Asilo de San Antonio
NIT: 890102897-7

"Recibid al pobre con una sonrisa" M.M.

ASILO DE SAN ANTONIO

PROYECTO CENTROS DE BIENESTAR

INFORME DE GESTIÓN

JUNIO

VIGENCIA 2025

ÍNDICE

1. **INTRODUCCIÓN**
- **OBJETIVO GENERAL**
- **OBJETIVO ESPECÍFICO**
2. **METODOLOGÍA**
3. **BENEFICIARIOS**
   3.1. caracterización
4. **Valoraciones iniciales**
5. **Ejecución de las actividades**
   5.1. Componente de salud física y funcionalidad
   5.2. Componente de nutrición
   5.3. Componente de salud mental
   5.4. Componente de aprovechamiento del tiempo y recreación
   5.5. Gestiones técnicas, administrativas y de acceso a servicios
6. **Avances y resultados de la ejecución**
7. **ANEXO FOTOGRÁFICO**

1. Introducción

El centro de bienestar es un lugar en el cual las personas mayores de la ciudad de Barranquilla reciben una atención integral que les permite mejorar su calidad de vida y reafirmar su valor como personas.

Teniendo en cuenta lo anterior, el presente informe muestra las acciones desarrolladas por el equipo interdisciplinario, enfocado en preservar la salud física y funcionalidad en las actividades de la vida diaria, estado emocional y nutricional y médica, fortalecimiento de vínculos afectivos, entre otras actividades que tienen como objetivo prevenir la enfermedad y promover la salud integral de las personas mayores, que residen en el Centro de Bienestar, el cual hace parte de la congregación Hermanitas de los Pobres de San Pedro Claver en la ciudad de Barranquilla, dicha información corresponde al periodo de junio de 2025.

1.2 Objetivos

Objetivo General

Mejorar la calidad de vida y el bienestar integral de los residentes mayores del Asilo de San Antonio, a través de la implementación de un programa de atención personalizada basado en un análisis detallado de datos sociodemográficos, evaluaciones interdisciplinarias y la ejecución de intervenciones adaptadas a las necesidades individuales de cada residente.

Objetivos Específicos

- Diseñar e implementar actividades y servicios personalizados, utilizando la información recopilada durante la recolección de datos sociodemográficos, con el objetivo de mejorar la calidad de vida y el bienestar de los residentes.

- Desarrollar e implementar intervenciones específicas y adaptadas a las necesidades individuales de los residentes, utilizando como base los resultados obtenidos de las valoraciones iniciales realizadas por el equipo interdisciplinario.

2. Metodología

En el contexto de este informe, el equipo interdisciplinario enfocó su labor en el desarrollo de actividades dirigidas al bienestar integral de las personas mayores. Este enfoque permitió ofrecer un servicio completo y personalizado en todas las áreas de atención proporcionadas por el centro de bienestar. Cada miembro del equipo dedicó atención individualizada a los residentes, a través de sesiones diseñadas específicamente para satisfacer sus necesidades y promover su calidad de vida. Este compromiso con la intervención oportuna refleja el firme propósito del centro de garantizar el bienestar y la comodidad de las personas mayores.

3. Beneficiarios

El Asilo de San Antonio, ofrece protección integral a adultos mayores de 60 años en situación de vulnerabilidad extrema, abandono y/o con limitaciones físicas o cognitivas que les impiden valerse por sí mismos. Como parte de su modelo de intervención, cuenta con un equipo interdisciplinario, desde el área de trabajo social, que realiza evaluaciones domiciliarias previas al ingreso, garantizando que la admisión responda a las necesidades reales de cada persona. Una vez aceptados, los residentes inician un proceso de adaptación progresiva que combina acompañamiento psicoafectivo con actividades de integración, siempre orientado a preservar su dignidad y reconstruir sus vínculos sociales.

Actualmente, la institución tiene un total de 43 residentes y ha brindado atención a 46 personas mayores desde su creación. Su enfoque de atención se distingue por:

- Planes personalizados diseñados por un equipo interdisciplinario (médico, psicólogo, nutricionista, trabajador social y fisioterapeuta).
- Talleres terapéuticos grupales para estimulación cognitiva, movilidad y salud emocional.
- Seguimiento continuo que monitorea el bienestar físico y mental de cada residente.

3.1. Caracterización

En la siguiente tabla se describe la caracterización de la población que reside en el centro de bienestar, en dicha tabla se pueden apreciar los datos como la condición de vulnerabilidad, etnia y localidad.

Caracterización		H	M	Total
Condición de vulnerabilidades	Número de beneficiarios	1	45	46
	En condición de discapacidad	1	45	46
	Sisben	1	27	28
	No actualizados en base de Sisben		16	16
	Red Unidos	0	0	0
	Cabeza de hogar	1	45	46
	Víctima de violencia de género	0	0	0
	Desplazados	0	0	0
	Inmigrantes	0	1	1
	Retornados de Venezuela	0	0	0
Etnia	Afrodescendientes	0	0	0
	Palenque	0	0	0
	Mujer rural	0	0	0
	Campesino	0	0	0
	Room	0	0	0
	Indígena	0	0	0
	Raizal	0	0	0
Localidad	Riomar	0	0	0
	Metropolitana	0	0	0
	Suroccidente	0	0	0
	Suroriente	0	0	0
	Norte centro histórico	1	45	46

Tabla 1 caracterización de la población

4. Valoraciones iniciales

Valoración Inicial por medicina

El área médica se orienta a brindar atención especializada a las personas mayores, quienes comúnmente enfrentan múltiples enfermedades crónicas, situaciones de fragilidad y alteraciones físicas y cognitivas propias del proceso de envejecimiento. Su propósito fundamental es favorecer el bienestar, prevenir complicaciones de salud y contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los residentes.

Durante la valoración inicial de las personas mayores en el centro de bienestar, el área médica utilizó herramientas esenciales como la historia clínica, la anamnesis y el examen físico general. Mediante la historia clínica y la anamnesis, se obtuvo

información relevante sobre antecedentes de salud, enfermedades crónicas y tratamientos vigentes, lo que permitió reconocer factores de riesgo y necesidades particulares. Posteriormente, a través del examen físico general, se evaluaron los signos vitales, el estado nutricional y el funcionamiento de los distintos sistemas corporales, lo que facilitó la detección de posibles alteraciones en la salud y el establecimiento de un diagnóstico y tratamiento apropiados.

En el presente mes se realizó 1 valoración inicial, encontrando los siguientes criterios diagnósticos, hipertensión arterial crónica, diabetes mellitus tipo 2 y fractura de cadera derecha.

Valoración inicial por nutrición

La valoración inicial en el adulto mayor es un proceso clave para conocer más a fondo el estado de salud de cada residente con el fin de identificar intervenciones específicas y diseñar un plan de cuidado adecuado.

se realizó una valoración a una residente donde se abordó las siguientes intervenciones:

Estado nutricional mediante herramientas como el Mini Nutritional Assessment (MNA).

- Tamizaje nutricional que un proceso fundamental en el adulto mayor con el fin de identificar estados de malnutrición realizando toma de peso y talla, circunferencia braquial, y circunferencia de pantorrilla

Arrojando un Dx en la encuesta de NNA estado nutricional normal con un puntaje de 25

Valoración Inicial por fisioterapia

La salud es un tema muy importante y más con nuestras personas mayores. La fisioterapia juega un papel fundamental el cual los mantiene activos a través del ejercicio y la rehabilitación es clave para poder llegar en esta etapa de la vida en buenas condiciones o recuperar nuestra independencia funcional si hemos sufrido alguna lesión. Más aún que durante esta etapa, las personas se vuelven vulnerables ya que los reflejos ya no son los mismos y eso hace que las personas

mayores comiencen a tener ciertas limitaciones en el movimiento. Puede que sus habilidades motoras ya no sean iguales y que comiencen a manifestar caídas desde su propia altura.

- Tinetti

✓ Escala de Tinetti para la marcha y el equilibrio, determinar precozmente el riesgo de caída de una persona mayor. Se ejecutó la escala de la siguiente manera: el evaluador se desplaza caminando (fisioterapeuta) detrás de la persona mayor, se le solicita que responda a las preguntas de la subescala de marcha. Para contestar la subescala de equilibrio el entrevistador permanece de pie junto al participante (enfrente y a la derecha). La puntuación se da cuando el paciente se encuentra sentado, el tiempo de valoración es aproximadamente de 8-10 minutos. Interpretación: A mayor puntuación mejor funcionamiento. La máxima puntuación de la subescala de MARCHA es 12, para la del EQUILIBRIO 16. La suma de ambas puntuaciones da como resultado el riesgo de caídas en la persona mayor. A mayor puntuación, menor riesgo. En el presente mes se llevó a cabo valoración inicial por escala de Tinetti, obteniendo como resultado una puntuación de **17** con un Alto riesgo de caída.

✓ Se realizó valoración fisioterapéutica a persona mayor de sexo femenino en posición sedente en silla común con caminador, sin soporte de oxígeno y en alerta. En el sistema tegumentario se observa piel sin lesiones recientes ni edema, con limitación para la marcha por postoperatorio de fractura de cadera derecha. Se establece programa de acondicionamiento físico para el mantenimiento de estructuras musculoesqueléticas y fortalecimiento de estructuras musculares afectadas por fractura para así lograr independencia en la marcha y buen funcionamiento del movimiento corporal humano,

Valoración inicial por psicología

Las valoraciones iniciales tienen como objetivo conocer el estado emocional y cognitivo de la persona mayor al momento de su ingreso, permitiendo identificar necesidades específicas y orientar adecuadamente el plan de intervención psicológica.

En el presente mes se realizó 1 valoración inicial, encontrando los siguientes criterios diagnósticos, en el minimental **deterioro cognitivo leve** y en la escala yesavage **normal.**

5. Ejecución de las actividades

5.1 Salud Física y funcionalidad

La salud física y la funcionalidad son esenciales para el bienestar de las personas mayores, ya que permiten mantener su autonomía e independencia. Con el envejecimiento, es normal que se presenten cambios físicos y pérdida de capacidades, por lo que es fundamental promover el ejercicio, prevenir enfermedades y fortalecer las habilidades funcionales para conservar la calidad de vida y evitar la dependencia.

Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad

Actividad No. 2

Nombre de la Actividad: Taller de Autocuidado y Prevención de Enfermedades

Objetivo de la Actividad: Promover hábitos de autocuidado y prevenir enfermedades comunes en las personas mayores, a través de la educación en salud y actividades prácticas.

Descripción de la actividad: La actividad consistió en la realización de un taller educativo dirigido a los adultos mayores del hogar geriátrico, enfocado en la promoción del autocuidado y la prevención de enfermedades frecuentes en esta etapa de la vida. Durante la jornada se abordaron de forma clara y sencilla temas como la importancia de la higiene personal, la adecuada hidratación, el cuidado de la piel, la prevención de caídas y la identificación de signos de alarma que requieren atención médica oportuna.

El taller se desarrolló de manera participativa, permitiendo la interacción y el aprendizaje práctico de los residentes. Se realizó una demostración de la técnica correcta de lavado de manos y se promovió el uso de alcohol glicerinado para reforzar los hábitos de higiene. Asimismo, se entregaron botellas de agua

pequeñas, incentivando la adecuada ingesta de líquidos como medida de prevención de complicaciones de salud.

La actividad permitió sensibilizar a los adultos mayores sobre la importancia de su participación activa en el cuidado de su salud, fortaleciendo sus conocimientos y prácticas cotidianas en favor del bienestar y la prevención de enfermedades.

Resultados: La actividad contó con la participación de **15 adultos mayores**, quienes asistieron de manera voluntaria y se mostraron receptivos durante el desarrollo del taller. Se observó un alto nivel de interés y participación, especialmente durante las demostraciones prácticas.

Al finalizar la jornada, se evidenció que los residentes lograron identificar conceptos básicos sobre higiene personal, la importancia de la hidratación y los signos de alarma que deben tener en cuenta. El **90% de los asistentes** realizó de forma adecuada la técnica de lavado de manos siguiendo las indicaciones brindadas. Asimismo, se promovió el consumo de agua, y todos los participantes recibieron una botella como recordatorio de la importancia de mantenerse hidratados.

Durante el espacio de socialización, algunos adultos mayores expresaron que desconocían ciertos cuidados básicos y manifestaron la importancia de recibir este tipo de información. Se evidenció que la actividad fortaleció la conciencia sobre el autocuidado y motivó a los participantes a adoptar pequeñas acciones preventivas en su rutina diaria.

Actividades de Cuidados de enfermería

Durante el período, el equipo de enfermería llevó a cabo cuidados integrales orientados a la promoción y mantenimiento de la salud en la persona mayor en el Asilo de San Antonio. Estas acciones tuvieron como objetivo preservar la calidad de vida, prevenir complicaciones y fomentar la participación activa de los residentes en el cuidado de su salud por lo cual, se garantizó el cumplimiento de

citas médicas asignadas por las Entidades Prestadoras de Salud (EPS) y de carácter particular. Además, se realizaron controles enfocados en patologías prevalentes como diabetes e hipertensión arterial.

- Se realizó un seguimiento clínico permanente a los residentes que lo requerían, de acuerdo con su condición médica y diagnóstico de base. Como parte del monitoreo diario, se hizo control de signos vitales, saturación de oxígeno y glucometría, permitiendo una detección oportuna de alteraciones en el estado de salud.
- Dentro del cuidado diario, se aplicó técnica manual con crema hidratante para estimular la circulación y se realizaron cambios posturales cada dos horas en los residentes con movilidad reducida, con el fin de prevenir lesiones por presión. Así mismo, se llevaron a cabo acciones de higiene y autocuidado como el corte de uñas, higiene oral y de oídos, corte de cabello, rasurado de la zona íntima, lavado de manos con agua y jabón antes de comer, También se garantizó el cambio de pañal tres veces al día.
- La administración de medicamentos se realizó de acuerdo con las órdenes médicas, garantizando el cumplimiento de los correctos de la administración segura y aplicando las precauciones necesarias previas a
- cada dosis, con el fin de asegurar la eficacia del tratamiento y prevenir eventos adversos.
- Las acciones de cuidado se desarrollaron en articulación con el equipo interdisciplinario, garantizando un abordaje integral centrado en las necesidades físicas, emocionales y sociales de cada residente.

En el transcurso del periodo se registraron los siguientes resultados

- Asistencia alimentaria a **44** personas mayores, respetando indicaciones nutricionales. en asistencia al baño son **31** residentes y **13** son supervisadas en ducha. **26** adultos mayores son asistidos en la movilización diaria. En este periodo se realizaron **6** curaciones y **1** hospitalización.

Formación en autocuidado e higiene personal

El autocuidado y la higiene personal son aspectos esenciales en la atención integral de nuestros adultos mayores. Estas prácticas no solo favorecen la prevención de enfermedades y el mantenimiento de la salud, sino que también fortalecen la autonomía, la autoestima y la dignidad de cada residente.

La formación en autocuidado e higiene personal se convierte en una herramienta fundamental para empoderar a la persona mayor, permitiéndoles participar activamente en su propio bienestar dentro de sus posibilidades. Desde nuestro rol en el equipo de salud, promovemos hábitos de autocuidado y fomentamos la participación activa de los residentes en sus rutinas diarias de higiene personal, que contribuyan a una mejor calidad de vida.

Actividad No 2.

Nombre de la Actividad: Cuidarme Me Hace Bien: Promoviendo la Higiene Personal en la Persona Mayor

Objetivo de la Actividad: Fortalecer en las personas mayores el reconocimiento y la práctica de hábitos adecuados de higiene personal como estrategia de autocuidado, promoviendo su bienestar integral.

 # de participantes: 15

Descripción de la actividad:

La actividad inició con una charla educativa en el salón madre Marcelina dirigida a las residentes, en la cual se abordó el tema del autocuidado y sus beneficios en la vida diaria. Se explicaron, de forma clara y adaptada a su nivel de comprensión, los conceptos básicos del autocuidado y su relación directa con la salud, la prevención de enfermedades y la conservación de la autonomía. Durante la charla se destacaron prácticas cotidianas como el baño diario, el lavado de manos, la higiene oral, el cuidado del cabello y corte de uñas.

Posteriormente, se desarrolló una dinámica participativa utilizando una cajita decorada con la palabra "Cuidados". En su interior se encontraban diversos

elementos de aseo personal, tales como crema dental (Colgate), cepillos de dientes, jabón, peines, toallas pequeñas, entre otros. La cajita fue rotada entre las participantes; cada residente, al recibirla, sacaba un objeto al azar y tenía la oportunidad de explicar para qué servía y cómo lo utilizaba en su rutina de higiene.

La jornada concluyó con un mensaje motivacional enfocado en la importancia de mantener hábitos de higiene personal como parte del respeto y amor propio. También se incentivó a cada participante a comprometerse con una acción diaria de autocuidado, de acuerdo con sus capacidades.

Resultados: La actividad permitió fortalecer los conocimientos de las residentes sobre el autocuidado y la higiene personal, a través de una metodología participativa y adaptada a sus capacidades. Las participantes demostraron comprensión de los temas abordados durante la charla y se evidenció un alto nivel de interacción y motivación durante la dinámica con la cajita de elementos de aseo.

Además, la identificación y explicación del uso de los objetos facilitó el reconocimiento de su importancia en la rutina diaria, promoviendo actitudes positivas hacia el cuidado personal. Al finalizar, varias residentes expresaron su interés en aplicar de manera más consciente prácticas de autocuidado, evidenciando el impacto formativo y reflexivo de la actividad.

Formación en primeros auxilios a los beneficiarios

La formación en primeros auxilios dirigida a adultos mayores, representa una estrategia educativa orientada a fortalecer su conocimiento y capacidad de reacción ante situaciones básicas de emergencia que puedan presentarse en su entorno cotidiano. Aunque muchos de ellos presentan condiciones físicas o cognitivas particulares, es fundamental brindar información adaptada que les permita identificar riesgos, reconocer signos de alarma y actuar dentro de sus posibilidades, ya sea para solicitar ayuda de forma oportuna o colaborar en su propio cuidado.

Actividad No 2.

Nombre de la Actividad: ¡Azúcar a tiempo! Primeros Auxilios para la Hipoglucemia en Personas Mayores

Objetivo de la Actividad: Brindar a las personas mayores conocimientos prácticos sobre cómo identificar y actuar adecuadamente frente a un episodio de hipoglucemia, promoviendo una respuesta rápida, segura y efectiva ante esta urgencia médica frecuente.

 # de participantes:19

Descripción de la actividad:

Se inicia con una charla educativa breve sobre qué es la hipoglucemia, causas más comunes (ayuno prolongado, exceso de medicamentos, esfuerzo físico), signos de alerta y consecuencias si no se trata a tiempo.

Posteriormente se realiza una dinámica interactiva titulada "Detectives del Azúcar", donde se presentan tarjetas con síntomas (reales o ficticios) y los participantes deben identificar si se trata de hipoglucemia o no. Luego se realiza una demostración práctica de cómo actuar ante un episodio:

- Colocar a la persona en una posición segura, dar un dulce, jugo o cucharadita de azúcar si está consciente, No dar nada por boca si está inconsciente. Llamar para traslado a urgencias, si no mejora en 10 minutos.

Resultados:

La actividad permitió que los adultos mayores comprendieran, de manera sencilla y práctica, qué es la hipoglucemia, cómo identificarla oportunamente y cuál es la forma correcta de actuar ante un episodio. La charla fue bien recibida, y durante la dinámica "Detectives del Azúcar" se evidenció un alto nivel de participación, atención e interés por parte de los residentes.

Los participantes identificaron al menos 4 signos de hipoglucemia, Aprendieron los pasos correctos para atender a alguien en un episodio leve, se generó un ambiente participativo, motivador y de aprendizaje mutuo

Rutinas grupales de acondicionamiento físico

La gran importancia de realizar actividad física a lo largo de los años permite al ser una persona mayor ser más coordinados, lo que los ayuda a reducir el riesgo de accidentes o caídas desde su propia altura. Otra de las ventajas de mantenerse activos es que su estado emocional mejora notablemente, reduciendo así el estrés y el insomnio. Las rutinas de acondicionamiento físico consisten en llevar a cabo actividades recreativas, deportes de bajo impacto, caminatas, yoga, así como diversos tipos de gimnasia como aeróbicos o rumbaterapias en compañía de pares.

Actividad No 2

Fecha: 5/06/2025

Nombre de la Actividad: Salud Física para todos

Objetivo de la Actividad: Favorecer amplitud articular, equilibrio y Fuerza muscular de tren superior e inferior

Pabellón: Madre Marcelina

 # de participantes: 18

Descripción de la actividad: Con ayuda de balones, aros y conos las personas mayores ejecutaron ejercicios de fuerza, equilibrio y amplitud articular en tren superior e inferior en circuito polimotor con sorteaje de obstáculos y con la secuencia de una vez por cada persona mayor según lo demostrado por el terapeuta, favoreciendo amplitud articular y fortalecimiento de las estructuras musculares, cabe resaltar que se realizó la actividad con cada una teniendo en cuenta su estado físico actual. Duración de la actividad 40 minutos.

Resultados: Se logró que los participantes aumentaran su capacidad de equilibrio y fuerza muscular con cada ejercicio demostrado, evidenciando durante su ejecución, disposición y buen sorteaje de obstáculos. Se realizaron ejercicios

respiratorios al finalizar la actividad. Esta actividad tuvo una duración de 40 minutos.

Pausas activas

Las pausas activas son momentos breves de movimiento físico que permiten al adulto mayor mantenerse activo sin necesidad de rutinas exigentes. Estas actividades, como estiramientos o caminatas suaves, favorecen la flexibilidad, reducen dolores musculares y ayudan a prevenir problemas como la rigidez articular o el cansancio mental. También mejoran la oxigenación del cuerpo y

estimulan la concentración. Incorporarlas en la rutina diaria promueve un envejecimiento saludable y contribuye al bienestar físico y emocional.

Actividad

Nombre de la Actividad: Caminatas

Objetivo de la Actividad: mejorar la movilidad, reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares, fortalecer músculos y articulaciones

Pabellón: Maria Auxiliadora

 # de participantes: 8

Descripción de la actividad: las personas mayores realizaron una caminata suave durante 10 a 15 minutos en un espacio seguro por los pasillos de los pabellones. La actividad comienza con una breve sesión de estiramientos (3 minutos) para preparar el cuerpo, luego, los participantes caminaron a ritmo moderado en fila y en parejas, manteniendo la distancia adecuada. Durante la caminata se incluyó música suave y pequeños ejercicios como mover los brazos o levantar ligeramente las rodillas. Al finalizar, se realizó una breve sesión de respiración y estiramiento.

Resultados: Se logró que las participantes contrarrestaran los efectos negativos de estar mucho tiempo sentado o inactivo, así mismo promover la interacción social reduciendo el estrés y mejorando el estado de ánimo.

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

Estas actividades están diseñadas para apoyar a las personas mayores en la conservación de sus habilidades motoras y en la mejora de su condición física. A través de ejercicios simples pero efectivos, se busca mantener la fuerza muscular, la flexibilidad, la movilidad articular y el equilibrio. Además de sus

beneficios físicos, estas actividades fomentan la autonomía personal y la participación activa en la vida cotidiana, lo que contribuye a una mejor salud integral y mayor bienestar emocional.

Actividad No 2

Fecha:12/06/2025

Nombre de la Actividad: Fortaleciendo la vida

Objetivo de la Actividad: Promover y aumentar fuerza muscular en estructuras de tren superior (hombros, codos, muñecas, dedos y antebrazo) por un tiempo de 20 minutos

Descripción de la actividad: Con ayuda de aros las personas mayores realizaron ejercicios libres - asistidos en posición sedente o bípeda según estado físico, realizando 2 series de 10 repeticiones por cada ejercicio dirigido por el terapeuta y al mismo tiempo ejercicios respiratorios para favorecer resistencia y lograr culminar la actividad satisfactoriamente.

Pabellón: Madre Marcelina

No. De participantes: 20

Resultados: Se logró que los participantes aumentaron su fuerza muscular con el paso a paso de cada ejercicio, demostrando durante su ejecución, cansancio o fatiga, por lo cual se implementó la realización conjunta de los ejercicios respiratorios pertinentes y continuaron la ejecución del mismo logrando así finalizar las series correspondientes de 2 series con 10 repeticiones. Esta actividad tuvo una duración de 20 minutos.

4.2 Componente de nutrición

La nutrición en el adulto mayor es esencial para mantener su salud y bienestar, donde es importante tener presente componentes claves en la nutrición en esta etapa de la vida como el consumo de Macronutrientes: carbohidratos, proteínas, grasas saludables y los Micronutrientes: Vitaminas y minerales.

Los cambios en el sentido del gusto y olfato, problemas dentales o digestivos pueden afectar la ingesta de alimentos, por lo que es importante adaptar las dietas a estas necesidades y para esto es fundamental poder fomentar una alimentación equilibrada y variada es esencial para ayudar a los adultos mayores a mantener su salud física y mental. Además, involucrarse en la planificación y preparación de comidas puede ser beneficioso tanto emocional como socialmente.

Acompañamientos nutricionales

El acompañamiento nutricional en el adulto mayor es un proceso fundamental para asegurar que esta población mantenga una buena salud y calidad de vida, seguidamente se realizó acompañamiento a 6 residentes durante este mes con diagnóstico de PESO INSUFICIENTE 2 personas mayores, DESNUTRICIÓN MODERADA 2 DESNUTRICIÓN SEVERA 1, NORMAL 0 , SOBREPESO 1; la población de personas mayores con estado de malnutrición o desnutrición en el centro de bienestar recibe complementación nutricional formulada por profesional en nutrición que realiza seguimiento a través de EPS a la que está afiliado la persona mayor.

Aprovechamiento de raciones

El aprovechamiento de raciones refiere a la manera en que los alimentos preparados y servidos son consumidos por los residentes, asegurando que no haya desperdicio y que se aproveche al máximo el valor nutricional de cada porción, esta herramienta vigila la variación de las preparaciones y su presentación de los alimentos; con los marcadores de sabor, color, textura, presentación tomando en cuenta las sugerencias que las personas mayores aportan a la mejora del aprovechamiento de éstas. Las raciones servidas en el presente mes son 6.580, raciones consumidas de 6.455

N

Diseño del ciclo de minutas

El ciclo de minutas es un plan estructurado que organiza y programa los menús de alimentación en un periodo determinado, generalmente semanal o mensual. Su objetivo principal es garantizar una alimentación equilibrada, variada y adecuada a las necesidades nutricionales en el Asilo San Antonio.

El ciclo de minutas abarca las siguientes características:

1. Duración: Suele abarcar varias semanas (por ejemplo, 4 semanas), permitiendo la rotación de alimentos y recetas.

2. Variedad: Incluye diferentes opciones para cada comida (desayuno, almuerzo y cena) para evitar la monotonía y asegurar el consumo de una amplia gama de nutrientes.

3. Planificación: Considera las necesidades dietéticas específicas de los usuarios, así como factores estacionales y culturales.

4. Evaluación: Permite realizar ajustes basados en la aceptación y preferencias del grupo al que se sirve.

5. Documentación: Se registra el ciclo para facilitar la organización y la gestión del servicio de alimentación.

La aceptación de los menús por parte de los beneficiarios es un componente clave en la evaluación de la calidad y efectividad de los programas de alimentación dirigidos a personas mayores. Para medir el nivel de aceptación, se utilizan herramientas como encuestas de satisfacción, observaciones directas durante los tiempos de comida, involucrar a los beneficiarios en el diseño y mejora de los menús promueve un sentido de pertenencia y aumenta la adherencia al programa alimentario, la incorporación de preparaciones tradicionales y preferidas, respetando hábitos alimentarios, costumbres culturales y restricciones

médicas. Una mayor aceptación del menú tiene una relación directa con una mejor ingesta de alimentos, lo que se traduce en un mejor estado nutricional.

Al finalizar compartimos la minuta establecida durante el mes de junio

SEMANA 1							
TIEMPO DE COMIDA	SABADO 31	DOMINGO 1	LUNES 2	MARTES 3	MIERCOLES 4	JUEVES 5	VIERNES 6
DESAYUNO	CAFÉ CON LECHE BOLLO CON HUEVOS PERICO	CAFE CON LECHE GUINEO VERDE CON SUERO	CAFE CON LECHE YUCA CON HUEVOS	CAFÉ CON LECHE AHUYAMA HUEVOS CON ESPINACA	CAFE CON LECHE PANCAKES CON QUESO	CAFE CON LECHE ÑAME HUEVOS COCIDOS	CAFÉ CON LECHE MADURO AL VAPOR HUEVOS PERICOS
MERIENDA	YOGURT CON CEREAL	REFRESCO GALLETA	FRUTA EN PORCION	BATIDO DE BANANO	GELATINA	GALLETA TIPO SADWICH	REFRESCO INSTANTANEO GALLETA DE SODA
ALMUERZO	SOPA DE VERDURAS ALBONDIGAS DE CARNE MOLIDA ARROZ DE FIDEO ENSALADA DE BOCOLI JUGO DE FRUTA	CREMA DE VERDURAS ARROZ DE SARDINA CON PAPAS A LA FRANCESA	SOPAS DE AVENA CON VERDURAS ARROZ DE PAPA RALLADA GOULASH DE CERDO ENSALADA DE LECHUGA TOMATE Y CEBOLLA JUGO DE FRUTA	SOPAS DE CUCHUCU ARROZ DE CEBOLLA CARAMELIZADA FILETE DE PESCADO TAJADAS DE PLATANO ENSALADA VERDE	SOPAS DE VERDURAS CARNE DESMECHADA ARROZ DE PIMENTON ENSALADA LECHUGA, ZANAHORIA RALLADA TOMATE JUGO DE FRUTA	SOPA DE MONDONGO ARROZ BLANCO BANANO JUGO DE FRUTA	SOPAS DE ARRACACHA POLLO A LA JARDINERA ARROZ DE ZANAHORIA ENSALADA DE AGUACATE PEPINO, TOMATE Y CEBOLLA JUGO DE FRUTA
MERIENDA	MEREINDA DONADA	FRUTA EN PORCION	GALLETA	FRUTA EN PORCION	GALLETA TIPO WAFER	GELATINA	FRUTA EN PORCION
CENA	CAFÉ CON LECHE PASTAS CON POLLO	CAFÉ CON LECHE SADWICH CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE AREPAS DE CHOCLO	CAFÉ CON LECHE AREPA DE ANIS PORCION DE QUESO	CAFÉ CON LECHE CALDO DE ALITAS DE POLLO CON AREPA ASADA	CAFÉ CON LECHE CREPES DE QESO Y ESPINACA	CAFÉ CON LECHE AREPAS DE ANIS PORCION DE QUESO

SEMANA 2							
TIEMPO DE COMIDA	SABADO 7	DOMINGO 8	LUNES 9	MARTES 10	MIERCOLES 11	JUEVES 12	VIERNES 13
DESAYUNO	CAFE CON LECHE BOLLO LIMPIO PORCION DE QUESO	CAFE CON LECHE OMELETTE DE HUEVO PAN TAJADO	CAFE CON LECHE AHUYAMA PORCION DE QUESO	CAFE CON LECHE PANCAKE HUEVO BATIDOS	CAFE CON LECHE AREPA ASADA PORCION DE QUESO	CAFÉ CON LECHE YUCA AL VAPOR HUEVOS PERICOS	CAFÉ CON LECHE AREPA ASADA PORCION DE QUESO
MERIENDA	GELATINA	PORCION DE FRUTA	NATILLA	REFRESCO DE AVENA	FRUTA EN PORCION	GELATINA	GALLETAS TIPO LECHE
ALMUERZO	CREMA DE ZANAHORIA ARROZ CON POLLO TAJADAS DE PLATANO MADURO JUGO DE FRUTA	GOULAS DE RES CON PIMENTON ARROZ MORENO ENSALADA TIPO RUSA JUGO DE FRUTA	SOPAS DE VERDURAS CROQUETAS DE ATUN ARROZ DE FIDEO ENSALADA BATAVIA, PIÑA, ZANAHORIA JUGO DE FRUTA	CREMA DE ESPINACA POLLO A LA NARANJA ARROZ DE FIDEO CON PEDACITOS DE PIMENTON VERDE JUGO DE FRUTA	SOPA DE VERDURAS PESCADO APANADO ARROZ DE FIDEOS ENSALADA JUGO DE FRUTA	SOPAS DE VERDURAS CARNE MOLIDA CON PAPA CRIOLLA ARROZ BLANCO ENSALDA PEPINO, TOMATE Y CEBOLLA EN DADOS JUGO DE FRUTA	SANCOCHO DE MONDONGO ARROZ BLANCO JUGO DE FRUTA
MERIENDA	FRUTA	GALLETA	FRUTA	FRUTA ENTERA	GALLETAS	TE CON GALLETAS DE SODA	FRUTA
CENA	CAFÉ CON LECHE PLATANO MADURO CON QUESO	CAFÉ CON LEHCE PETO DE MAIZ PORCION DE QUESO	CAFÉ CON LECHE PUE DE PAPA PECHUGA ASADA	CAFÉ CON LECHE AREPAS DE APLATANO MADURO CON RELLENO DE QUESO	CAFÉ CON LECHE EMPANADA DE CARNE	CAFE CON LECHE PURE DE PAPA CON POLLO DESMECHADO SALTEADO	CAFÉ CON LECHE PASTAS TIPO MACARRON CON POLLO

Asilo de San Antonio

"Recibid al pobre con una sonrisa" M.M.

N

SEMANA 3							
TIEMPO DE COMIDA	SABADO 14	DOMINGO 15	LUNES 16	MARTES 17	MIERCOLES 18	JUEVES 19	VIERNES 20
DESAYUNO	CAFÉ CON LECHE TORTILLA DE AVENA (QUESADILLA CON QUESO) FRUTA	CAFÉ CON LECHE ÑAME HUEVOS PERICOS	CAFÉ CON LECHE YUCA PORCIÓN DE QUESO	CAFÉ CON LECHE AHUYAMA HUEVOS REVUELTOS	CAFE CON LECHE AREPA ASADA HUEVOS CON JAMON	CAFÉ CON LECHE PANCAKE HUEVO COCIDO	CAFE CON BOLLO HUEVOS PERICOS
MEDIAS NUEVES	GELATINA LIGHT	FRUTA EN PORCION	FRUTA EN PORCION	PAPILLA DE PERA	TORTA DE ZANAHORIA	BOLIS DE FRUTA	BATIDO DE BANANO
ALMUERZO	SOPAS DE VERDURAS CARNE MOLIDA FRIJOL ANTIOQUEÑOS ARROZ BLANCO ENSALDA LECHUGA, AGUACATE Y CILANTRO JUGO DE MARACUYA	SANCOCHO CON CERDO Y POLLO ARROZ BLANCO ENSLADA TOMATE LECHUCHA CEBOLLA JUGO DE FRUTA	SOPAS DE POLLO POLLO DESMECHADO ARROZ DE PIMENTON ENSALDA DE TOMATE, PEPINO, CEBOLLA TAJADA DE GUINEO VERDE JUGO DE FRUTA	SOPAS DE VERDURAS GUISADO DE CERDO ESTILO ORIENTAL ARROZ BLANCO TAJADAS DE PLATANO MADURO JUGO DE FRUTA	SOPAS DE VERDURAS ARROZ BLANCO ATUN CON VERDURAS TAJADA DE GUINEO VERDE JUGO DE FRUTA	SOPAS DE VERDURAS ALBONDIGAS DE POLLO CON VERDURAS YUCA COCIDA ENSALADA DE AGUCATE JUGO DE FRUTA	CONSOME DE POLLO PERNIL DE POLLO EN SALSA DE PIMENTON ARROZ DE VERDURA JUGO TIPO NECTAR
MERIENDA	FRUTA	FRUTA EN PORCION	GALLETAS INTEGRALES	FRUTA EN PORCIÓN	GALLETA TIPO LECHE	FRUTA EN PORCION	FLAN
CENA	PLATANO ASADO PECHUGA CON VEGETALES SALTEADOS AGUA PANELA CALIENTE	CAFÉ CON LECHE CREPES DE POLLO	CAFÉ CON LECHE TORTAS DE PAPA GRATINADA	CAFÉ CON LECHE PLATANO COCIDO CON HUEVO	CAFE CON LECHE SANDWICH CON JAMON Y QUESO	CAFE CON LECHE EMPANADAS DE CARNE	CAFÉ CON LECHE AREPA DE MAIZ AHOGADO DE TOMATE Y CEBOLLA

Asilo de San Antonio

"Recibid al pobre con una sonrisa" M.M.

N

SEMANA 4							
TIEMPO DE COMIDA	SABADO 21	DOMINGO 22	LUNES 23	MARTES 24	MIERCOLES 25	JUEVES 26	VIERNES 27
DESAYUNO	CAFE CON LECHE GUINEO VERDE HUEVOS BATIDOS	CAFE CON LECHE ÑAME QUESO	CAFE CON LECHE AHUYAMA HUEVOS PERICOS	CAFE CON LECHE BOLLO PORCION DE QUESO	CAFÉ CON LECHE PANCAKE PORCION DE QUESO	CAFE CON LECHE YUCA AL VAPOR PORCIÓN DE QUESO	CAFE CON LECHE ÑAME HUEVOS PERICOS
MEREINDA	FRUTA EN PORCION	GALLETA TIPO LECHE	YOGURT + CEREAL	PORCIÓN DE FRUTA	REFRESCO DE AVENA	GALLETA TIPO CRAKER	YOGURT
ALMUERZO	CREMA DE ZANAHORIA GOULAS DE CERDO ARROZ DE FIDEOS TAJADA DE PLATANO MADURO JUGO DE FRUTA	CONSOME DE POLLO ARROZ TRIFASICO PAPAS A LA FRANCESA JUGO DE FRUTA	SOPAS DE VERDURAS CARNE PARA ASAR ARROZ VERDE TAJADA DE GUINEO VERDE JUGO DE FRUTA	CREMA DE AHUYAMA PECHUGA CON SALSA DE CHAMAPIÑONES ARROZ DE PIMENTON ENSALDA DE PEPINO Y TOMATE JUGO DE FRUTA	SOPAS DE ARRACACHA PESCADO APANADO ARROZ DE ZANAHORIA ENSALADA DE LECHUGA, PIÑA UVAS PASAS, CEBOLLA JUGO DE FRUTA	SOPA DE VERDURA CARNE DESMECHADA ARROZ BLANCO VERDURAS SALTEADAS BANANO JUGO DE FRUTA	SOPAS DE VERDURAS ARROZ CON POLLO TAJADA DE AGUACATE PAN TAJADO
MERIENDA	FRUTA	TE + GALLETA	BANANO	GELATINA	FRUTA EN PORCIÓN	SORBETE DE GUAYABA	GALLETA
CENA	CAFÉ CON LECHE PASTAS TIPO CONCHITA CON QUESO	CAFÉ CON LEHCE SANDWICH DE QUESO	CAFÉ CON LECHE CREPES RELLENOS DE POLLO	ENSALADA FRIA CON PECHUGA + CAFÉ CON LECHE	CAFÉ CON LECHE AREPAS DE PLATANO MADURO CON QUESO	CAFE CON LECHE PLATANO COCIDO HUEVO	CAFÉ CON LECHE ENPANADAS DE QUESO

SEMANA 5				
TIEMPO DE COMIDA	SABADO 27	DOMINGO 28	LUNES 29	MARTES 30
DESAYUNO	CAFE CON LECHE AUYAMA AL VAPOR HUEVOS CON ESPINACA	CAFE CON LECHE PLATANO MADURO PORCION DE QUESO	CAFE CON LECHE GUINEO VERDE COCIDO HUEVOS PERICOS	CAFE CON LECHE NAME AL VAPOR HUEVOS CON ESPINACA
MEDIAS NUEVES	FRUTA EN PORCION	YOGUR	REFRESCO DE GALLETA CREMOSO	JUGO DE COROZO GALLETA DE PUNTO ROJO
ALMUERZO	SOPAS DE VERDURAS CARNE MOLIDA CON PIMENTON ROJO FRIJOL ZARAGOZA GUISADO ARROZ BLANCO ENSALADA DE BROCOLI TOMATE MAIZ TIERNO JUGO DE FRUTA	SOPAS DE AVENA CON VERDURAS PECHUGA ASADA ARROZ BLANCO ENSALADA DE REMOLACHA TOMATE Y CEBOLLA JUGO DE FRUTA	SOPA DE VERDURAS ALBONDIGAS DE CARNE ARROZ DE PAPA RALLADA ENSALADA ZANAHORIA, LECHUGA, TOMATE JUGO DE FRUTA	SOPAS DE VERDURAS HAMBURGUESA DE RES LENTEJAS GUISADAS ARROZ BLANCO JUGO DE FRUTA
MERIENDA	GALLETA TIPO LECHE	FRUTA EN PORCION	GELATINA	FRUTA EN PORCION
CENA	CAFÉ CON LEHCE PASTAS CON QUESO Y JAMON	CAFE CON LECHE PAPAS RELLENAS	CAFE CON LECHE AREPAS DE PLATANO MADURO	CAFE CON LECHE PURE DE PAPA CON QUESO RALLADO

Seguimiento al ciclo de minutas

El seguimiento del ciclo de minutas es una parte crucial en la gestión del servicio de alimentación, ya que permite evaluar la efectividad del plan de alimentación y hacer ajustes necesarios para mejorar la calidad de las comidas ofrecidas.

Donde es esencial tener presente los siguientes aspectos _

1. Registro de Consumo: Llevar un registro diario de las comidas servidas y la cantidad de alimentos consumidos por los residentes. Esto ayuda a identificar qué platos son más populares y cuáles pueden necesitar ajustes.

2. Evaluación de Aceptación: Realizar encuestas de satisfacción con los residentes para obtener retroalimentación sobre los menús. Preguntar sobre la presentación, el sabor y la variedad de los platos.

Observar las reacciones durante las comidas para evaluar si hay desinterés o rechazo hacia ciertos alimentos.

3. Ajustes en el menú: Basado en la información recopilada con base a encuestas de satisfacción para el análisis de la minuta con el fin de hacer modificaciones en el menú para aumentar la aceptación identificando preferencias y desagrados , evaluando la presentación de los platos con el fin de mejorar el balance nutricional. Esto puede incluir cambiar ingredientes, ajustar recetas o introducir nuevos platos.

5. Taller formativo nutricional dirigido al personal manipulador de alimentos : Proporcionar formación continua al personal de cocina sobre métodos de cocción , almacenamiento de los alimentos según los peps , presentación de platos y manejo adecuado de los alimentos, lo que puede impactar positivamente en la calidad del servicio.

6. Monitoreo de Costos: Realizar un seguimiento del costo de los ingredientes utilizados en el ciclo de minutas para asegurar que se mantenga dentro del presupuesto sin comprometer la calidad nutricional.

7. Informe Final: Al finalizar el ciclo, elaborar un informe que incluya los resultados del seguimiento, las evaluaciones realizadas y las recomendaciones para el próximo ciclo. Este informe puede ser útil para planificar futuros menú

Aceptación de los menús por parte de los beneficiarios

La aceptación de menús por parte de los beneficiarios es un aspecto fundamental en el servicio de alimentación, ya que afecta tanto la satisfacción de los residentes como la efectividad del programa nutricional.

- Variedad y Opciones: Ofrecer una variedad de platos puede atraer a diferentes gustos y preferencias.
- Calidad de los Ingredientes: La frescura y calidad de los ingredientes utilizados son fundamentales:

- Presentación: La forma en que se presentan los platos puede influir en la percepción del menú. Un emplatado atractivo puede hacer que un plato sea más apetecible.
- Tendencias Alimentarias: Adaptarse a las tendencias actuales (como el uso de superalimentos, cocina saludable, etc.) puede aumentar la aceptación del menú.

Una mayor aceptación del menú tiene una relación directa con una mejor ingesta de alimentos, lo que se traduce en un mejor estado nutricional. Se aplican 5

encuestas de satisfacción a personas mayores con poco deterioro cognitivo, las cuales arrojan una aceptación del menú del 98%.

Taller nutricional a los beneficiarios

Actividad No1

Nombre de la Actividad: ¡A COCINAR!

Objetivo de la Actividad: Estimular a través del juego la creación de una receta

Descripción: La actividad comenzó con una breve introducción sobre la importancia de la cocina como forma de expresión cultural y personal se dio a conocer lo esencial de recibir todos los alimentos adecuados en la persona mayor ya que es fundamental para mantener su salud y bienestar.

Se formaron grupos pequeños para fomentar el trabajo en equipo, donde cada grupo tenía el desafío de crear una receta original utilizando platos de papel laminado con módulos de alimentos creando cada grupo un tiempo de comida de desayuno, almuerzo y cena

Los participantes discutieron sobre sus platos favoritos y los ingredientes que les gustaría usar. Al finalizar, cada grupo presentó su receta al resto de los asistentes, explicando por qué eligieron esos ingredientes y la historia detrás del plato

Número de participantes: 13

Resultados:

- Creación de recetas que serán implementadas en las próximas minutas
- Incluir alimentos nuevos que a la mayor parte le gustaría incluir en sus comidas
- Seguir realizando estas actividades junto con encuestas de satisfacción para hacer cambios de preparaciones constantes que sean agradables para las residentes .
- - Las residentes mostraron un alto nivel de participación e interés durante toda la actividad.
- - Hubo un notable ambiente de camaradería y risas, lo que contribuyó al bienestar emocional del grupo

Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos

Por medio de la formación continua se mejoran los procesos para la elaboración de los alimentos, garantizamos el uso racional de los insumos y asegurando la calidad del servicio con la elaboración de un producto inocuo.

Actividad No1

Nombre de la Actividad: Formas correctas e incorrectas de tomar los utensilios al momento de servir los alimentos

Objetivo de la Actividad: Reforzar al personal manipulador de alimentos sobre las técnicas adecuadas de cómo servir los alimentos adecuadamente

Descripción de la actividad:

La actividad se llevó a cabo con el personal manipulador de alimentos donde se les dio la bienvenida y se abordó sobre el tema de las formas correctas e incorrectas de tomar los utensilios en el servicio de alimentación, dando a conocer sobre la correcta estandarización que se debe llevar a cabo con los utensilios incluyendo balanzas , tazas medidoras , cucharas entre otros con el fin de controlar costos y porciones a través de recetas estandarizadas mejorando la eficiencia en el servicio y minimizando el desperdicio .

Al finalizar el personal manipulador de alimentos demuestra que se encuentra capacitado para crear y aplicar recetas estandarizadas que aseguren calidad constante , controlen costos y faciliten la capacitación a un personal nuevo .

Número de participantes : 4

Resultados:

Los participantes participaron activamente donde se dio a conocer

1. Formas Correctas de Uso:

- Uso Adecuado: El 85% de los participantes utilizó correctamente los utensilios según su función.

- Manejo Higiénico: Se observó que el 90% utilizó los utensilios sin tocarlos con las manos, demostrando buenas prácticas de higiene.

- Higiene: Un 10% tocó los utensilios con las manos antes de usarlos, lo que indica una falta de atención a las prácticas higiénicas.

Conclusiones

- La mayoría de los participantes mostró un buen conocimiento sobre el uso correcto de utensilios.
- Se identificaron áreas específicas para mejorar, especialmente en la identificación del utensilio adecuado y la técnica correcta.
- Se recomienda realizar sesiones adicionales para reforzar estos aprendizajes y asegurar que todos los manipuladores comprendan la importancia del uso correcto e higiénico de los utensilios.

4.3 Componente de salud mental

El componente de salud mental, está orientado a fortalecer el bienestar emocional, prevenir el deterioro psicológico y promover una actitud positiva frente al envejecimiento. A través de intervenciones individuales y grupales, se abordan aspectos como la depresión, la ansiedad, la autoestima, el duelo y la adaptación a cambios propios de la vejez. Este componente busca acompañar a la persona mayor en la construcción de un sentido de vida activo, ayudándole a expresar sus emociones, reconocer sus recursos internos y mejorar su calidad de vida.

Acompañamiento psicosocial

El acompañamiento psicosocial es un proceso integral que articula el apoyo emocional y social para fortalecer el bienestar general de la persona mayor. A través de espacios de escucha activa, contención y orientación, se busca que cada residente pueda afrontar de manera más adaptativa sus dificultades, establecer vínculos positivos con su entorno y desarrollar estrategias personales para afrontar los retos del envejecimiento.

En el presente mes se realizaron 5 atenciones psicosociales.

Proceso de adaptación a los beneficiarios

El proceso de adaptación está enfocado en acompañar a las personas mayores durante su ingreso y primeros días en la institución, facilitando una transición efectiva, comprensiva y respetuosa hacia la nueva etapa institucional. Este proceso busca reducir el impacto emocional que genera el cambio de entorno, brindando un entorno seguro y contenedor desde el primer momento. Aporta en la construcción de vínculos con el equipo interdisciplinario, los demás residentes y con la rutina diaria, promoviendo que la persona mayor se sienta acogida, reconocida y progresivamente integrada a la vida institucional, lo que influye positivamente en su bienestar emocional y su estabilidad conductual.

En el presente periodo se realizaron 3 atenciones orientadas al proceso de adaptación.

Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva

Los talleres de promoción y/o las actividades de estimulación cognitiva son fundamentales para mantener y potenciar las funciones mentales de las personas mayores, contribuyendo a preservar su autonomía, autoestima y calidad de vida. Estas intervenciones favorecen el ejercicio de habilidades como la atención, memoria, orientación, lenguaje, cálculo y funciones ejecutivas, al tiempo que estimulan la interacción social y la participación activa en entornos significativos.

Actividad No 1

Pabellón: salón de conferencias

Fecha: 4 junio 2025

Título: Cine foro "Recordar también es reír

Objetivo General: Promover el bienestar emocional y la interacción social de las personas mayores mediante una actividad lúdica y reflexiva centrada en la proyección de una película de comedia, generando un espacio de disfrute, memoria compartida y diálogo.

Descripción de la Actividad: Se realizó un cine foro con las personas mayores, en el que se proyectó una película de comedia seleccionada cuidadosamente por

su contenido amable, accesible y evocador de recuerdos positivos. La jornada incluyó una breve introducción al contexto de la película, seguida de la proyección en un ambiente cómodo y adaptado para garantizar la participación activa de todas las personas. Al finalizar, se desarrolló un espacio de conversación grupal donde los asistentes compartieron impresiones, recuerdos relacionados y reflexiones personales en torno a las escenas vistas. Esta dinámica favoreció la expresión emocional, el sentido del humor y el fortalecimiento del vínculo entre los participantes.

No. De participantes: 25

Resultados obtenidos: La actividad fue recibida con gran entusiasmo por parte de las personas mayores, quienes manifestaron alegría y se mostraron participativas durante toda la jornada. Se observaron expresiones espontáneas de risa, comentarios divertidos y una atmósfera general de bienestar. Además, durante el espacio de diálogo posterior, varias personas compartieron anécdotas personales relacionadas con situaciones similares a las presentadas en la película, lo cual evidenció la capacidad evocadora del cine como recurso terapéutico y su impacto positivo en el estado de ánimo y la cohesión grupal.

Proceso de acompañamiento a las personas mayores identificadas para ser reincorporadas a su red de apoyo.

El proceso de acompañamiento a personas mayores busca facilitar su reintegración segura y progresiva a su red de apoyo familiar o comunitario, mediante un enfoque interdisciplinario que incluye evaluación psicosocial, vinculación activa con sus familiares o cuidadores, seguimiento personalizado y fortalecimiento de entornos protectores, garantizando así su bienestar integral y autonomía dentro de un entorno familiar o social sostenible.

En este proceso se encontró, que los residentes institucionalizados en el CDB Asilo de San Antonio, no cuentan con red de apoyo, que les brinde seguridad y les garanticen sus derechos.

4.4 Aprovechamiento del tiempo y recreación

La recreación en adultos mayores es fundamental para su bienestar físico, mental y social, mejorando su calidad de vida y promoviendo un envejecimiento activo. Actividades recreativas ayudan a prevenir enfermedades, reducir el estrés, mejorar el estado de ánimo y fomentar la socialización., es por eso que en el Asilo De San Antonio propendemos por el aprovechamiento del tiempo y la recreación a través de la realización de diferentes actividades.

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

El aprovechamiento del tiempo a través de actividades artísticas y manualidades se presenta como una estrategia efectiva para fomentar el bienestar físico, mental y emocional de las personas mayores. Estas actividades no solo ofrecen una forma de recreación, sino que también estimulan la creatividad, mejoran las habilidades motoras y promueven la socialización. El tiempo dedicado a las manualidades también sirve como una herramienta para la memoria y la concentración, ayudando a mantener la mente activa y alerta. Al involucrarse en proyectos creativos, las personas mayores tienen la oportunidad de desconectarse de las preocupaciones diarias y disfrutar de momentos de relajación y satisfacción personal.

Actividad No 1

Pabellón: Ma. Auxiliadora y Madre Marcelina.
Nombre de la Actividad: Flores plegadas.

Objetivo de la Actividad: Mejorar la motricidad fina y la coordinación permitiendo mantener la agilidad en las manos, promover la creatividad, la relajación y la interacción social.

Descripción de la actividad: Para elaborar esta manualidad se inició con la selección de los materiales necesarios como papel iris en diferentes colores, tijeras, colbón. Una vez sentados cómodamente alrededor de las mesas para una mejor manipulación de los elementos, se les enseñó el diseño de la flor a realizar. Se fue explicando cada paso del diseño, facilitando el molde de las figuras corazón y círculo. Fueron cortando cada pieza sacando las 7 figuras de corazón y un círculo. Una vez cortados, se dobló por la mitad cada corazón y se llevó cada lateral al centro. Se continuó así, repitiendo estos pasos con cada pieza en forma de corazón. Se aplicó colbón en el vértice inferior de la parte posterior y se adhirieron al círculo, quedando unidos los elementos y conformada una flor. Se recortó un círculo más pequeño de otro color para pegarlo en el centro de la flor. Finalmente, las personas mayores pudieron exhibir las flores plegadas y en diferentes colores elaboradas por ellos mismos.

No. De participantes: 19

Resultados: Fue una actividad enriquecedora con resultados muy positivos. La manualidad de flores plegadas fue una actividad altamente beneficiosa para las personas mayores, tanto a nivel físico como emocional. A través de esta técnica, los participantes no solo desarrollaron habilidades motoras finas, sino que también contribuyeron a mejorar la concentración y la memoria, al tiempo que se fomenta la creatividad y la autoexpresión. Además, permitió un espacio para la socialización, para interactuar, para compartir experiencias y fortalecer vínculos, brindándoles una oportunidad para disfrutar de momentos de creatividad y conexión social. Estuvieron contentos al crear algo hermoso y útil. Las personas mayores expresaron su satisfacción y disfrute con la actividad, lo que contribuyó en su bienestar general.

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

Actividad No 1

Pabellón: Beneficiarios del programa CDB Asilo de San Antonio.

Nombre de la Actividad: Sopas de letras Marcelinistas

Objetivo de la Actividad: Disfrutar de un rato de esparcimiento mientras recordamos la vida y obra de nuestra fundadora la Madre Marcelina.

Descripción de la Actividad: Se reúnen todos los residentes en el salón Madre Marcelina y a través de la música y la lectura recordamos las enseñanzas dejadas por nuestra Madre Marcelina, en la semana donde celebramos su natalicio. Luego disfrutamos de un concurso de sopas de letras sobre los temas tratados en la actividad

Resultados: Las residentes pasaron un rato divertido y recordaron cosas de su juventud mientras leíamos los inicios de la congregación y la llegada de la Madre Marcelina a Barranquilla

4.5 Gestiones técnicas, administrativas y de acceso a servicios

En el centro de bienestar, el trabajador social desempeña un papel fundamental en la atención integral dirigida a las personas mayores, actuando como un puente entre los residentes, sus familiares lejanos y el personal del centro. Esta labor abarca desde el apoyo emocional y social hasta la gestión de necesidades, asegurando así el bienestar holístico de las personas mayores. Además, fomenta la comunicación efectiva entre todos los actores involucrados, promoviendo un entorno armónico y resolviendo conflictos para mejorar su calidad de vida.

Gestiones documentales requeridas por los beneficiarios

De acuerdo con los registros institucionales, el 100% de la población mayor bajo nuestro cuidado cuenta con documentación de identificación vigente y debidamente actualizada, lo que garantiza su pleno acceso a derechos, beneficios sociales y servicios de salud.

En el presente mes se gestionó y se brindó acompañamiento en el diligenciamiento de la entrega de renovación de SC2.

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

Los trámites y la documentación gestionados por la institución tienen como objetivo garantizar la protección integral de las personas mayores, asegurando el cumplimiento de sus derechos mediante procesos claros, transparentes y ajustados a la normativa vigente.

En el presente mes se realizaron 44 gestiones ante EPS, pertinente a cada residente.

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

Actividad No 1

Nombre de la Actividad: Humanización en el trato al adulto mayor

Objetivo de la Actividad: Concientizar al personal sobre la importancia del buen trato.

Descripción de la actividad: Se reúne todo el personal de enfermería y se les socializa el tema de humanización y se hacen preguntas y se cuentan experiencias del día a día de ellos con nuestras residentes. Luego se hizo un juego de roles donde los enfermeros pasaron a ser cuidados y no cuidadores.

Resultados: los enfermeros recibieron información clave sobre el buen trato y se sintieron muy a gusto con la actividad.

Cierre de expedientes

Durante el mes de junio fallecen la residente ELSA BARRIOS y HELENA BARCENAS, luego de que el médico tratante dictamina la muerte de la residente, la jefe de enfermeras hace nota de enfermería en el software indicando el fallecimiento. Luego esa nota de enfermería es impresa y se adjunta al expediente físico, asi mismo se adjunta el certificado de defuncion y toda esa documentación física se lleva a la secretaría general para depositarla en el archivo muerto de la institución

y en el software se realiza el cierre del expediente quedando inactivo en el sistema.

6. Avances y resultados de la ejecución

SEGUIMIENTO AL PLAN DE TRABAJO										
ACTIVIDAD	INDICADOR	META	AVANCE	MESES DE EJECUCIÓN					RESPONSABLE	EVIDENCIAS
				ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOS		
VALORACIONES										
Valoración Inicial Medicina	Valoraciones iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	100%	100%	100%	N/A	100%			Médico	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos
Tamizaje Inicial	Tamizajes iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	100%	100%	100%	N/A	100%			Nutricionista	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos
Valoración inicial nutricional	Valoraciones iniciales nutricional realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	100%	100%	100%	N/A	100%			Nutricionista	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos
Valoración inicial psicología	Valoraciones iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	100%	100%	100%	N/A	100%			Psicología	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos
Valoración inicial fisioterapia	% de valoraciones iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	100%	100%	100%	100%	100%			Fisioterapeuta	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos

Valoración final Medicina	% de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	90%	0%	0%	0%	0%			Medico	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos.
Tamizaje final	% de tamizaje final realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	0%	0%	0%	0%			Nutricionista	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos.
Valoración final nutricional	% de valoraciones nutricional finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	0%	0%	0%	0%			Nutricionista	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos.
Valoración final psicología	% de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	0%	0%	0%	0%			Psicóloga	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos.
Valoración final fisioterapia	% de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	0%	0%	0%	0%			Fisioterapeuta	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos.
SALUD FISICA Y FUNCIONALIDAD										
Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad – Medicina	No de talleres realizados	5	3	1	1	1			Medicina	Cronograma de actividades listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Actividades de enfermería	% de cuidados dispensados a los beneficiarios que lo requieren	100%	100%	100%	100%	100%			Enfermería	Kardex, registros de tomas de signos vitales, curaciones, y glucometría
Formaciones en autocuidado e higiene personal de la persona mayor	No. de formaciones realizadas a los beneficiarios	4	2	1	0	1			Enfermería	Cronograma de actividades listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Formación en primeros auxilios a los beneficiarios	No. de formaciones realizadas a los beneficiarios	4	2	0	1	1			Enfermería	Cronograma de actividades listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Rutinas grupales de acondicionamiento físico	No. de rutinas realizadas	4	2	1	0	1			Fisioterapeuta	Cronograma de actividades listados de asistencia, evidencias fotográficas.

Pausas Activas	No. de pausas activas realizadas	120	60	20	20	20			Fisioterapeuta	Listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad	No. de actividades realizadas	4	2	1	0	1			Fisioterapeuta	Cronograma de actividades listados de asistencia, evidencias fotográficas.
NUTRICIÓN										
Acompañamientos nutricionales a las personas mayores con malnutrición o desnutrición	% de acompañamientos	100%	100%	100%	100%	100%			Nutricionista	Formato de seguimiento, registros fotográficos, bases de datos
Diseño de minutas	No. de ciclo de minutas	3	2	1	0	1			Nutricionista	Actas de reunión, minuta patrón, ciclo de minutas
Seguimiento ciclo de minutas	No. de reuniones	3	2	1	0	1			Nutricionista	Acta de reuniones y encuestas de satisfacción
Aceptación de los menús por parte de los residentes	% de aceptación de menús	95%	96%	95%	95%	98%			Nutricionista	Encuestas de satisfacción, registros fotográficos
Talleres nutricionales a los beneficiarios	No. talleres realizados	4	2	1	0	1			Nutricionista	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos	No. de talleres realizados	4	2	0	1	1			Nutricionista	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
SALUD MENTAL										
Acompañamiento psicosocial de oficio a la persona mayor que lo requiera	% de acompañamientos realizados	100%	100%	100%	100%	100%			Psicóloga	Expediente, actas, registros fotográficos
Proceso de adaptación a los beneficiarios	% de personas de adaptación contemplados	100%	100%	100%	100%	100%			Psicología	Expediente o expediente de la persona mayor, acta, registros fotográficos
Talleres y/o actividades de promoción de la salud mental	No. de actividades y/o talleres realizados	4	2	1	0	1			Psicología	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva	No. de actividades y/o talleres realizados	4	2	0	1	1			Psicología	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
Acompañamiento a la reincorporación al núcleo familiar o red de apoyo	% de acompañamientos de reincorporación realizadas	100%	100%	100%	100%	100%			Trabajo Social	Expediente de visitas, entrevistas con familiares o miembros de la red de apoyo
APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO Y RECREACIÓN										
Actividades artísticas y manualidades para el aprovechamiento del tiempo que promuevan el envejecimiento activo	No. actividades realizadas	5	3	1	1	1			Dirección Técnica	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos

Actividades recreativas y culturales realizadas dentro o fuera de las instalaciones que propenden por envejecimiento activo	No. actividades realizadas	5	3	1	1	1			Dirección Técnica	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
GESTIONES TÉCNICAS, ADMINISTRATIVAS Y DE ACCESO A LOS SERVICIOS										
Gestiones documentales requeridas por los beneficiarios	% de gestiones documentales requeridas realizadas	100%	100%	100%	100%	100%			Dirección Técnica	Correos, archivo personal de la persona mayor, actas de reuniones
Gestión ante las EPS e IPS para garantizar el derecho a la salud	% de gestiones requeridas	100%	100%	100%	100%	100%			Dirección Técnica	Correos, citas gestionadas, ordenes medicas
Capacitación al Talento Humano sobre prevención al maltrato y cuidados de la persona mayor	No. de actividades realizadas	5	3	1	1	1			Dirección Técnica	Plan de capacitaciones, lista de asistencia
Proceso sistemático de almacenamiento físico y/o digital y organización de los documentos por cada beneficiario	El Archivo Físico y Digital de las Personas Mayores Actualizado.	100%	100%	100%	100%	100%			Dirección Técnica	Expediente o expediente de la persona mayor, acta, registros fotográficos
Proceso de documentación de las personas mayores egresadas del proyecto	Cierre de Expedientes	100%	100%	100%	100%	100%			Dirección Técnica	Expediente o expediente de la persona mayor, acta, registros fotográficos

7.-Anexo fotográfico

Componente: Valoraciones iniciales
Actividad: Valoración inicial por fisioterapia
Registro Fotográfico 

Componente: Salud física y funcionalidad
Actividad: Talleres de promoción de la salud y prevención de la enfermedad - Medicina  

Componente: Salud física y funcionalidad
Actividad: Actividades de enfermería


Componente: Salud física y funcionalidad
Actividad: Formación en primeros auxilios
 

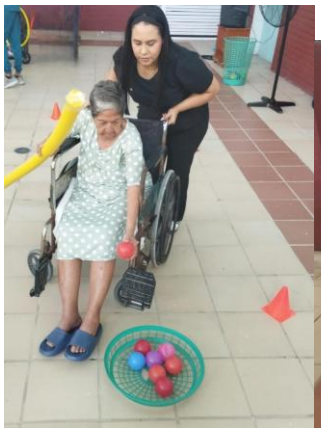
Salud física y funcionalidad
Actividad: Taller de autocuidados





Componente: Salud física y funcionalidad
Actividad: Pausas activas
Registro Fotográfico



Componente: Salud física y funcionalidad
Actividad: Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad y el bienestar físico.
Registro Fotográfico  

Componente: Salud física y funcionalidad
Actividad: Rutina de Acondicionamiento Fisico
Registro Fotográfico 

Componente: Nutrición
Actividad: Taller nutricional a los beneficiarios.
Registro Fotográfico





Componente: Nutrición
Valoración inicial





Actividad: Taller formativo nutricional dirigido al personal manipulador de alimentos
Registro Fotográfico 

Componente: Salud mental
Actividad: acompañamiento psicosocial
Registro Fotográfico 

Valoración inicial por Psicología



Componente: Salud mental

Actividad: Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva

Registro Fotográfico





Componente: Aprovechamiento del tiempo y la recreación.

Actividad: Actividades artísticas y manualidades para el aprovechamiento del tiempo libre.

Registro Fotográfico







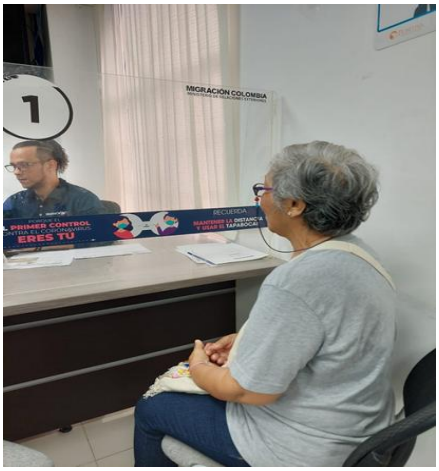
Componente: aprovechamiento del tiempo y la recreación.

Actividad: Actividades recreacionales y culturales realizadas dentro o fuera de las instalaciones.

Registro Fotográfico





Componente: Gestiones técnicas, administrativas y de acceso a servicios.
Actividad: Gestiones ante las EPS
Registro Fotográfico  Gestiones ante EPS  Gestión y acompañamiento a entrega de SC2

Componente: Gestiones técnicas, administrativas y de acceso a servicios.

Registro Fotográfico





Actividad: Capacitación al talento humano.