PROTOCOLO DE SALIDA EXTRAMURAL
RECORRIENDO GUATAVITA

1. TEMA: Salida a represa de Tominé en Guatavita	**FECHA:** 30 de enero de 2024

2. OBJETIVO GENERAL:

Brindar un espacio lúdico recreativo y cultural con un grupo de personas mayores de la comunidad de cuidado La Macarena del convenio 9063 del 2023, con el fin de desarrollar habilidades, para proporcionar bienestar terapéutico, todo en pro del envejecimiento activo y feliz.

3. Objetivos Específicos:

- Ofrecer un lugar apropiado que permita a las personas mayores estar en contacto con otras personas y con la naturaleza, facilitando la interacción y la socialización.
- Facilitar los recorridos por los diferentes espacios que ofrece el municipio de Guatavita como el centro histórico y la represa de Tominé, enriqueciendo el lenguaje cultural de las personas mayores.
- Dar a conocer el contexto en el que se desarrolló la leyenda del Dorado y su relación con la cultura muisca en las personas mayores de la comunidad de cuidado la Macarena.

METODOLOGÍA:

ANTES:

Se tendrá en cuenta los lineamientos de las salidas extramurales, los protocolos de seguridad establecidos por la Secretaria de Integración Social para evitar que se presenten casos fortuitos que atenten contra la seguridad de las personas mayores y de los cuidadores en general, normas que serán tenidas en cuenta durante la salida para evitar riesgos.

Lectura y socialización del protocolo de la salida extramural Lúdico-Recreativa y cultural “Visita a la represa de Tominé y centro histórico del municipio de Guatavita” el día 29 de enero de 2024, se socializará a todo el talento humano de la Comunidad de Cuidado, protocolo de bioseguridad, recomendaciones, distribución de roles, colocación de escarapelas y funciones del equipo de profesionales y auxiliares.

Organización y distribución de listados de asistencia, con escarapelas que tendrán datos con los nombres completos, número de identificación, tipo de sangre, números de contacto, EPS, las cuales se entregarán el día 30 de enero de 2024 a los respectivos líderes de equipo.

Se asignan las funciones específicas a cada líder y se responsabiliza a cada cuidador el cuidado de las personas asignadas, para la correcta organización.

El día 30 de enero de 2024, los jefes de enfermería y el grupo asignado de auxiliares de enfermería se encargarán de revisar la presentación personal de las personas mayores, previamente acompañando en su baño general, vestido, peinado y protección solar.

Se solicitará a todo el personal el acompañamiento y supervisión de las personas mayores durante el desarrollo de la visita a la represa de Tominé y centro histórico del municipio de Guatavita, recorrido, refrigerios, almuerzo, hidratación y paseos.

El día 23 de enero de 2024 se reporta a los referentes familiares de las personas mayores la información relacionada con la salida extramural.
El día 26 de enero de 2024 se informa a las personas mayores a información relacionada con la salida extramural.

DURANTE:

Para el desarrollo de la actividad se tendrán en cuenta los protocolos de las salidas extramurales contenidas en el anexo técnico y los lineamientos en general, garantizando la integridad de las personas mayores y se desarrollará el siguiente programa:

- **5:00 am:** Alistamiento de las personas mayores por servicio (baño, vestido y cepillado aplicación de bloqueador, y demás elementos de protección) organización y traslado.
- **6:30 am a 7:00 am:** Ubicación en comedor y Desayuno establecido según menú supervisado por el área de Nutrición.
- **7:30 am:** Entrega de escarapela a cada persona mayor por parte del líder de cada grupo.
- **8:00 am:** Traslado de las personas mayores a los buses contratados teniendo en cuenta la normativa correcta. Antes de subir y bajar del bus las personas mayores deberán lavarse las manos, hacer uso adecuado del tapabocas y mantener el distanciamiento social.
- **9:30 am:** Llegada al centro histórico de Guatavita. Se realizará un recorrido por el centro del pueblo y se socializará la historia del municipio, teniendo en cuenta los aspectos más relevantes y su relación con los muiscas.
- **10:30 am:** REFRIGERIO DE LA MAÑANA ESPECIAL SEGÚN MENU NUTRICIONAL
- **11:00 am:** Se realizará el traslado de las personas mayores a la represa del Tomine, donde se desarrollará una actividad cultural en torno a la leyenda del dorado. Se realizará una dramatización por parte del equipo profesional.
- **12:00 am:** Se realizarán juegos autóctonos como lo son la rana y el tejo por equipos, se les dará un premio a las 5 personas mayores que tengan el mejor puntaje.
- **1:00 pm:** ALMUERZO ESPECIAL.

DESPUÉS:

Para el desarrollo de la última parte del programa se tendrán en cuenta los lineamientos técnicos establecidos para salidas extramurales, y las normas de Bioseguridad.

- **02:00 pm:** Se desarrollará una sesión de masaje terapéutico en cuello y hombros a las personas mayores a la orilla de la represa, empleando aceite mineral.
- **02:30 pm:** Recorrido por la orilla de la represa de Tominé
- **03:00 pm:** Cierre de la actividad
- **05:00** pm: CENA dentro del Centro Comunidad de Cuidado

LUGAR Y TIEMPO:

LUGAR: Centro de histórico de Guatavita y represa de Tominé

Dentro del municipio de Guatavita y en la represa de Tominé se desarrollarán las actividades de manera simultánea a las que se llevarán a cabo en el centro comunidad de cuidado La Macarena. Las 38 personas mayores que participan en la salida extramural serán custodiadas por un profesional líder y su personal de apoyo quienes se harán cargo de cada una de ellas durante el tiempo de la visita.

HORARIO: De 9:00 am a 3:00 pm.

RECURSOS:

Materiales:

Cachuchas, bloqueador solar, gel antibacterial, aceite mineral, cancha de tejo, rana, alcohol al 70%, tapabocas, pañitos y jabón para manos.

Humanos: · Auxiliares de enfermería, profesionales, funcionarios, personas mayores del Centro comunidad de cuidado La Macarena.

MENÚ

Menú según Minuta N° 2	**Menú especial**
Desayuno: Aromática, colada de avena, huevos pericos, pan hojaldrado, papaya picada. **Nueves:** Batido de fresa avena con avena en hojuelas y miel. **Almuerzo:** Carne de cerdo en salsa de miel, arroz con ajonjolí, verdura oriental, papa dorada, cazuelas de garbanzos con menudo de res. **Onces:** Chocolate en leche, arepa y mandarina **Cena:** Carne de res a las finas hierbas, calabaza y maíz guisado, arroz con fideos.	**Desayuno** **Aromática, milo, huevos rancheros, pan baguett** **Compota de fresa** **Nueves:** Hojaldre de queso y bocadillo en porciones Individuales y jugos tetra pak. **Almuerzo:** Picada, tajada de aguacate, arroz blanco, jugo tetra pak. **Onces:** Almojábana, agua de panela y pera **Cena:** Carne de res a las finas hierbas, calabaza y maíz g arroz con fideos..

NOTA

Las personas mayores con prescripción de dietas tipo blanda, semiblanda (licuados) serán transportados desde el hogar.

Para el caso de las dietas hipoglúcidas y las hipocalóricas, se realizarán las siguientes modificaciones:

- ✔ Hojaldre sin bocadillo
- ✔ Jugos de caja light

Para garantizar la inocuidad de los alimentos se tendrán en cuenta las siguientes medidas:

- ✔ En el caso del aguacate será transportado desde la comunidad de cuidado La Macarena, en contenedores tapados herméticamente.
- ✔ Los jugos naturales serán transportados en neveras desde el centro comunidad de cuidado La Macarena garantizando la cadena de frío.
- ✔ Para la distribución de los alimentos será responsabilidad de los adultos acompañantes utilizando elementos de protección, alcohol al 70%, tapabocas, pañitos y jabón para manos.
- ✔ Se cuenta con un espacio “Asadero”, dotado de mesas y sillas para la toma de alimentos

5. PROFESIONAL (ES) RESPONSABLE(S):

NOMBRE	CARGO	TEL. DE CONTACTO
ANGEL HIGUERA	NUTRICIONISTA	3209173640
CAMILA AVILA	TERAPEUTA OCUPACIONAL	3107943403
EDINSON STEFFENS	PSICÓLOGO	3006597582
ANA PAULINA FORERO V	COORDINADORA	3202484325
JUAN CAMILO DOVAL	GESTIÓN AMBIENTAL	3202450798
JHONNY KUARAN ROJAS	TALLERISTA	3194750361
TATIANA CÁRDENAS	FISIOTERAPEUTA	3173155643
ANDRÉS TORRES	ENFERMERA JEFE	3213666651
LIDA ULLOA	REGENTE DE FARMACIA	3212159276

NORMAS DE SEGURIDAD

Se dará cumplimiento estricto a los protocolos de bioseguridad establecidos para la prevención, contención y mitigación de la COVID-19.

EN LA ORGANIZACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Antes de la actividad

Se realizará la desinfección de los espacios y de los recursos físicos con alcohol al 70% de concentración, lavado y desinfección de manos antes, durante y después de la actividad.

El día 29 de enero de 2024, se delegarán las funciones a todo el personal de talento humano que asistirá a la salida extramural, a continuación, presentamos el listado del personal.

Profesionales:

Andrés Torres – Enfermería Profesional.
Camila Ávila - Terapeuta Ocupacional.
Edinson Steffens - Psicólogo.
Tatiana Cárdenas - Fisioterapeuta.
Juan Camilo Doval - Ingeniero Ambiental.
Ana Paulina Forero V- Coordinadora
Ángel Higuera- Nutricionista
Lida Ulloa – Regente de farmacia.
Jhonny Kuarán - Tallerista.
Lady Rocio Cojo Guatame - Trabajadora social

Auxiliares de Enfermería:

Luis David Quintero
Nataly Zabala
Andrea Ramirez
Yaneth Bustacara
Gloria Castañeda
Paola Ortiz

Auxiliares de servicios generales:

Carime Beltran
Angie Peña
Lady Camacho
Janeth Cardenas
Ferney Schambach

Cada funcionario custodiará a dos (2) personas mayores, cada cuidador apoyará el traslado, transferencias, cambios de posición, suministro de alimentos, hidratación, paso al baño y otras necesidades que las personas mayores tengan y requieran ser atendidas durante la salida extramural por este equipo de personas.

El día 29 de enero de 2024 se dejará organizada la muda de ropa al personal de enfermería para que vista a cada persona mayor el día del evento y un cambio de ropa de reserva en caso de que alguna persona mayor lo requiera.

El líder de cada equipo llamará a lista a las 10 personas mayores asignadas y su grupo de apoyo las ubicará dentro del bus de la empresa contratada con toda la normativa solicitada correctamente

Antes de que cada persona mayor suba al bus, deberá asegurarse el lavado de manos, el uso adecuado del tapabocas y el distanciamiento social. Cada líder de grupo contará con un listado de las personas mayores y se le entregará una escarapela a cada persona mayor con la siguiente información: Foto de la persona mayor, nombre completo, cédula de ciudadanía, Rh+, número de teléfono del Centro Comunidad de Cuidado y dirección.

El comité de emergencia conformado por las áreas de coordinación, terapia ocupacional, trabajo social, técnico en gastronomía, técnico delegado en gestión ambiental, dos auxiliares de enfermería y una de servicios generales se encargará de reconocer los puntos de acceso y evacuación del lugar del evento.

Durante la actividad

En el momento del abordaje del transporte se irán subiendo a las Personas mayores al bus, verificando que cada una de ellas porte el carnet de identificación, así como verificación final de su presentación personal en adecuadas condiciones, se realizará llamado a lista y conteo con el fin de confirmar que el grupo de las 38 personas esté completo al momento de la salida.
Se realizará monitoreó de la ruta en el desplazamiento desde el Centro de Comunidad de Cuidado vía telefónica, a cargo de personal administrativo.
Los buses van en caravana con el fin de prestar apoyo entre los mismos en caso de que se requiera.
Por la intensidad en el horario en que se realiza la actividad se aclara que para los medicamentos de medio día los administrará auxiliar de enfermería acompañante.
Se reconoce los puntos de acceso y evacuación del lugar del evento
Verificar el botiquín adecuado para el desarrollo de la actividad (tipo B).

PRIMERA ACTIVIDAD: Al llegar al Municipio de Guatavita programado a las 9:30 AM se realizará un recorrido por el centro del pueblo y se socializará la historia del municipio, teniendo en cuenta los aspectos más relevantes y su relación con los muiscas. Durante el recorrido se realizará un conversatorio con las personas mayores, donde pueda evidenciarse lo aprendido con relación a la historia de la cultura Muisca.

SEGUNDA ACTIVIDAD: 11:00 am se realizará el traslado de las personas mayores a la represa del Tominé, donde se desarrollará una actividad cultural en torno a la leyenda del dorado. Se realizará una dramatización por parte del equipo profesional. En esta dramatización se delegarán roles de personajes que representen los rituales que se hacían a las deidades Muiscas en la laguna de Guatavita (la importancia del oro, la orfebrería y otras actividades que se desarrollaban alrededor de la leyenda) a cada participante.

TERCERA ACTIVIDAD: 12:00 m Se realizarán juegos autóctonos como lo son la rana y el tejo por equipos, se les dará un premio a las 5 personas mayores que tengan el mejor puntaje. Cada equipo deberá nombrarse y crear una porra. Todas las personas mayores serán apoyadas por el talento humano para poder participar de la actividad.

CUARTA ACTIVIDAD: A las 2:00 una vez finalizada la hora de almuerzo se desarrollará una sesión de masaje terapéutico en cuello y hombros empleando aceite mineral y pelotas terapéuticas a las personas mayores que deseen participar. Esta actividad será dirigida por enfermería.
QUINTA ACTIVIDAD: A las 2:30 se recorrerá la orilla de la represa de Tominé con las personas mayores mientras se mantiene una conversación del tema de interés.

Observar a las personas mayores durante la actividad, verificar conteo y condiciones físicas y de salud durante las actividades.

Verificar ingesta de refrigerio, medicamento y almuerzo.
Cada bus contará con un botellón de agua y vasos para proveer de hidratación durante el desplazamiento.

Cuando termine el evento realizar de nuevo verificación por lista de las 38 personas mayores para abordaje de medio de transporte

A TENER EN CUENTA:

- El auxiliar de enfermería será la encargada del acompañamiento de las personas mayores al servicio de baño, y los profesionales supervisarán tal tarea.
- La auxiliar de enfermería será responsable del porte y manejo del botiquín tipo B, en caso de requerirse.
- Para apoyo en salida del servicio y abordaje del transporte en la portería del Centro de Comunidad de Cuidado cada coordinador debe estar pendiente de que suban todos los integrantes del listado
- Profesional de enfermería y coordinador designado efectuarán ronda permanente para verificar que todo el proceso se cumpla desde las actividades previas hasta la culminación de la actividad en el Centro de Comunidad de Cuidado.
- Al llegar al sitio del encuentro de la actividad, se realiza nuevamente reconocimiento de los posibles riesgos que se pueden presentar con el fin de plantear medidas preventivas y de seguridad en las personas mayores, colaboradores y profesionales durante la permanencia en dicho espacio.
- El personal colaborador se mantiene alerta a cualquier emergencia.
- En caso de caída: Observar el área donde se presentó el accidente, realizar una valoración cefalocaudal y determinar la necesidad de asistencia inmediata y trasladar al centro de salud más cercano en caso de ser necesario.
- No movilizar a la persona mayor sin la presencia de un profesional del área de la salud.
- Acudir a los puestos de emergencia o primeros auxilios según el caso.
- Profesional de enfermería dará las recomendaciones pertinentes.

Si al realizar la observación de la persona mayor presenta complicaciones será remitida a la entidad prestadora de salud más cercana con previa comunicación con la línea de emergencias 123.

6. INSTITUCIONES CERCANAS EN RED DE APOYO EN SITUACIONES DE EMERGENCIA.

En caso de emergencia comunicarse a Emermédica al número 3077087/ 3202112977 o al 123 y/o acudir a los siguientes centros de atención en salud.

Centro de Emergencia	Dirección	Teléfono
Hospital San Antonio	Guasca, Carrera 1 2-2	3152846486 3122697661
Policía	Guatavita, Cl 7 2-17	3203434789
Bomberos	Guatavita, KR 1 1-02	3102069055

7.COMPROMISOS/TAREAS:

Continuar fomentando espacios de inclusión, participación y desarrollo para las personas mayores con entes externos a la institución.

8. OBSERVACIONES Y/O CONCLUSIONES DE QUIEN DESARROLLA EL TALLER:

Los dineros de la actividad serán cancelados por la Fundación Hogar San Francisco de Asís

LISTADO DE LAS PERSONAS MAYORES SALIDA EXTRAMURAL

1	MARIA ESTHER AGUILAR ROBAYO	41519911
2	SARA ARAGONEZ	1136909307
3	ANA CECILIA CAMARGO	41783196
4	GUSTAVO CUARTAS CUCALON	17193251
5	JOSE OLMEDO ECHEVERRI RUIZ	1393204
6	RAMON MARIA GIRALDO CARDONA	1270498
7	LUIS ALFONSO GOMEZ JUNCO	1180089
8	SUSANA GONZALEZ PRADA	28696198
9	ANA GONZALEZ	20294293
10	EUDOXIA MALAMBO DE CAPERA	41538278
11	MARGARITA IBAÑEZ GUERRERO	20060262
12	MARIA AURORA OLARTE	20312077
13	MARIA OROZCO VALENCIA	20146349
14	ANA CECILIA PACHON SANCHEZ	53905901
15	ANA ELVIA RODRIGUEZ	20268352
16	ANA MILENA RUIZ RODRIGUEZ	31235549
17	MELBA VELASQUEZ	41439504
18	MIGUEL ANGEL GASCA VARGAS	17088723
19	GLORIA BETTY CORREA	41629662
20	RIGELDA GOMEZ	53906092
21	MIRIAM PINTO	1069757847
22	ROSA HELENA CASTILLO	53905858
23	VICTOR HUGO LOZADA LOZANO	3044618
24	CARMEN CASTIBLANCO	41510278
25	JOSE HUMBERTO MARTINEZ GOMEZ	19403105
26	MARIA DEL CARMEN HERNANDEZ De RAMIREZ	24897308
27	SOFONIAS VEGA	16821314
28	ALVARO FRANCISCO RUBIANO	17162618
29	JOAQUINA ESTHER ARIZA	20039148

30	LUIS ANGER BETANCUR	17126180
31	ANA ROSENDA HOYOS AVILA	41435801
32	CAROLINA PASION MELO	52485927
33	JORGE ENRIQUE CONTRERAS CONTRERAS	79870951
34	MARGARITA RAMIREZ ROJAS	41325691
35	ALONSO BUSTOS	11524081
36	REINALDO ALFONSO BARRETO	233198
37	MARIELA GUTIERREZ GUTIERREZ	20951731