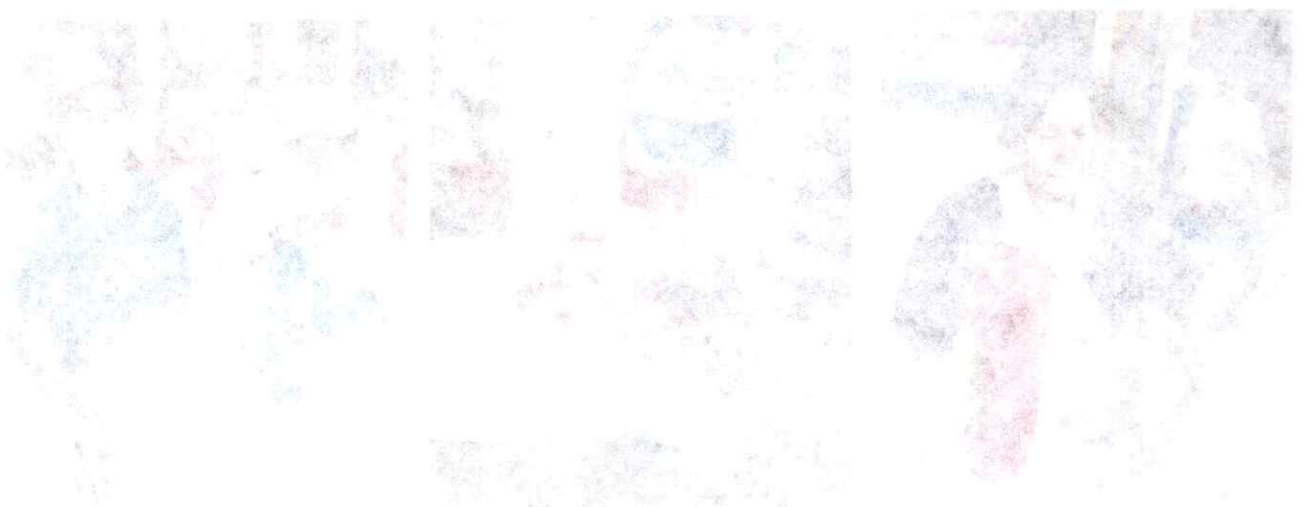
Materiales:

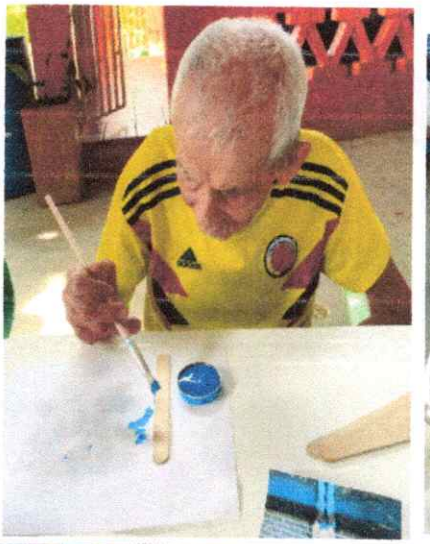
- Paletas de madera
- vinilo colores
- Silicona
- colbón
- escarcha
- pincel
- Fotografía













40
Pintuland














Experiencia











ALBA ROCÍO DÍAZ PINZÓN
Coord. Administrativa

INFORME DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y RECREATIVAS PARA EL CENTRO DE BIENESTAR LA VOZ DE LA EXPERIENCIA EN PALMAS DEL SOCORRO

FECHA: 14 de mayo al 10 de junio de 2025

RESPONSABLE: LIC. MILLER YESID GONZALEZ CASTELLANOS

POBLACION OBJETO: Adultos mayores del centro de bienestar la voz de la experiencia en palmas del socorro.

SESION 1

TEMA: Movilidad articular

El ejercicio será dinámico, que movilice grupos musculares durante periodos prolongados y a intensidades bajas o moderadas, actividades sencillas debajo impacto articular como son:

Estiramientos Suaves para el Cuello y los Hombros

- Giro de cabeza suave: Siéntate derecho y gira lentamente la cabeza hacia un lado, mantén durante unos segundos y luego gira hacia el otro lado.
- Inclinación lateral del cuello: Inclina la cabeza hacia un lado, manteniendo el hombro opuesto en su lugar. Repite en ambos lados.
- Rotación de hombros: Gira los hombros hacia atrás y hacia adelante para liberar la tensión.

Movilidad de las Articulaciones de las Extremidades Superiores

- Elevación de brazos: Levanta los brazos hacia los lados y sobre la cabeza, mantén durante unos segundos y baja lentamente.
- Rotación de muñeca: Gira las muñecas en círculos, primero en una dirección y luego en la opuesta.
- Apertura y cierre de manos: Abre y cierra las manos repetidamente para mantener la movilidad en las articulaciones de los dedos.

Flexibilidad de la Columna Vertebral

- Estiramiento de la columna vertebral: Siéntate derecho en una silla, gira el torso hacia un lado y mantén la posición durante unos segundos. Repite en el otro lado.

- Flexión y extensión de la espalda: Inclínate hacia adelante y luego arquea la espalda hacia atrás en una silla. Estos movimientos suaves pueden ayudar a mantener la flexibilidad de la columna.

Movilidad de las Caderas y las Rodillas

- Elevación de rodilla: De pie o sentado, levanta una rodilla hacia el pecho y mantén durante unos segundos. Repite con la otra pierna.
- Círculos de cadera: Gira las caderas en círculos, primero en una dirección y luego en la opuesta.

Estiramientos para las Piernas y los Tobillos

- Estiramiento de pantorrilla: De pie, da un paso hacia atrás con una pierna y mantén el talón en el suelo mientras flexionas la rodilla de adelante. Esto estirará la pantorrilla.
- Flexión de tobillo: Siéntate en una silla, levanta un pie y gira el tobillo en círculos, primero en una dirección y luego en la opuesta.

SESION 2

TEMA: Equilibrio y coordinación

El hula hula es un ejercicio que puede ser útil para mejorar el equilibrio y la coordinación de los adultos mayores. Estos son algunos otros beneficios de usar aros en ejercicios físicos:

Aumentan la motivación y la diversión

Mejoran la concentración y la memoria

Contribuyen a una mejor calidad de vida.

Como son:

Mantener el aro en equilibrio sobre la cabeza.

- Caminar mientras se mantiene el aro en equilibrio.
- Sentarse mientras se mantiene el aro en equilibrio.
- Pasar las manos y realizar diferentes movimientos por dentro del aro mientras se mantiene en equilibrio.
- Flexión y extensión de rodilla y cadera mientras se mantiene el aro en equilibrio.

Mantener el aro verticalmente sobre una de las dos manos. Después cambiar.

Mantener el aro verticalmente sobre uno de los muslos después cambiar.

Mantener el aro verticalmente sobre uno de los pies después cambiar.

hacer girar el aro en la muñeca y/o antebrazo.

Elevar los dos brazos arriba de la cabeza sosteniendo los dos aros

Flexión y extensión de brazos sosteniendo el aro

Extensión de brazos sosteniendo el aro

SESION 3

TEMA: Fuerza

Para adultos mayores, algunos ejercicios de fuerza que se pueden hacer con el propio cuerpo son: Levantar los brazos por encima de la cabeza, levantar una pierna y sostener durante varios segundos.

- Sentadillas: fundamental para las piernas

Debemos estar de pie y separar los pies la distancia aproximada al ancho de los hombros. Por seguridad, se recomienda realizarlo con una silla como apoyo.

- Flexión plantar: fortalecimiento del tobillo

Este ejercicio de fuerza para personas mayores es muy sencillo, ayuda a evitar caídas y mejoran la movilidad.

- Equilibrio sobre un pie.
- Extensión de brazos hacia el frente
- Brazos hacia los lados
- Brazos arriba de la cabeza

Sostener los brazos durante varios segundos.

SESION 4

TEMA: Motricidad

Es un hecho ya comprobado que la actividad física con globos tiene un efecto saludable no solo en el cuerpo, sino también en la mente. Durante el ejercicio el organismo produce endorfinas, o en otras palabras las hormonas de la "felicidad", que mejoran el bienestar. Además, la actividad física deja atrás varias dolencias físicas y proporciona más confort para realizar las actividades diarias.

- Mantener el globo con las dos manos

- Pasar el globo de un lado a otro (derecha – izquierda)
- Lanzar el globo y cogerlos con las dos manos
- Lanzar el globo y dar una palmada antes de cogerlo
- Lanzar el globo y dar dos palmadas antes de cogerlo
- Pasar el globo por detrás del cuerpo
- Pasar el globo por medio de las piernas
- Por parejas lanzar el globo al compañero

MILLER YEZID GONZALEZ CASTELLANOS
LIC. EN EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTES

EVIDENCIAS









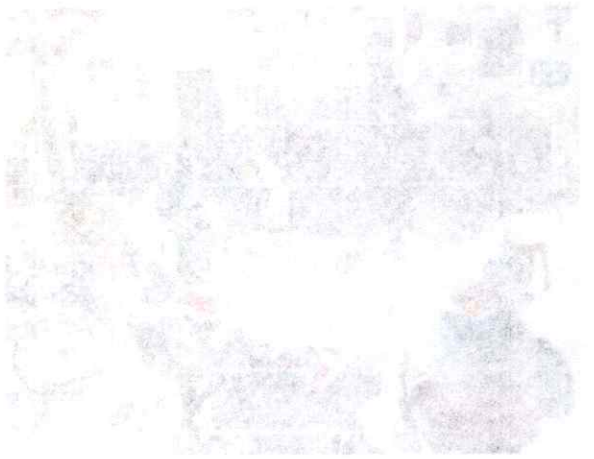


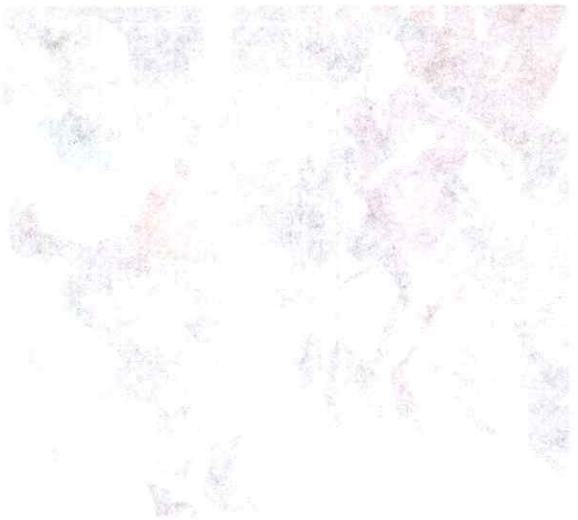


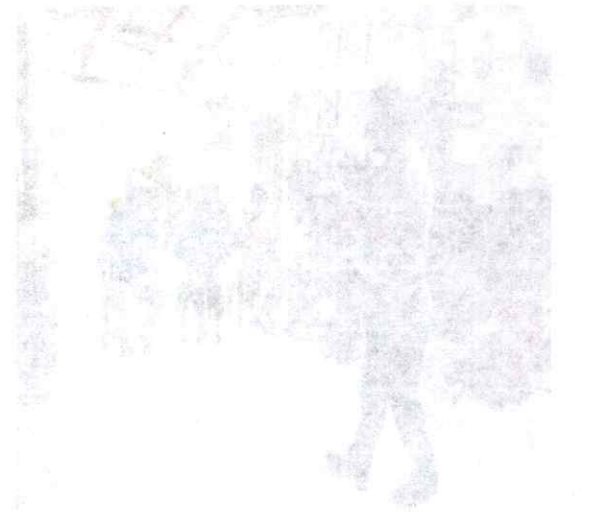


































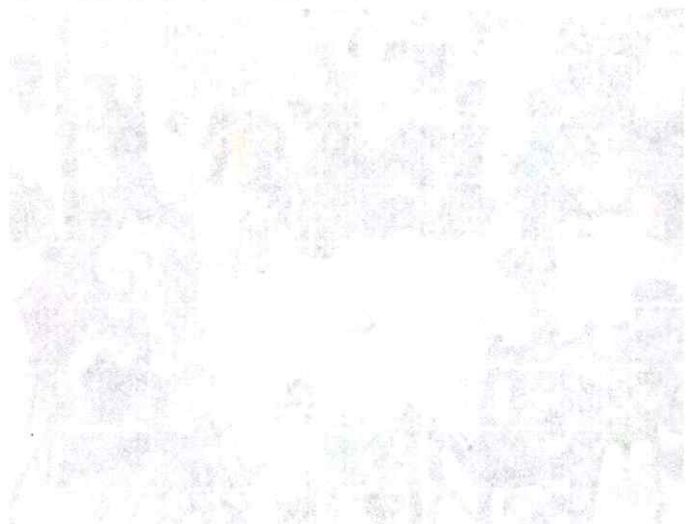


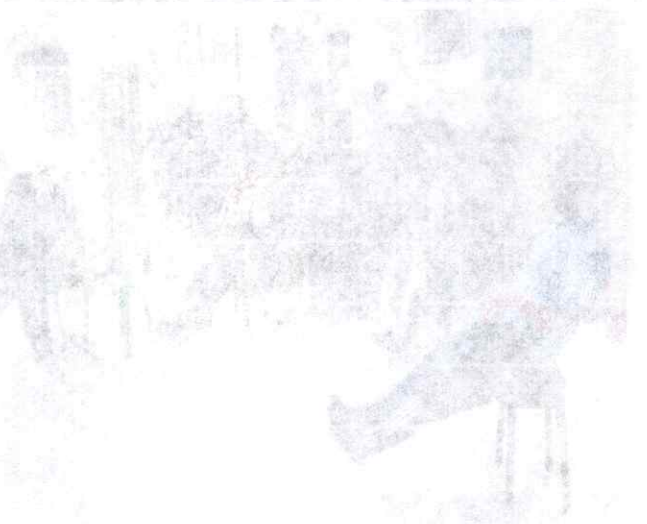






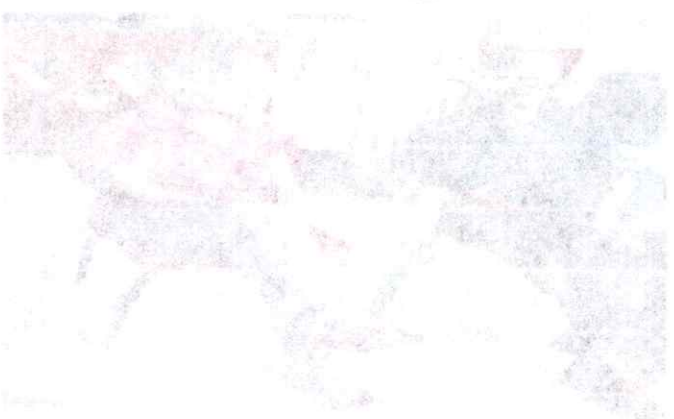


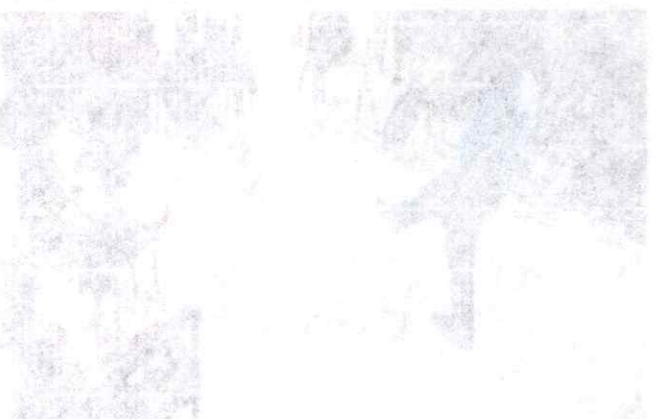












ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804.015.280-8

Los suscritos representante legal y contador público de la Asociación Urbana de la Tercera Edad la voz de la experiencia centro vida Palmas de socorro Nit. 804.015.280-8

C E R T I F I C A N

Que por medio de este certificado se da a conocer algunos de los gastos administrativos y contables correspondientes al periodo de mayo 14 a junio 10 de la vigencia 2025.

CONCEPTO	DETALLE	VALOR
1. Servicios administrativos y contables que emanen de la ejecución del convenio incluye papelería e insumos	• Salario Administrador CBAM • Honorarios asesoría contador CBAM • Útiles, papelería y fotocopias	$ 1.500.000= $ 800.000= $ 700.000=
2. Limpieza y desinfección constante de la infraestructura del centro de bienestar y sitios de interacción con el adulto mayor, garantizando protocolos de bioseguridad.	• Elementos de Aseo y cafetería.	$ 3.552.000=
	Total	**$6.552.000=**

Como constancia se firma el presente certificado en la ciudad de Palmas del socorro a los 2 días del mes de julio del año 2025.

Alcira Pinzón de Díaz
Representante Legal
C.C 28.423.064

Alba Rocío Díaz Pinzón
Contadora Pública
T.P.255870-T

Calle 5 No. 3 – 02 Palmas del Socorro
Cel: 3205346406 - 3166921850
Email: lavozdelaexperienciacentrovida@gmail.com

REPUBLICA DE COLOMBIA
IDENTIFICACION PERSONAL
CEDULA DE CIUDADANIA

NUMERO 37946590

DIAZ PINZON
APELLIDOS

ALBA ROCIO
NOMBRES

FIRMA





INDICE DERECHO

FECHA DE NACIMIENTO 24-OCT-1976

SOCORRO
(SANTANDER)
LUGAR DE NACIMIENTO

1.62 ESTATURA | O+ G.S. RH | F SEXO

30-ENE-1995 SOCORRO
FECHA Y LUGAR DE EXPEDICION

REGISTRADOR NACIONAL
IVAN DUQUE ESCOBAR

A-2700100-59083315-F-0037946590-20000906 06010 00228A 02 094416335

UNIDAD ADMINISTRATIVA ESPECIAL | JUNTA CENTRAL DE CONTADORES

255870-T



ALBA ROCIO
DIAZ PINZON
C.C. 37946590
RES. INSCRIPCION 174 DEL 29/03/2019
CORPORACION UNIVERSITARIA REMINGTON

OSCAR EDUARDO FUENTES PEÑA
DIRECTOR GENERAL

265080 284883

UNIDAD ADMINISTRATIVA ESPECIAL **JUNTA CENTRAL DE CONTADORES**

Certificado No:

3 0 B 4 A 2 5 1 5 C 5 A C 4 7 2

LA REPUBLICA DE COLOMBIA

MINISTERIO DE COMERCIO, INDUSTRIA Y TURISMO

UNIDAD ADMINISTRATIVA ESPECIAL

JUNTA CENTRAL DE CONTADORES

CERTIFICA A:
QUIEN INTERESE

Que el contador público **ALBA ROCIO DIAZ PINZON** identificado con CÉDULA DE CIUDADANÍA No 37946590 de SOCORRO (SANTANDER) Y Tarjeta Profesional No 255870-T SI tiene vigente su inscripción en la Junta Central de Contadores y desde la fecha de Inscripción.

NO REGISTRA ANTECEDENTES DISCIPLINARIOS * * *

ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804015280-8

INFORME DE IMPLEMENTOS DE ASEO

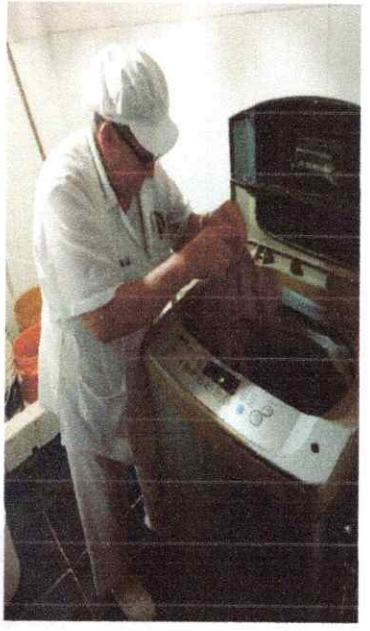
Responsable: Alba Rocío Díaz Pinzón

Periodo: Del 14 de mayo al 10 de junio de 2025

Objetivo: Brindarle al Adulto Mayor los implementos de aseo necesarios para su uso personal y para la limpieza de las instalaciones y ropas en general.

Los buenos hábitos de higiene personal están directamente relacionados con menos enfermedades y mejor salud. Sin embargo, los malos hábitos de higiene personal pueden provocar algunos efectos secundarios menores, como el olor corporal y la piel grasosa. También pueden conducir a problemas más serios o incluso graves. Tanto los hábitos de higiene personal como los de higiene al lugar donde habitamos nos generan sensaciones de gozo, el hecho de permanecer en ambientes agradables a los sentidos se concibe una percepción de paz y tranquilidad.

Evidencias fotográficas





ASOCIACIÓN URBANA DE LA TERCERA EDAD
LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA
PALMAS DEL SOCORRO NIT 804015280-8

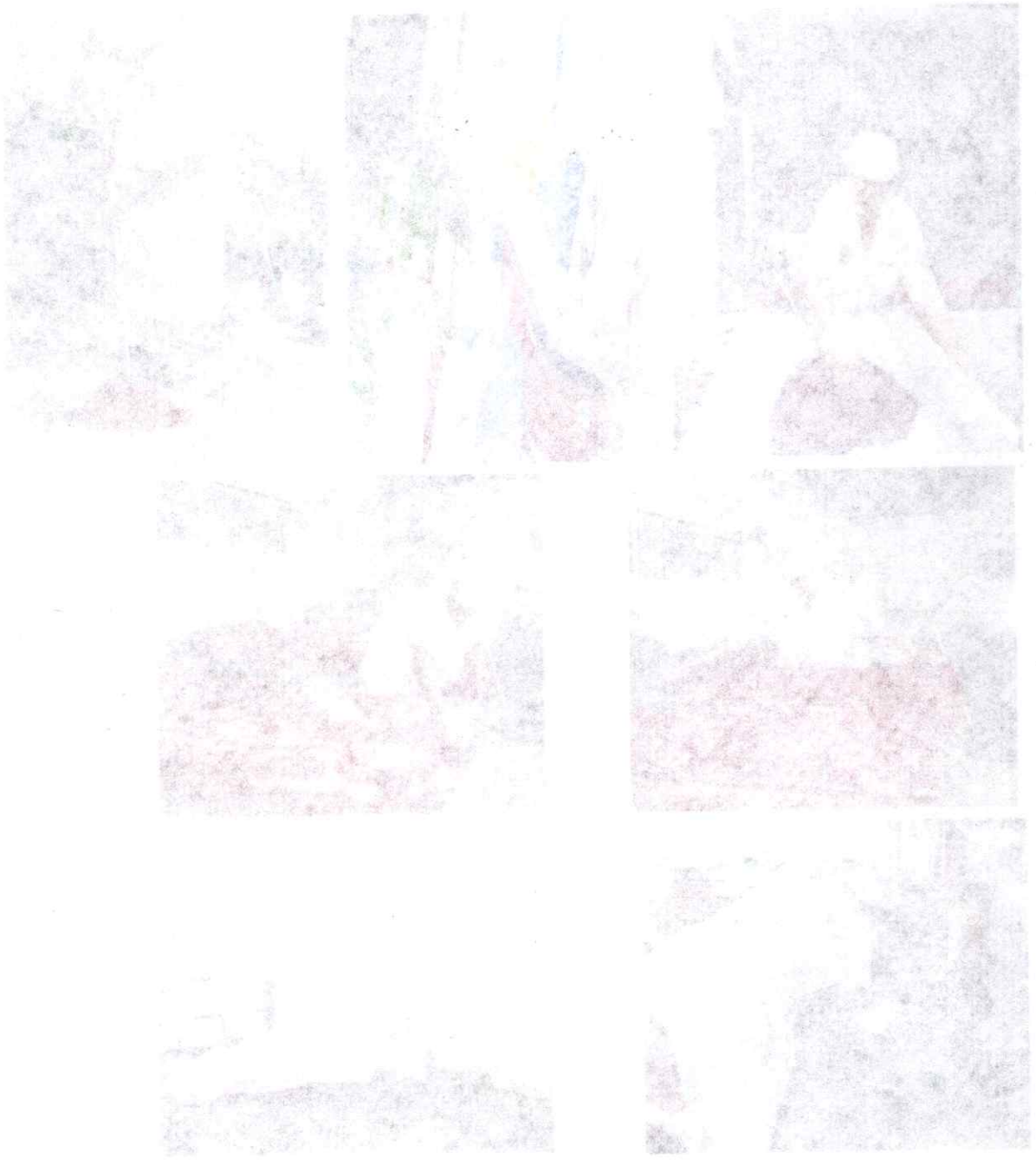








Alba Rocío Díaz Pinzón
Coordinadora Administrativa
CBAM La voz de la experiencia



RESUMEN PLANILLA PAGADA



DATOS GENERALES DEL APORTANTE

IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
NI 804015280	8	ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA PALMAS DEL SOCORRO	B	0	ARL SURA - 14-11	ÚNICA	8730	Jurídica
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
68-524	PALMAS DEL SOCORRO		3205345406			LAVOZDELAEXPERIENCIACENTROVIDA@GMAIL.COM		S

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN

PERÍODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2025-05	2025-06	33874692	E	2025-06-26	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	1.314.200	6.400	BBVA COLOMBIA S.A.

Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA
4	33874692	2025-06-19	Pagada

EMPLEADO					NOVEDADES																DÍAS				PENSIÓN					SALUD			CCF			RIESGOS		TARIFA	PARAF	SENA	ICBF	ESAP	MIN				
N.	ID	EMPLEADO	SALARIO	MODALIDAD DE SALARIO	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	VTE	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRL	EPST	AFPT	AFP	EPS	CCF	ARL	NOMBRE	IBC	Cot	FNSOL	FNSUB	NOMBRE	IBC	Cot	NOMBRE	IBC	Cot	IBC	Cot.	ARL	IBC	Cot.	Cot.	Cot.	Cot.	Cot.	Tipo Cot.	Sub. Tipo Cot.	Total	Exento de Parafiscales	Aló Est
1	CC 1005148326	CADENA NEGRON DUBAN PERNEY	1.423.500	F																0			30	30	30	30	PORVENIR-230301	1.423.500	227.800	0	0	NUEVA E.P.S. S.A. MOV-EPS041	1.423.500	57.000	COMPENALCO SANTANDER-CCF40	1.423.500	57.000	1.423.500	7.500	0,00522	0	0	0	0	0	01	0	349.300	S	182
2	CC 37946590	DIAZ PINZON ALBA ROCIO	1.988.000	F																0			30	30	30	30	PROTECCION-230201	1.988.000	318.100	0	0	SANITAS-EPS005	1.988.000	79.600	COMPENALCO SANTANDER-CCF40	1.988.000	79.600	1.988.000	10.400	0,00522	0	0	0	0	0	01	0	487.700	S	182
3	CC 51979844	DIAZ PINZON LUZ YANETH	1.423.500	F																0			30	30	30	30	COLPENSIONES-25-14	1.423.500	227.800	0	0	NUEVA E.P.S. S.A.-EPS037	1.423.500	57.000	COMPENALCO SANTANDER-CCF40	1.423.500	57.000	1.423.500	7.500	0,00522	0	0	0	0	0	01	0	349.300	S	182
4	CC 28423064	PINZON DE DIAZ ALCIRA	1.423.500	F																0			0	30	30	30	SINAFP-SINAFP	0	0	0	0	NUEVA E.P.S. S.A.-EPS037	1.423.500	57.000	COMPENALCO SANTANDER-CCF40	1.423.500	57.000	1.423.500	7.500	0,00522	0	0	0	0	0	01	5	121.500	S	182

PAGADO

RESUMEN PLANILLA PAGADA



DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
NI 804015280	8	ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA PALMAS DEL SOCORRO	B	9	ARL SURA - 14-11	ÚNICA	8730	Jurídica
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
68-524	PALMAS DEL SOCORRO		3205346406			LAVOZDELAEXPERIENCIACENTROVIDA@GMAIL.COM		S

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN										
PERÍODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2025-05	2025-06	33874692	E	2025-06-26	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	1.314.200	6.400	BBVA COLOMBIA S.A.
Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA							
4	33874692	2025-06-19	Pagada							

TOTALES IBC				
IBC PENSIÓN	IBC SALUD	IBC RIESGOS	IBC CAJAS	IBC PARAF
4.835.000	6.258.500	6.258.500	6.258.500	0

SUBSISTEMA	CÓDIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	VALOR UPC	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES DESCONTADOS	VALOR A PAGAR
AFP(Administradoras: 3)				3	773.700	0	3.700	0	777.400
COLPENSIONES	25-14	900336004	7	1	227.800	0	1.100	0	228.900
PROTECCION	230201	800229739	0	1	318.100	0	1.500	0	319.600
PORVENIR	230301	800224808	8	1	227.800	0	1.100	0	228.900
EPS(Administradoras: 3)				4	250.600	0	1.300	0	251.900
SANITAS	EPS005	800251440	6	1	79.600	0	400	0	80.000
NUEVA E.P.S. S.A. MOV	EPS041	900156264	2	1	57.000	0	300	0	57.300
NUEVA E.P.S. S.A.	EPS037	900156264	2	2	114.000	0	600	0	114.600
ARP(Administradoras: 1)				4	32.900	0	200	0	33.100
ARL SURA	14-11	890903790	5	4	32.900	0	200	0	33.100
CCF(Administradoras: 1)				4	250.600	0	1.200	0	251.800
COMFENALCO SANTANDER	CCF40	890201578	7	4	250.600	0	1.200	0	251.800
Gran Total					1.307.800	0	6.400	0	1.314.200

RESUMEN PLANILLA PAGADA



DATOS GENERALES DEL APORTANTE

IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
NI 804015280	8	ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA PALMAS DEL SOCORRO	B	0	ARL SURA - 14-11	ÚNICA	8730	Jurídica
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
68-524	PALMAS DEL SOCORRO		3205346406			LAVOZDELAEXPERIENCIACENTROVIDA@GMAIL.COM		S

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN

PERÍODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2025-06	2025-07	33876379	E	2025-07-01	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	1.307.800	0	BBVA COLOMBIA S.A.
Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA							
4	33876379	2025-07-17	Pagada							

EMPLEADO					NOVEDADES															DÍAS				PENSIÓN					SALUD			CCF			RIESGOS		TARIFA	PARAF	SENA	ICBF	ESAP	MIN			Total	Exento de Parafiscales	Adi Ecm
N.	ID	EMPLEADO	SALARIO	MODALIDAD DE SALARIO	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	VTE	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRL	EPST	AFPT	AFP	EPS	CCF	ARL	NOMBRE	IBC	Cot	FNSOL	FNSUB	NOMBRE	IBC	Cot	NOMBRE	IBC	Cot	IBC	Cot	ARL	IBC	Cot	Cot.	Cot.	Cot.	Cot.	Cot.	Tipo Cot.	Sub. Tipo Cot.			
1	CC 1005148326	CADENA NEGRON DUBAN FERNEY	1.423.500	F																0			30	30	30	30	PORVENIR-230301	1.423.500	227.800	0	0	NUEVA E.P.S. S.A. MOV-EPS041	1.423.500	57.000	COMPENALCO SANTANDER-CCF40	1.423.500	57.000	1.423.500	7.500	0,00522	0	0	0	0	0	01	0	349.300	S	
2	CC 37946590	DIAZ PINZON ALBA ROCIO	1.988.000	F																0			30	30	30	30	PROTECCION-230201	1.988.000	318.100	0	0	SANITAS-EPS005	1.988.000	79.600	COMPENALCO SANTANDER-CCF40	1.988.000	79.600	1.988.000	10.400	0,00522	0	0	0	0	0	01	0	487.700	S	
3	CC 51979844	DIAZ PINZON LUZ YANETH	1.423.500	F																0			30	30	30	30	COLPENSION ES-25-14	1.423.500	227.800	0	0	NUEVA E.P.S. S.A.-EPS037	1.423.500	57.000	COMPENALCO SANTANDER-CCF40	1.423.500	57.000	1.423.500	7.500	0,00522	0	0	0	0	0	01	0	349.300	S	
4	CC 28423064	PINZON DE DIAZ ALCIRA	1.423.500	F																0			0	30	30	30	SINAFP-SINAFP	0	0	0	0	NUEVA E.P.S. S.A.-EPS037	1.423.500	57.000	COMPENALCO SANTANDER-CCF40	1.423.500	57.000	1.423.500	7.500	0,00522	0	0	0	0	0	01	5	121.500	S	

RESUMEN PLANILLA PAGADA

ASOPAGOS s.a.

DATOS GENERALES DEL APORTANTE								
IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
NI 804015280	8	ASOCIACION URBANA DE LA TERCERA EDAD LA VOZ DE LA EXPERIENCIA CENTRO VIDA PALMAS DEL SOCORRO	B	0	ARL SURA - 14-11	ÚNICA	8730	Jurídica
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
68-524	PALMAS DEL SOCORRO		3205346406			LAVOZDELAEXPERIENCIACENTROVIDA@GMAIL.COM		S

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN										
PERÍODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2025-06	2025-07	33876379	E	2025-07-01	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	1.307.800	0	BBVA COLOMBIA S.A.
Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA							
4	33876379	2025-07-17	Pagada							

TOTALES IBC				
IBC PENSIÓN	IBC SALUD	IBC RIESGOS	IBC CAJAS	IBC PARAF
4.835.000	6.258.500	6.258.500	6.258.500	0

SUBSISTEMA	CÓDIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	VALOR UPC	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES DESCONTADOS	VALOR A PAGAR
AFP(Administradoras: 3)				3	773.700	0	0	0	773.700
COLPENSIONES	25-14	900336004	7	1	227.800	0	0	0	227.800
PROTECCION	230201	800229739	0	1	318.100	0	0	0	318.100
PORVENIR	230301	800224808	8	1	227.800	0	0	0	227.800
EPS(Administradoras: 3)				4	250.600	0	0	0	250.600
NUEVA E.P.S. S.A. MOV	EPS041	900156264	2	1	57.000	0	0	0	57.000
NUEVA E.P.S. S.A.	EPS037	900156264	2	2	114.000	0	0	0	114.000
SANITAS	EPS005	800251440	6	1	79.600	0	0	0	79.600
ARP(Administradoras: 1)				4	32.900	0	0	0	32.900
ARL SURA	14-11	890903790	5	4	32.900	0	0	0	32.900
CCF(Administradoras: 1)				4	250.600	0	0	0	250.600
COMFENALCO SANTANDER	CCF40	890201578	7	4	250.600	0	0	0	250.600
Gran Total					1.307.800	0	0	0	1.307.800

ASOPAGOS s.a.

RAZÓN SOCIAL :	MILLER GONZALEZ CASTELLANOS
IDENTIFICACIÓN:	CC-91108701
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	
FECHA GENERACIÓN REPORTE:	2025-06-06
FECHA LÍMITE DE PAGO:	2025-06-04
FECHA DE PAGO:	2025-06-06
ENTIDAD DE PAGO:	BANCO DAVIVIENDA
PERÍODO PENSIÓN:	2025-05
PERÍODO SALUD:	2025-05
NÚMERO PLANILLA:	33349760
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	33349760
TIPO DE PLANILLA:	I

CÓDIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE	NÚMERO AFILIADOS	IBC	FONDO SOLIDARIDAD	FONDO SUBSISTENCIA	TOTAL INTERESES	VALOR PAGAR SIN INTERESES	VALOR PAGAR
EPS037	900156264	NUEVA E.P.S. S.A.	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 300	$ 178.000	$ 178.300
25-14	900336004	COLPENSIONES	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 300	$ 227.800	$ 228.100
14-11	890903790	ARL SURA	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 100	$ 7.500	$ 7.600
				Total a pagar	$ 0	$ 0	$ 700	$ 413.300	$ 414.000

PAGADO

FECHA DE PAGO DEL SIGUIENTE MES:	02/07/2025

426750

ASOPAGOS s.a.

RAZÓN SOCIAL :	MILLER GONZALEZ CASTELLANOS
IDENTIFICACIÓN:	CC-91108701
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	
FECHA GENERACIÓN REPORTE:	2025-07-15
FECHA LÍMITE DE PAGO:	2025-07-15
FECHA DE PAGO:	2025-07-15
ENTIDAD DE PAGO:	BANCO DE BOGOTA
PERÍODO PENSIÓN:	2025-06
PERÍODO SALUD:	2025-06
NÚMERO PLANILLA:	8637090518
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	8637081090
TIPO DE PLANILLA:	I

CÓDIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE	NÚMERO AFILIADOS	IBC	FONDO SOLIDARIDAD	FONDO SUBSISTENCIA	TOTAL INTERESES	VALOR PAGAR SIN INTERESES	VALOR PAGAR
EPS037	900156264	NUEVA E.P.S. S.A.	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 1.500	$ 178.000	$ 179.500
25-14	900336004	COLPENSIONES	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 1.900	$ 227.800	$ 229.700
14-11	890903790	ARL SURA	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 100	$ 7.500	$ 7.600
				Total a pagar	$ 0	$ 0	$ 3.500	$ 413.300	$ 416.800

PAGADO

FECHA DE PAGO DEL SIGUIENTE MES:	04/08/2025

RESUMEN PLANILLA PAGADA

ASOPAGOS s.a.

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
CC 28337790	0	LUZ CLEMENCIA ORDUZ MENDOZA	I	2	POSITIVA - 14-23	SUCURSAL	0130	Natural
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
68-675	CALLE 14 NO 3 02		3162223680			LUZCLEMENCIA2018@GMAIL.COM		N

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN

PERÍODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2025-06	2025-06	8633152874	I	2025-06-12	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	742.500	0	
Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA							
1	8605526137	2025-07-21	Pagada							

EMPLEADO					NOVEDADES													DÍAS				PENSIÓN					SALUD			CCF			RIESGOS		TARIFA	PARAF	SENA	ICBF	ESAP	MIN					
N.	ID	EMPLEADO	SALARIO	MODALIDAD DE SALARIO	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	VTE	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRL	EPST	AFPT	AFP	EPS	CCF	ARL	NOMBRE	BC	Cot	FNSOL	FNSUB	NOMBRE	IBC	Cot	NOMBRE	BC	Cot	IBC	Cot	ARL	IBC	Cot	Cot	Cot	Cot	Cot	Tipo Cot.	Subs. Tipo Cot.	Total	Exento de Parafiscales	Adi Ecor
1	CC 28337790	ORDUZ MENDOZA LUZ CLEMENCIA	2.400.000																	0			30	30	0	30	COLFONDOS-231001	2.400.000	384.000	0	0	SANITAS-EPS005	2.400.000	300.000	SIN CCF-SINCCF	0	0	2.400.000	58.500	0,02436	0	0	0	0	0	59	C	742.500	N	386

RESUMEN PLANILLA PAGADA

ASOPAGOS s.a.

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
CC 28337790	0	LUZ CLEMENCIA ORDUZ MENDOZA	I	2	POSITIVA - 14-23	SUCURSAL	0130	Natural
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
68-675	CALLE 14 NO 3 02		3162223680			LUZCLEMENCIA2018@GMAIL.COM		N

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN

PERÍODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2025-06	2025-06	8633152874	I	2025-06-12	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	742.500	0	
Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA							
1	8605526137	2025-07-21	Pagada							

TOTALES IBC

IBC PENSIÓN	IBC SALUD	IBC RIESGOS	IBC CAJAS	IBC PARAF
2.400.000	2.400.000	2.400.000	0	0

SUBSISTEMA	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	VALOR UPC	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES DESCONTADOS	VALOR A PAGAR
AFP(Administradoras: 1)				1	384.000	0	0	0	384.000
COLFONDOS	231001	800227940	6	1	384.000	0	0	0	384.000
EPS(Administradoras: 1)				1	300.000	0	0	0	300.000
SANITAS	EPS005	800251440	6	1	300.000	0	0	0	300.000
ARP(Administradoras: 1)				1	58.500	0	0	0	58.500
POSITIVA	14-23	860011153	6	1	58.500	0	0	0	58.500
Gran Total					742.500	0	0	0	742.500

RESUMEN PLANILLA PAGADA



DATOS GENERALES DEL APORTANTE

IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
CC 28337790	0	LUZ CLEMENCIA ORDUZ MENDOZA	I	2	POSITIVA - 14-23	SUCURSAL	0130	Natural
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
68-675	CALLE 14 NO 3 02		3162223680			LUZCLEMENCIA2018@GMAIL.COM		N

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN

PERÍODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2025-05	2025-05	8635888541	I	2025-05-12	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	742.500	0	
Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA							
1	8605526137	2025-06-24	Pagada							

EMPLEADO					NOVEDADES												DÍAS				PENSIÓN					SALUD			CCF			RIESGOS		TARIFA	PARAF	SENA	ICBF	ESAP	MIN				Exento de Parafiscales	Adi Eco
N.	ID	EMPLEADO	SALARIO	MODALIDAD DE SALARIO	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRL	EPST	AFPT	AFP	EPS	CCF	ARL	NOMBRE	BC	Cot	FNSOL	FNSUB	NOMBRE	IBC	Cot	NOMBRE	BC	Cot	IBC	Cot	ARL	IBC	Cot	Cot	Cot	Cot	Tipo Cot	Sub. Tipo Cot	Total		
1	CC 28337790	ORDUZ MENDOZA LUZ CLEMENCIA	2.400.000																0			30	30	0	30	COLFONDOS-231001	2.400.000	384.000	0	0	SANITAS-EPS005	2.400.000	300.000	SIN CCF-SINCCF	0	0	2.400.000	58.500	0,02436	0	0	0	0	0	59	C	742.500	N	386

RESUMEN PLANILLA PAGADA



DATOS GENERALES DEL APORTANTE

IDENTIFICACIÓN	DV	RAZÓN SOCIAL	CLASE	CÓDIGO	ARL	F. PRESENTACIÓN	ACT. ECO	TIPO DE EMPRESA
CC 28337790	0	LUZ CLEMENCIA ORDUZ MENDOZA	I	2	POSITIVA - 14-23	SUCURSAL	0130	Natural
MUN-DEP	DIRECCIÓN		TELÉFONO			EMAIL		EXENTO DE PARAFISCALES
68-675	CALLE 14 NO 3 02		3162223680			LUZCLEMENCIA2018@GMAIL.COM		N

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN

PERÍODO PENSIÓN	PERÍODO SALUD	PLANILLA	TIPO PLANILLA	FECHA PAGO	CENTRO DE TRABAJO	DEPARTAMENTO	MUNICIPIO	VALOR PAGO	INTERÉS X MORA	ENTIDAD RECAUDO
2025-05	2025-05	8635888541	I	2025-05-12	TODOS LOS CENTROS	TODOS	TODOS	742.500	0	
Nº AFILIADOS	REF. DE PAGO (PIN)	FECHA LÍMITE PAGO	ESTADO PLANILLA							
1	8605526137	2025-06-24	Pagada							

TOTALES IBC

IBC PENSIÓN	IBC SALUD	IBC RIESGOS	IBC CAJAS	IBC PARAF
2.400.000	2.400.000	2.400.000	0	0

SUBSISTEMA	CÓDIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	VALOR UPC	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES DESCONTADOS	VALOR A PAGAR
AFP(Administradoras: 1)				1	384.000	0	0	0	384.000
COLFONDOS	231001	800227940	6	1	384.000	0	0	0	384.000
EPS(Administradoras: 1)				1	300.000	0	0	0	300.000
SANITAS	EPS005	800251440	6	1	300.000	0	0	0	300.000
ARP(Administradoras: 1)				1	58.500	0	0	0	58.500
POSITIVA	14-23	860011153	6	1	58.500	0	0	0	58.500
Gran Total					742.500	0	0	0	742.500

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1101691953		SUAREZ RUIZ PAOLA ANDREA	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	calle 6 #2 19 barrio villa palmas	PALMAS DEL SOCORRO-SANTANDER	3134768726	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-05	2025-05	32329921	9486599061	I	2025/06/13	2025/06/03	BANCO DE OCCIDENTE	0	$413,300

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$227,800	$0	$0	$227,800
PORVENIR	230301	800,224,808	8	1	$227,800	$0	$0	$227,800
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$7,500	$0	$0	$7,500
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	$7,500	$0	$0	$7,500
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$178,000	$0	$0	$178,000
COOSALUD MOVILIDAD	ESSC24	900,226,715	3	1	$178,000	$0	$0	$178,000
TOTAL				1	$413,300	$0	$0	$413,300

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1101691953		SUAREZ RUIZ PAOLA ANDREA	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	calle 6 #2 19 barrio villa palmas	PALMAS DEL SOCORRO-SANTANDER	3134768726	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-05	2025-05	32329921	9486599061	I	2025/06/13	2025/06/03	BANCO DE OCCIDENTE	0	$413,300

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO				PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación		Nombres	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Días	IBC	Aporte
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)						$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500	$7,500		$0	$0
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)						**$1,423,500**	**$227,800**			**$1,423,500**	**$178,000**			**$0**	**$0**			**$1,423,500**	**$7,500**		**$0**	**$0**
Ciudad: PALMAS DEL SOCORRO Depto: SANTANDER (1 Afiliados)						**$1,423,500**	**$227,800**			**$1,423,500**	**$178,000**			**$0**	**$0**			**$1,423,500**	**$7,500**		**$0**	**$0**
1	CC	1101691953	SUAREZ PAOLA	230301	30	$1,423,500	$227,800	ESSC24	30	$1,423,500	$178,000		0	$0	$0	14-23	30	$1,423,500	$7,500	0	$0	$0
Total	**Afiliados(1)**					**$1,423,500**	**$227,800**			**$1,423,500**	**$178,000**			**$0**	**$0**			**$1,423,500**	**$7,500**		**$0**	**$0**

2025/06/03 01:31 PM

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1101691953		SUAREZ RUIZ PAOLA ANDREA	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	calle 6 #2 19 barrio villa palmas	PALMAS DEL SOCORRO-SANTANDER	3134768726	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-06	2025-06	1581554729	9487775220	I	2025/07/11	2025/06/26	NEQUI	0	$413,300

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$227,800	$0	$0	$227,800
PORVENIR	230301	800,224,808	8	1	$227,800	$0	$0	$227,800
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$7,500	$0	$0	$7,500
POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS	14-23	860,011,153	6	1	$7,500	$0	$0	$7,500
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$178,000	$0	$0	$178,000
COOSALUD MOVILIDAD	ESSC24	900,226,715	3	1	$178,000	$0	$0	$178,000
TOTAL				1	$413,300	$0	$0	$413,300

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 1101691953		SUAREZ RUIZ PAOLA ANDREA	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	calle 6 #2 19 barrio villa palmas	PALMAS DEL SOCORRO-SANTANDER	3134768726	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-06	2025-06	1581554729	9487775220	I	2025/07/11	2025/06/26	NEQUI	0	$413,300

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO			PENSION				SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación	Nombres	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Codigo	Días	IBC	Aporte	Días	IBC	Aporte
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500	$7,500		$0	$0
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					**$1,423,500**	**$227,800**			**$1,423,500**	**$178,000**			**$0**	**$0**			**$1,423,500**	**$7,500**		**$0**	**$0**
Ciudad: PALMAS DEL SOCORRO Depto: SANTANDER (1 Afiliados)					**$1,423,500**	**$227,800**			**$1,423,500**	**$178,000**			**$0**	**$0**			**$1,423,500**	**$7,500**		**$0**	**$0**
1	CC	1101691953 SUAREZ PAOLA	230301	30	$1,423,500	$227,800	ESSC24	30	$1,423,500	$178,000		0	$0	$0	14-23	30	$1,423,500	$7,500	0	$0	$0
Total	**Afiliados(1)**				**$1,423,500**	**$227,800**			**$1,423,500**	**$178,000**			**$0**	**$0**			**$1,423,500**	**$7,500**		**$0**	**$0**