INFORME TÉCNICO

GESTIÓN SOCIAL – PROYECTO CENTROS DE BIENESTAR

FUNDACIÓN ANA DELIA

JUNIO

VIGENCIA 2025

INTRODUCCIÓN

El presente informe da cuenta de las acciones realizadas durante el periodo de gestión en beneficio de las personas mayores atendidas en la institución, bajo un enfoque de atención centrada en la persona. Este enfoque reconoce y valora la historia, necesidades, preferencias y capacidades de cada residente, promoviendo un trato digno, respetuoso y humano.

Las actividades fueron desarrolladas por un equipo interdisciplinario conformado por profesionales de enfermería, fisioterapia, psicología, quienes trabajaron de manera coordinada para brindar un acompañamiento integral. A través de actividades personalizadas y adaptadas a cada situación, se buscó fortalecer el bienestar físico, emocional y social de los residentes, mejorar su calidad de vida y favorecer su autonomía.

Este informe presenta los logros alcanzados, las acciones desarrolladas y los avances obtenidos durante el periodo, resaltando el compromiso del equipo en ofrecer una atención cálida, oportuna y centrada en las personas mayores.

BENEFICIARIOS

En el periodo actual, la institución ha brindado atención a un total de treinta y cuatro (34) personas mayores, todas ellas activas. De este grupo, veintisiete (27) son hombres y siete (7) mujeres. La atención se ha desarrollado bajo un enfoque interdisciplinario que integra servicios en las áreas de salud general, psicología, fisioterapia, salud física y trabajo social. Además, los adultos mayores disponen de dormitorios con baño privado, espacios para la recreación, acceso a servicios públicos y una alimentación adecuada, ajustada a sus condiciones físicas y mentales.

CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN

En el centro de bienestar se encuentra una población variada desde los aspectos de condición de discapacidad, condición de vulnerabilidad, etnias y género, lo cual se detalla en la información de la siguiente tabla:

CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN BENEFICIARIA					
VARIABLES		GENERO			
		HOMBRE	MUJER	TOTAL	%
Número de Beneficiarios		27	7	34	100%
En condición de discapacidad		27	7	34	100%
En condición de vulnerabilidad	Cabeza De Hogar	26	7	33	97%
	Víctimas De violencia De Género	0	0	0	0%
	Desplazados	0	0	0	0%
	Inmigrantes	1	0	0	3%
	Retornados de Venezuela	0	0	0	0%
Sisbén		15	4	19	56%
Red Unidos		0	0	0	0%
Etnia	Afrodescendientes	1	0	1	3%
	Palenque	0	0	0	0%
	Mujer Rural	0	0	0	0%
	Campesino/a	0	0	0	0%
	Rom	0	0	0	0%
	Indígena	0	0	0	0%
	Raizal	0	0	0	0%
Localidad	Riomar	0	0	0	0%
	Metropolitana	0	0	0	0%
	Suroccidente	0	0	0	0%
	Suroriente	0	0	0	0%
	Norte Centro Histórico	**27**	**7**	**34**	**100%**

Tabla N° 1. Caracterización de la población

COMPONENTE SALUD FÍSICA Y FUNCIONALIDAD

Durante el periodo de gestión, el componente de Salud Física y Funcionalidad desempeñó un papel fundamental en la promoción del bienestar integral de las personas mayores, mediante la implementación de actividades orientadas a la prevención, mantenimiento y recuperación de las capacidades físicas. Se realizaron rutinas de ejercicios dirigidos, sesiones de fisioterapia y actividades de movilidad que favorecen la autonomía, reducen el riesgo de caídas y fortalecen la independencia en las actividades de la vida diaria. La actividad física regular puede disminuir la progresión en la pérdida de la capacidad funcional y el deterioro de la salud del adulto mayor. El modelo de envejecimiento activo ha demostrado su efectividad para promover salud y la funcionalidad a través del aumento de los niveles de aptitud física. Este componente es importante para mejorar la calidad de vida de los beneficiarios, ya que permite identificar a tiempo alteraciones físicas, intervenir de manera oportuna y fomentar hábitos saludables que contribuyan a un envejecimiento activo y digno.

- **Actividades y cuidados de enfermería**

En el marco del enfoque de atención personalizada, se han implementado diversas acciones orientadas a promover el bienestar integral de las personas mayores, con especial atención a aspectos como la higiene, la alimentación y los cuidados básicos de salud. Se brindó apoyo en la higiene personal a dieciséis (16) residentes, se realizaron controles diarios de signos vitales a treinta y cuatro (34) usuarios, y se efectuó el monitoreo diario de los niveles de glucosa en un beneficiario.

Asimismo, se gestionó la entrega oportuna de tratamientos médicos a treinta y cuatro (34) personas mayores, garantizando el seguimiento adecuado de sus condiciones de salud y favoreciendo su calidad de vida. En cuanto a la atención de lesiones, se realizaron curaciones a cinco (5) residentes, aplicando protocolos estrictos de limpieza y desinfección; tres (3) de estos procedimientos fueron ejecutados por personal especializado del programa de atención domiciliaria y de la clínica de heridas de la EPS correspondiente.

También se prestó apoyo en la movilidad a catorce (14) residentes con dificultades físicas, y se ofreció asistencia en la alimentación a cinco (5) personas. Se mantiene un control permanente de las citas médicas, tanto presenciales como virtuales, y de los trámites ante la EPS, incluyendo solicitudes de autorizaciones, reclamaciones de fórmulas médicas, suplementos nutricionales e insumos como pañales.

- **Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad**

Como parte de las actividades orientadas al bienestar integral de las personas mayores, se desarrollaron talleres de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, con el propósito de fortalecer hábitos de vida saludables, fomentar la autonomía y reducir riesgos asociados al envejecimiento. Los talleres se diseñaron de manera participativa y adaptada a las capacidades cognitivas y físicas de los residentes, promoviendo espacios de aprendizaje activo. Se realizó un taller con la temática sobre QUE ES UN ACCIDENTE CEREBRO VASCULAR.

Nombre de la actividad	Objetivos	Metodología	Resultados
Que es un accidente cerebro vascular	Informar a los adultos mayores sobre que es un accidente cerebro vascular, identificar los signos y síntomas temprano de un accidente cerebro vascular. Promover hábitos saludables para reducir el riesgo y enseñar cómo actuar de manera rápida y adecuada ante un caso.	Se realizó charla con carteles ilustrativos con imágenes alusivas al tema tratado.	Aumento del conocimiento sobre el tema, reconocimiento inmediato de signos de alerta mayor compromiso con los hábitos saludables

Tabla N° 2. Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad

- **Formaciones en autocuidado e higiene personal de la persona mayor**

Las jornadas de formación en autocuidado e higiene personal, dirigidas a las personas mayores, se realizan con el objetivo de fortalecer su capacidad para mantener hábitos saludables y prevenir enfermedades. Se desarrollan de manera didáctica, promoviendo la autonomía, el respeto por la dignidad y el manejo de su autocuidado diario. Se realizó una sesión de formación sobre LA IMPORTANCIA DE LA TOMA DE SIGNOS VITALES.

Nombre de la actividad	Objetivos	Metodología	Resultados
La importancia de la toma de signos vitales	Explicar qué son los signos vitales y porque son fundamentales para el monitoreo de la salud. Conciencien tizar a los adultos mayores sobre la necesidad de controlar regularmente sus signos vitales, fomentar el autocuidado y el seguimiento de controles médicos periódicos	Se realizó demostración de equipos y las funciones de cada uno de ellos	Mayor conocimiento por parte de los participantes sobre sus signos vitales, incremento de la disposición a participar en las tomas de signos vitales.

Tabla N° 3. Formaciones en autocuidado e higiene personal de la persona mayor

- **Formación en primeros auxilios a los beneficiarios**

Al adquirir conocimientos sobre autocuidado, higiene personal y primeros auxilios, los adultos mayores desarrollan mayor conciencia sobre la prevención de enfermedades, la atención oportuna de situaciones de riesgo y el mantenimiento de hábitos saludables. Además, estas actividades les permiten sentirse útiles, valorados y partícipes activos de su propio proceso de cuidado, lo que favorece su bienestar físico, emocional y social. Se realiza educación sobre.

Nombre de la actividad	Objetivos	Metodología	Resultados
Cómo actuar ante una caída	Informar sobre las causas más frecuentes de caída en personas mayores, enseñar cómo actuar de manera segura en caso de caídas tanto así mismo como a otra persona. Promover la prevención de caídas, fomentar el autocuidado y la conciencia.	Se realizó simulacro, de caída se le realizó breve explicación sobre la explicación sobre la importancia del tema.	Mayor conciencia de factores de riesgos que causan caídas, conocimiento práctico para actuar calma y seguro tras una caída. Reducción acciones incorrectas tras una caída, participación activa en la prevención. Mayor orden del entorno uso de ayudas técnicas

Tabla N° 4. Formaciones en primeros auxilios a los beneficiarios

- **Rutinas grupales de acondicionamiento físico**

Durante el actual periodo se llevaron a cabo rutinas grupales de acondicionamiento físico orientadas a promover la movilidad, el fortalecimiento muscular y el bienestar general de las personas mayores. Estas actividades, dirigidas por personal capacitado, incluyeron ejercicios de estiramiento, coordinación, equilibrio y resistencia adaptados a las capacidades funcionales de los participantes. Este tipo de rutinas son fundamentales para prevenir el deterioro físico, reducir el riesgo de caídas y contribuir al mantenimiento de la independencia en las actividades de la vida diaria., por esto en el presente mes realizamos tres (3) rutinas grupales donde realizan ejercicios

y también fortalecen las capacidades intergrupales. Dentro de este ítem se encuentra un acumulado de nueve (9) rutinas realizadas.

Nombre de la actividad	Objetivos	Metodología	Resultados
Circuitos con aros y balones	Activar todos los músculos del cuerpo, la propiocepción y coordinación.	La actividad consistió en colocar cinco aros en el suelo y la persona debe pasar por cada uno de los obstáculos con diferentes ejercicios utilizando el balón.	Algunos de los participantes tuvieron dificultad para mantener la pelota en lo fue lateralidad derecha e izquierda.
Liberar los músculos	Estirar los músculos superiores e inferiores con el fin de evitar rigidez y espasmos.	Consiste en hacer estiramiento dinámico logrando liberar toda tensión muscular, lo que a futuro conlleva a lesiones.	Las personas mayores lograron liberar tensión, algunas al hacerlo de pie y otros sentados.
Aprendamos a respirar	Activar y fortalecer los músculos de la caja torácica con el tiempo puede aumentar o disminuir la cantidad de aire que se exhala o inhala en cada ciclo respiratorio.	Con una cuerda y atado a un vaso, las personas mayores debían inhalar y llevar el aire hasta el otro extremo y luego exhalar.	Algunas personas mayores se le dificultó al ir en camino al otro extremo y soltaban el aire, algunos si pudieron realizarlo.

Tabla N° 5. Rutinas grupales de acondicionamiento físico

- **Pausas activas**

Las pausas activas consisten en movimientos breves que se incorporan durante momentos prolongados de reposo, con el fin de activar tanto todo el cuerpo como la mente, en el caso de las personas mayores, estas dinámicas resultan esenciales para evitar el estilo de vida sedentaria y aumentar la energía a lo largo del día. Se realizaron treinta (30) sesiones de pausas activas, las cuales se hicieron una (1) por día, se presenta un acumulado de noventa (90) pausas activas.

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

Como parte de las acciones para favorecer un envejecimiento activo, se implementaron actividades enfocadas en el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad y el bienestar físico de las personas mayores. Estas intervenciones permiten preservar habilidades motoras, fortalecer la musculatura, mejorar la coordinación y promover la autonomía en las actividades de la vida diaria. Además, contribuyen positivamente al estado de ánimo y al sentido de autoestima de los beneficiarios, al generar espacios de movimiento, interacción social y cuidado corporal continuo. Se realizan tres (3) actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad y bienestar físico, con un acumulado a la fecha de nueve (9) realizadas.

Nombre de la actividad	Objetivos	Metodología	Resultados

Equilibrio dinámico	Mantener la estabilidad mientras lleva a cabo la marcha que requiere desplazamiento de un lado a otro.	Consiste en colocar sobre la cabeza del participante una tabla de icopor con una pelota y mantener la postura evitando que se caiga.	Los participantes lograron llevar a cabo la actividad en su mayoría, algunos lograron avanzar, pero dejando caer la pelota.
Juntos caminamos	Aumentar la velocidad de la marcha que con el tiempo puede presentar alteraciones cuando esta disminuye y con el tiempo riesgo de caída.	Esta actividad consiste en colocar varios obstáculos y la persona debe mantener la postura corporal mientras hace la marcha.	A algunos se le dificultó la actividad y otros lo hicieron con mayor agilidad.
Observamos y analizamos	Procesar mediante juegos didácticos el desarrollo del estímulo cognitivo y concentración.	En una mesa redonda se hacen estaciones de juegos didácticos y las personas mayores entrelazan entre si cada objeto en su lugar al color que le corresponde, trabajando la motricidad fina.	A algunas participantes se les dificultó encajar los objetos en su lugar.

Tabla N° 6. Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad y bienestar físico

COMPONENTE NUTRICIÓN

Desde el componente de nutrición se establecen menús balanceados que se adaptan a las condiciones y preferencias alimentarias de las personas mayores, considerando patologías como diabetes, hipertensión, entre otras. Asimismo, se verifica la adecuada manipulación y distribución de los alimentos, garantizando normas de higiene y seguridad alimentaria. De esta manera, el componente nutricional se convierte en un pilar fundamental dentro del cuidado integral y digno que debe recibir cada persona mayor.

- **Acompañamientos nutricionales a los adultos mayores con malnutrición o** desnutrición.

La atención nutricional personalizada es esencial para ayudar a las personas a desarrollar y mantener hábitos alimenticios saludables. Este mes, nuestro enfoque integral incluyó:

Evaluación individualizada: Sesiones personalizadas para analizar el estado nutricional, establecer metas realistas y diseñar planes alimenticios adaptados a las necesidades específicas de cada persona.

Monitoreo continuo: Seguimiento periódico del progreso y ajustes oportunos en los planes de alimentación para garantizar resultados óptimos.

Educación nutricional: Talleres, charlas y materiales educativos para fortalecer el conocimiento sobre nutrición y fomentar hábitos saludables.

Durante este período, se llevó a cabo un seguimiento nutricional a catorce (14) beneficiarios, con los siguientes hallazgos:

Tres (3) casos dentro de los parámetros normales: Requirieron seguimiento nutricional debido a episodios de inapetencia y deterioro en la salud. Uno de los beneficiarios presentó edematización en el miembro inferior derecho, mientras que los otros experimentaron pérdida de equilibrio y problemas ocasionales de memoria. Diez (10) casos de peso insuficiente: Uno de los beneficiarios es diabético y presenta niveles elevados de glucosa, a pesar de recibir una alimentación acorde con su diagnóstico. Sin embargo, es frecuente que consuma alimentos no recomendados cuando sale del hogar; de los nueve restantes en este diagnóstico, uno paso de normalidad a peso insuficiente, los otros se mantienen en este parámetro, a pesar de bajar algunos kilogramos de peso. Uno (1) se encuentra en desnutrición leve, el cual está recibiendo suplementación con micronutrientes.

Planes nutricionales implementados, se diseñaron planes personalizados, ajustados a los diagnósticos médicos y nutricionales de cada individuo: Planes para ganancia de peso, enfocados en adultos mayores con bajo peso, con un incremento en la ingesta calórica y proteica. Planes de mantenimiento de peso, diseñados para quienes tienen un peso saludable, asegurando una alimentación equilibrada y nutritiva. Planes específicos según patologías, para personas con diabetes, se implementaron estrategias de control de carbohidratos y azúcares. Para quienes padecen hipertensión, se establecieron planes con bajo contenido de sodio.

Se presenta un acumulado de veinticinco (25) personas mayores a quienes se les ha realizado acompañamientos nutricionales.

- **Seguimiento ciclos de minutas y aceptación de los menús por parte de los beneficiarios**

Como parte del monitoreo nutricional, se ha llevado a cabo un seguimiento detallado de los ciclos de minutas y la aceptación de los menús por parte de los beneficiarios, con el objetivo de garantizar una alimentación equilibrada y adecuada a sus necesidades. Durante este período, se evaluó la preferencia y satisfacción con los menús ofrecidos, identificando niveles de aceptación y posibles ajustes necesarios. Se observaron los siguientes resultados: Adaptación y aceptación general, la mayoría de los beneficiarios (5 encuestados) han manifestado una buena aceptación de los menús, destacando la variedad y calidad de los alimentos. Casos de baja aceptación: Algunos beneficiarios han mostrado dificultades en la adherencia a ciertas preparaciones, especialmente aquellas que requieren ajustes en sabor o textura. Propuestas de mejora, basados en las observaciones y comentarios recibidos, se han implementado estrategias para mejorar la oferta alimentaria, como variaciones en las recetas y ajustes en la presentación de los platos.

Este seguimiento permite una optimización continua de los menús, asegurando que cumplan con los estándares nutricionales y sean bien recibidos por los beneficiarios, contribuyendo así a su

bienestar y salud.

- **Aprovechamiento de las raciones alimentarias.**

El propósito principal es garantizar que los alimentos sean utilizados de manera eficiente, promoviendo una alimentación equilibrada, utilizando eficientemente los alimentos disponibles, asegurando que sean consumidos de manera óptima para cubrir las necesidades nutricionales sin desperdiciar recursos. Este proceso puede incluir estrategias como la correcta distribución de porciones que cubra sus requerimientos energéticos y de nutrientes.

Durante el período actual, se sirvieron un total de 5.100 raciones alimentarias, de las cuales 5.100 fueron consumidas. Esto representa un índice de aprovechamiento del 100%, lo que indica una gestión eficaz de los recursos alimentarios.

- **Entrega de suplementos**

La suplementación nutricional en personas mayores es una herramienta valiosa para corregir deficiencias, apoyar la salud, prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida, siempre y cuando se realice bajo la guía y supervisión de un profesional de la salud, ya que su uso debe estar adaptado a las necesidades individuales de cada individuo.

Durante el período evaluado, se realizó la entrega de suplementos nutricionales a dos (2) personas mayores con el objetivo de complementar su dieta y mejorar su estado nutricional. Los suplementos fueron proporcionados por la Entidad Promotora de Salud, estos fueron Ensure Advance frasco de 220ml y CIK – 3 sobre 120 gr. Se entregó un total de 10.200 gramos de suplementos nutricionales durante el mes, con buena tolerancia y adherencia por parte de los beneficiarios.

- **Talleres nutricionales a los beneficiarios**

Los talleres nutricionales representan una herramienta invaluable para fomentar la salud y el bienestar en las personas mayores. Estos espacios educativos brindan información y herramientas prácticas para adoptar hábitos alimentarios saludables, adecuados a las necesidades específicas de esta etapa de la vida. Con el objetivo de promover y mejorar la calidad de vida de las personas mayores, se llevó a cabo un taller enfocado en la Importancia de la hidratación. Este taller tuvo como propósito principal proporcionar información valiosa y herramientas prácticas para mantener una hidratación adecuada, un aspecto fundamental para la salud y el bienestar en la tercera edad. Durante el taller, se abordó el siguiente tema: La importancia de la hidratación: Se explicaron los beneficios de una hidratación adecuada para la salud física y mental.

Signos y síntomas de la deshidratación: Se enseñó a identificar los signos de deshidratación y a tomar medidas preventivas. Recomendaciones para una hidratación óptima: Se proporcionaron

consejos prácticos sobre la cantidad de líquidos que se deben consumir, los tipos de bebidas recomendadas y cómo mantener una hidratación adecuada a lo largo del día. Alimentos que contribuyen a la hidratación: Se habló de que alimentos además de agua, contribuyen a la hidratación. Con esto podemos tener como resultados tomar conciencia sobre la importancia de la hidratación y que los participantes adquieran un conocimiento profundo sobre los beneficios de la hidratación para su salud, comprendiendo cómo el agua influye en funciones vitales como la regulación de la temperatura, la función renal y la salud cardiovascular.
El taller nutricional se realizó por medio de una sesión educativa, dirigida por el profesional de nutrición, con una duración de una hora, total de participantes 18.

- **Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos**

Con el objetivo de garantizar una alimentación adecuada y segura para las personas mayores, se llevó a cabo un taller de formación nutricional dirigido a los manipuladores de alimentos. Este taller tuvo como propósito principal socializar el ciclo de menús y los diagnósticos nutricionales y médicos, proporcionando a los manipuladores de alimentos los conocimientos y herramientas necesarios para adaptar la preparación y el servicio de alimentos a las necesidades específicas de esta población. Durante el taller, se abordaron los siguientes temas: Ciclo de menús: Se explicó la importancia de la variedad y el equilibrio nutricional en los menús, así como la adaptación de las preparaciones a las necesidades individuales de los adultos mayores. Diagnósticos nutricionales y médicos: Se proporcionó información sobre las condiciones de salud y las necesidades nutricionales comunes en la tercera edad, como la desnutrición, la disfagia y las enfermedades crónicas. Adaptación de preparaciones: Se enseñaron técnicas culinarias para modificar la textura, el sabor y la presentación de los alimentos, facilitando la masticación, la deglución y el apetito de los adultos mayores. Con una asistencia de dos manipuladores de alimentos.

COMPONENTE DE SALUD MENTAL

Desde el componente de Psicología en el actual período se trabajó activamente con las personas mayores con el fin de estimular las funciones cognitivas tales como atención, orientación y memoria. Se sensibilizó acerca de desarrollar, gestionar y aplicar habilidades sociales en su entorno cotidiano; entrenándolos en habilidades emocionales, auto-control, afrontamiento de cambios y dificultades vinculadas a la tercera edad.

Buscamos identificar emociones negativas disfuncionales, pensamientos irracionales y aquellas conductas que no están logrando ajustarse a las necesidades, a los cambios y a las circunstancias que vive cada persona mayor.

En este periodo se brindaron los siguientes servicios desde el área como: acompañamientos

psicosociales, procesos de adaptación a los beneficiarios, talleres de promoción de la salud mental y talleres de promoción de estimulación cognitiva.

- **Acompañamiento psicosocial de oficio a la persona mayor**

El acompañamiento psicosocial es una herramienta valiosa para apoyar a las personas en el proceso de superar situaciones difíciles y promover su bienestar y desarrollo integral. En los acompañamientos psicosociales se genera un plan de intervención, brindando herramientas para manejar el estrés, la ansiedad, la depresión a través de talleres que fomenten el bienestar integral en ellos. Se brindan distintas técnicas entre ellas la reestructuración cognitiva para crear estrategias en su forma de pensar y actuar. Todo esto con el fin de mantener o estimular las funciones cognitivas de las personas mayores. A fines de corte del presente informe se realizaron catorce (14) acompañamientos. Presenta un acumulado de veintiún (21) acompañamientos.

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

En el actual periodo se realizó un (1) taller de salud mental dirigido a las personas mayores, el cual se realizó con el propósito de psico educarlos acerca de las habilidades del buen trato con la finalidad de fomentar relaciones sanas en su entorno entre las personas mayores, con ello, se espera generar un impacto en el bienestar psicológico de los participantes. El tema del período es HABILIDADES DEL BUEN TRATO con el cual se busca lograr una sana convivencia. Se presenta un acumulado de tres (3) talleres realizados.

Nombre de la actividad	Objetivo	Metodología	Resultados
Habilidades del buen trato	Fomentar relaciones interpersonales saludables, basadas en el respeto, la empatía y la comunicación efectiva en el centro de bienestar.	Se da inicio a la actividad con una psicoeducación. Se realiza una fuga de ideas para que los adultos expresan sus ideas. A medida que se les brindaba información de cada habilidad, una persona mayor mencionaba con ejemplo una situación vivida y expresaba cómo fue esa vivencia. Recurso humano: personas mayores, Psicóloga. Recurso material: https://www.unicef.org/	Las personas mayores se mantuvieron atentos, receptivos, logrando así el objetivo buscado, aportando sus reflexiones

Tabla N° 7. Talleres y/o actividades de promoción de la salud mental

- **Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva**

En el actual periodo se realizó un (1) taller de promoción de estimulación cognitiva a las personas mayores, el cual se realizó con el propósito de involucrar diversas funciones cerebrales y permitir

la expresión del lenguaje escrito. El tema del período es PALABRAS ENCADENADAS. Se presenta un acumulado de tres (3) talleres realizados.

Nombre de la actividad	Objetivo	Metodología	Resultados
Palabras encadenadas	Estimular el desarrollo del lenguaje escrito, especialmente la expresión y la memoria semántica como base del conocimiento	La actividad consistió en iniciar con una palabra y cada adulto pasaba al frente y en el tablero escribía una frase con las palabras que ya habían sido compuestas por el anterior compañero. Recurso humano: Personas mayores, Psicóloga Recurso material: tablero, marcadores	Disfrutaron la actividad estimulando la función cognitiva del lenguaje escrito y memoria semántica

Tabla N° 8. Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva

- **Procesos de adaptación a los beneficiarios**

La adaptación de la persona mayor a su nuevo entorno está compuesta desde que inicia su proceso de pre ingreso, ingreso, adaptación y por último su integración dentro del Centro de bienestar. Es clave dentro de este proceso la actitud del beneficiario tanto como la de los profesionales y/o cuidadores. Cada proceso es diferente, y tendrá mayor éxito si acepta su condición y su nuevo estilo de vida. Se lleva una (1) sesión como acompañamiento a este proceso.

COMPONENTE APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO Y RECREACIÓN

El tiempo libre y la recreación son fundamentales para el bienestar y la calidad de vida del adulto mayor. Los beneficios son diversos tales como la mejora de la salud física y mental, ayudando a prevenir enfermedades crónicas, mejorando la función cognitiva y reduciendo el estrés; fortalece las relaciones sociales, promueven la autonomía e independencia y mejoran la autoestima y confianza.

Es importante recordar que cada persona es única, y es fundamental encontrar actividades recreativas que se adapten a las necesidades e intereses individuales de la persona mayor.

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

Las actividades artísticas y manualidades tienen una huella positiva en la vida de las personas, ya que al practicarlas benefician la motricidad, concentración, salud mental e inteligencia emocional.

El tema de este mes fue CORBATAS PERSONALIZADAS con la cual se busca el desarrollo de la imaginación de los residentes. Se presenta un acumulado de tres (3) actividades realizadas.

Nombre de la actividad	Objetivo	Metodología	Resultados
Corbatas personalizadas	Coordinar los movimientos músculos de la mano, dedos muñecas lo que permite involucrar el uso del pulgar y el índice para agarrar objetos pequeños beneficiándolos en su salud mental y cuidado social	Se inició la actividad en una mesa redonda en donde las personas mayores se les asignó en una hoja el impreso de diferentes tipos de corbata lo cual a su imaginación y creatividad decorarlas a su manera mediante lentejuelas, plastilina y colores. **Recurso humano:** Personas mayores, Psicóloga, fisioterapeuta. **Recurso material:** colores, plastilina, crayolas y pegante.	Las personas mayores participaron en esta actividad lo que fue muy satisfactorio y agradable para su salud e inteligencia emocional

Tabla N° 9. Actividades artísticas y manualidades para el aprovechamiento del tiempo que promueven el envejecimiento activo

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

La recreación es la actitud positiva del individuo hacia la vida en el desarrollo de actividades para el tiempo libre, que le permitan trascender los límites de la conciencia y el logro del equilibrio biológico, psicológico y social, que dan como resultado una buena salud y una mejor calidad de vida. El tema de este mes fue ESTACIONES DE JUEGOS con la cual se busca mejorar el estilo de vida en los residentes.

Nombre de la actividad	Objetivo	Metodología	Resultados
Estaciones de juegos	Promover una sana diversión a través de una mañana de juegos didácticos con las personas mayores marcando su bienestar integral	Se realizó la actividad recreativa y cultural dentro de las instalaciones del CDB. Se presentaron cinco estaciones con juegos didácticos dirigidas a trabajar habilidades cognitivas, sociales y emocionales. Demostraron su conocimiento general en juegos de memoria, pensamiento crítico, capacidad de resolver problemas, observación, concentración y creatividad. **Recurso humano:** Personas mayores, Psicóloga, fisioterapeuta. **Recurso material:** juegos didácticos.	Disfrutaron la mañana de juegos didácticos en las diferentes estaciones

Tabla N° 10. Actividades recreacionales y culturales realizadas dentro o fuera de las instalaciones que propendan por envejecimiento activo

COMPONENTE GESTIONES TÉCNICAS, ADMINISTRATIVAS Y DE ACCESO A SERVICIOS

- **Gestiones documentales requeridas por los beneficiarios**

Dentro de las gestiones para lograr la accesibilidad en los servicios sociales y de salud de las personas mayores, se garantiza la organización y trámite de documentos. En el presente periodo, se realizó proceso de portabilidad a una (1) persona ante sisben, toda vez que esto le

estaba afectando en su atención de servicios de salud.

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

Realizar gestiones ante las EPS e IPS es fundamental para garantizar que las personas mayores reciban los servicios de salud que requieren de forma adecuada, sin demoras y de manera constante. Este apoyo facilita la superación de trámites burocráticos, acelera la obtención de autorizaciones, ayuda a coordinar citas médicas y asegura el acceso a tratamientos y medicamentos necesarios. En este periodo se llevaron a cabo reclamaciones de formulas medicas, solicitud de autorizaciones, validación de mipres, asistencia a citas medicas de diversos especialistas y atención de visitas de medicos domiciliarios, se realizó solicitud de portabilidad a (1) adulto en seguro en casa de su entidad promotora de salud (EPS), para garantizar su atención.

Capacitación al talento humano sobre prevención al maltrato y cuidado de la persona mayor

Se buscó educar al talento humano acerca del adecuado trato con calidad humana a la persona mayor, para prevenir cualquier tipo de maltrato, ya sea físico, psicológico, económico o sexual, y promover entornos seguros y protectores para las personas mayores. Se desarrolló (1) capacitación al personal del recurso humano sobre PRINCIPIOS DEL BUEN TRATO A LA PERSONA MAYOR en el presente mes, se presenta un acumulado de tres (3) capacitaciones realizadas.

Nombre de la actividad	Objetivo	Metodología	Resultados
Principios del buen trato a la persona mayor	Promover un trato digno, respetuoso y con calidad hacia las personas mayores del CDB además de proteger sus derechos y prevenir cualquier forma de abuso o maltrato	Se inició la capacitación con una charla educativa en donde se brindó información acerca de los principios del buen trato a la persona mayor. Se brindan estrategias para cuidar emocionalmente a las personas mayores del CDB. Se escucharon experiencias con los residentes por medio de un debate. Para finalizar se realizó un test de evaluación emocional. Recurso humano: personal contratado, Psicóloga. Recurso material: folleto	Se muestra receptivo el personal y exponen ideas respecto al tema identificando su rol como cuidador en la persona mayor

Tabla N° 11. Capacitación al talento humano sobre prevención al maltrato y cuidado de la persona mayor

- **El archivo físico y digital de las personas mayores actualizado**

Se continua con la actualización del archivo digital el cual se encuentra en medio físico, de todas las personas mayores es esencial para mantener un control ordenado, eficiente y seguro de su

estado personal, social y de salud. Esta documentación facilita el acceso rápido a información relevante para tomar decisiones, realizar trámites a tiempo y asegurar una atención continua y adecuada.

- **Cierre de expedientes**

En el periodo actual se mantiene el 100% del total de los residentes, treinta y cuatro (34) personas mayores que se encuentran en calidad de residente y reciben atención centrada en la persona.

ACTIVIDAD	INDICADOR	META	AVANCE	MESES DE EJECUCIÓN 2025					RESPONSABLE	EVIDENCIAS
				ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOSTO		
VALORACIONES										
Valoración Inicial Medicina	Valoraciones iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	100%	100%	100%	N/A	N/A	X	X	Médico	Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - 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	N/A	X	X	Nutricionista	Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - 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	N/A	X	X	Nutricionista	Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - 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	N/A	X	X	Psicología	Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - 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%	N/A	N/A	X	X	Fisioterapeuta	Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos
Valoración final Medicina	% de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	No aplica en el periodo	N/A	N/A	N/A	N/A	X	Médico	Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o

										baterías según cada profesión) - Base de Datos
Tamizaje final	% de tamizaje final realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	No aplica en el periodo	N/A	N/A	N/A	N/A	X	Nutricionista	Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos
Valoración final nutricional	% de valoraciones nutricional finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	No aplica en el periodo	N/A	N/A	N/A	N/A	X	Nutricionista	Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos
Valoración final psicología	% de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	No aplica en el periodo	N/A	N/A	N/A	N/A	X	Psicóloga	Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos
Valoración final fisioterapia	% de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	No aplica en el periodo	N/A	N/A	N/A	N/A	X	Fisioterapeuta	Carpeta o expediente de cada adulto mayor - Formato de Valoración (Pruebas o baterías según cada profesión) - Base de Datos
SALUD FISICA Y FUNCIONALIDAD										
Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad – Medicina	No de talleres realizados	5	3	1	1	1	X	X	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%	X	X	Enfermería	Kardex, registros de tomas de signos vitales, curaciones, y glucometría
Formaciones en autocuidado e higiene personal de la persona mayor	No. de formaciones realizadas a los beneficiarios	5	3	1	1	1	X	X	Enfermería	Cronograma de actividades, listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Formación en primeros auxilios a los beneficiarios	No. de formaciones realizadas a los beneficiarios	5	3	1	1	1	X	X	Enfermería	Cronograma de actividades, listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Rutinas grupales de acondicionamiento físico	No. de rutinas realizadas	15	9	3	3	3	X	X	Fisioterapeuta	Cronograma de actividades, listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Pausas Activas	No. de pausas activas realizadas	150	90	30	30	30	X	X	Fisioterapeuta	Listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad	No. de actividades realizadas	15	9	3	3	3	X	X	Fisioterapeuta	Cronograma de actividades, listados de asistencia,

										evidencias fotográficas.
NUTRICIÓN										
Acompañamientos nutricionales a las personas mayores con malnutrición o desnutrición	% de acompañamientos	100%	70%	15%	17%	38%	X	X	Nutricionista	Formato de seguimiento, registros fotográficos, bases de datos
Diseño de minutas	No. de ciclo de minutas	1	1	1	N/A	N/A	N/A	N/A	Nutricionista	Actas de reunión, minuta patrón, ciclo de minutas
Seguimiento ciclo de minutas	No. de reuniones	5	3	1	1	1	X	X	Nutricionista	Acta de reuniones y encuestas de satisfacción
Aceptación de los menús por parte de los residentes	% de aceptación de menús	95%	99%	98%	98%	100%	X	X	Nutricionista	Encuestas de satisfacción, registros fotográficos
Talleres nutricionales a los beneficiarios	No. talleres realizados	5	3	1	1	1	X	X	Nutricionista	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos	No. de talleres realizados	5	3	1	1	1	X	X	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%	62%	6%	15%	41%	X	X	Psicóloga	Expediente, actas, registros fotográficos
Proceso de adaptación a los beneficiarios	% de personas de adaptación contemplados	100%	12%	6%	3%	3%	X	X	Psicología	Expediente o expediente de la persona mayor, acta, registros fotográficos
Talleres y/o actividades de promoción de la salud mental	No. de actividades y/o talleres realizados	5	3	1	1	1	X	X	Psicología	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva	No. de actividades y/o talleres realizados	5	3	1	1	1	X	X	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%	15%	15%	0%	0%	X	X	Psicología	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	X	X	Psicología - Fisioterapia	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
Actividades recreacionales y culturales realizadas dentro o fuera de las instalaciones que propenden por envejecimiento activo	No. actividades realizadas	5	3	1	1	1	X	X	Psicología - Fisioterapia	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
GESTIONES TÉCNICAS, ADMINISTRATIVAS Y DE ACCESO A LOS SERVICIOS										
Gestiones documentales	% de gestiones documentales	100%	100%	12%	0%	100%	X	X	Dirección Técnica	Correos, archivo personal de la persona mayor,

requeridas por los beneficiarios	requeridas realizadas									actas de reuniones
Gestión ante las EPS e IPS para garantizar el derecho a la salud	% de gestiones requeridas	100%	100%	12%	9%	100%	X	X	Dirección Técnica - Enfermería	Correos, citas gestionadas, órdenes médicas
Capacitación al Talento Humano sobre prevención al maltrato y cuidados de la persona mayor	No. de actividades realizadas	5	3	1	1	1	X	X	Psicología	Plan de capacitaciones, lista de asistencia

EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS



Ilustración n° 1. Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad





Ilustración n° 2. Actividades y cuidados de enfermería



Ilustración n° 3. Formación en autocuidado e higiene personal de la persona mayor



Ilustración n° 4. Formación en primeros auxilios a los beneficiarios



Ilustración n° 5. Rutinas grupales de acondicionamiento físico



Ilustración n°6. Pausas activas





Ilustración n°7. Actividades para el mantenimiento y/o incremento de la funcionalidad y bienestar físico



Ilustración n°8. Acompañamientos nutricionales a los adultos mayores con malnutrición o desnutrición



Ilustración n°9. Seguimiento ciclos de minuta



Ilustración n° 10. Aceptación de los menús por parte de los beneficiarios



Ilustración n° 11. Talleres nutricionales a los beneficiarios



Ilustración n° 12. Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos



Ilustración n° 13. Acompañamientos psicosociales de la persona mayor



Ilustración n° 14. Proceso de adaptación a los beneficiarios



Ilustración n° 15. Talleres y/o actividades de promoción de la salud mental



Ilustración n° 16. Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva



Ilustración n° 17. Actividades artísticas y manualidades para el aprovechamiento del tiempo que promuevan el envejecimiento activo





Ilustración n° 18. Actividades recreacionales y culturales realizadas dentro o fuera de las instalaciones que propendan por envejecimiento activo



Ilustración n° 19. Capacitación al talento humano sobre prevención al maltrato y cuidado de la persona mayor

Otros anexos fotográficos



Ilustración n° 20. Actividad cognitiva grupal "Percepción - Cálculo"- Psicología



Ilustración n°21. Club de lectura – Psicología





Ilustración n°22. Función lenguaje – "Teléfono roto" – Psicología



Ilustración n° 23. Actividad cognitiva grupal "Lateralidad" – Psicología





Ilustración n° 24. Actividad cognitiva grupal "Orientación - cálculo" – Psicología



Ilustración n° 25. Charla educativa "La depresión" - Psicología





Ilustración n° 26. Actividad de abstracción geométrica - Psicología





Ilustración n° 27. Visitas familiares y/o amigos



Ilustración n° 28. Acompañamientos en salud física – Fisioterapia