
LESTEAR T'S
CARNVAL



HOGAR SAN PEDRO CLAVER

NIT: 890.480.145-7

CARTAGENA-COLOMBIA

INFORME DE AVANCES DEL COMPONENTE RECREATIVO, FORMATIVO Y OTROS SERVICIOS PRESTADOS

PERIODO DEL 20 DE OCTUBRE AL 19 DE NOVIEMBRE DEL 2025

PRESENTADO A:

ALCALDÍA MAYOR DE CARTAGENA DE INDIAS

PRESENTADO POR:

HOGAR SAN PEDRO CLAVER



1.INTRODUCCIÓN

“Las Fiestas de Noviembre en Cartagena se celebran para conmemorar la Declaración de Independencia de Cartagena de España, que ocurrió el 11 de noviembre de 1811. Esta fecha es significativa porque Cartagena se convirtió en la primera ciudad de Colombia en declararse un estado completamente independiente de España. Las festividades son una fusión de tradiciones históricas y culturales que celebran el legado de la ciudad, con eventos como el desfile del Bando y el Reinado de la Independencia”.

En el Hogar San Pedro Claver el mes de noviembre es muy significativo para las personas mayores, ya que los espacios se decoran con cosas coloridas llenas de entusiasmo y alegría en cada rincón.

Por otro lado, se rescatan tradiciones como el reinada, donde participan personas mayores mujeres, donde ponen a prueba sus talentos y habilidades. El jurado calificador tendrá en cuanta la puesta en escena de los mismo, pero, además los aplausos y barras de los espectadores.

Durante este periodo se realizan manualidades alusivas a esta fecha que serán en su mayoría utilizadas como atuendos y parte de la decoración.

Cabe resaltar que este informe da muestra del cumplimiento de los servicios integrales que se brindan a las personas mayores.



2. OBJETIVOS

GENERAL

Garantizar una vida digna a las personas mayores del Hogar San Pedro Claver, a través de la prestación de servicios integrales de calidad; alimentación, formación, recreación y lúdica.

ESPECIFICOS

- Fomentar una cultura de respeto y trato digno a las personas mayores beneficiarias de Hogar San Pedro Claver.

- Ofrecer alimentación balanceada a las personas mayores, que les permita gozar de buena salud y disposición para desarrollar las actividades físicas y cognitivas.

- Promover el envejecimiento activo, mediante la ejecución de actividades recreativas, que contribuyan al fortalecimiento de los músculos y articulaciones de las personas mayores.

- Generar espacios de aprendizaje y desarrollo del pensamiento, a través de la alfabetización y educación informal.

- Abordar temas de salud mental, a través de talleres, conversatorios e intervenciones individuales y grupales.

- Conmemorar la declaración de independencia de Cartagena de España con las personas mayores, a través de actividades que permitan rescatar las tradiciones históricas y culturales.



3. DEL 20 DE OCTUBRE AL 19 DE NOVIEMBRE

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TIPO DE ACTIVIDAD
Charla motivacional	Formativa
Elaboración de esqueletos de Halloween	Formativa
Canastillas coloridas	Formativa
Celebración de Halloween	Recreativa
Porta lapiz y celular	Formativa
Muñequitas con material reciclable	Formativa
Reinado adultas felices	Recreativa
Rumba novembrina	Recreativa
Clasifico según colores	Recreativa
Jala jala	Recreativa
Triqui con globos	Recreativa

4. ACTIVIDADES RECREATIVAS





4.1 CHARLA MOTIVACIONAL

OBJETIVO:

Ayudar a las personas mayores del Hogar San Pedro Claver a reconocer sus capacidades, fortalezas y potencialidades para enfrentar sus desafios personales, a traves de charlas motivacionales.

METODOLOGIA:

Lo primero que se hace es preparar el lugar donde se realizara la charla, colocando material de apoyo como carteleras, imágenes, reflexiones entre otras visuales que contribuyan a un amplio panorama de las tematicas a desarrollar.

Las tematicas a tratar se centran en el bienestar integral de las personas mayores, donde se incluyen sub temas como: salud fisica y mental, desarrollo personal, conexión socila y la adaptación a las nuevas dinamicas de vida.

Se aborda la resiliencia, el proposito de vida y el desarrollo de nuevas habilidades (como erte, manualidades y emprendimientos)

IMPORTANCIA:

- Reconocen sus capacidades
- Proporciona bienestar integral
- Mejoran su salud física
- Resiliencia

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

CHARLA MOTIVACIONAL

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Cartulinas
- Marcadores
- Imágenes impresas
- Impresora
- Cinta pegante
- Sillas

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

CHARLA MOTIVACIONAL







4.2 ELABORACIÓN DE ESQUELETOS DE HALLOWEEN

OBJETIVO:

Mejorar la motricidad fina y la expresión emocional entre las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedro Claver, a través de la elaboración de manualidades.

METODOLOGÍA:

Lo primero que se hace es entregar a las personas que participan un molden de cara de esqueleto, pies y manos. Luego se indica que deben recortar 50 tiras de papel blanco utilizando las medidas explicadas.

Para armar el cuerpo del esqueleto se pegan las puntas de las tiras y se van haciendo en forma de cadenetas la estructura de las piernas se hace con cadenetas de 10, los brazos de 7 y el cuello de 3.

Finalmente se pega el rostro, las manos y los pies.

IMPORTANCIA:

- Mejorar la motricidad
- Potenciar la concentración y paciencia
- Aumentar la autoestima
- Reduce el estrés
- Estimula la creatividad

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

ELABORACIÓN DE ESQUELETOS DE HALLOWEEN

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Resmas de papel
- Tijeras
- Colbon
- Cinta pegante
- Grapadora

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

ELABORACIÓN DE ESQUELETOS DE HALLOWEEN







4.3 CANASTILLAS COLORIDAS

OBJETIVO:

Estimular la creatividad y la expresión personal, en aras que las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedro Claver expresen sus gustos, emociones e ideas, a través de formas y colores.

METODOLOGÍA:

Lo primero que se hace en esta actividad es entregar unos platos desechables a las personas mayores, se les indica que deben hacer unas rayas con exacto y luego ir entretejiendo las tiras de cartulinas de colores.

Al finalizar de entretejer las cartulinas se procede a asegurar las puntas de las cartulinas utilizando una grapa, por otro lado, se arma la parte de agarre y de manera creativa y autónoma proceden a decorar.

IMPORTANCIA:

- Creatividad
- Autonomía
- Expresan sus ideas
- Expresión personal

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

CANASTILLAS COLORIDAS

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Platos desechables
- Exactos
- Cartulinas de colores surtidos
- Tijeras
- Grapadora
- Grapas

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

CANASTILLAS COLORIDAS







4.4 CELEBRACIÓN DE HALLOWEEN

OBJETIVO:

Celebrar el día de Halloween a los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver, donde utilizarán atuendos, disfraces, se harán concursos, premios al mejor disfraz entre otras actividades.

METODOLOGÍA

Para la celebración de Halloween se decora el salón de actividades con atuendos relacionados con la fecha, los adultos mayores que deseen disfrazarse lo podrán hacer, yaqué se hará un concurso de disfraces, donde el ganador obtendrá un premio.

Por otro lado, se compartirán algunos dulces a los que puedan comerlos, durante la actividad se realizarán concursos de baile, chistes y demás.

Al finalizar la actividad se entrega un compartir a los presentes.

IMPORTANCIA

- Recrear la mente
- Disminuir la depresión
- Favorece la socialización
- Ayuda al aprovechamiento del ocio y tiempo libre
- Mejora las relaciones entre compañeros

ESPECIFICACIONES DE LA ACTIVIDAD

CELEBRACIÓN DE HALLOWEEN

HORA: 1:35 A 4:30Pm

LUGAR: salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

IMPLEMENTOS UTILIZADOS:

- Cartulinas naranjadas y negras
- Globos naranjas y negros
- Rollos de lana
- Silicona liquida
- Telarañas decorativas negras
- Bolsas de diferentes dulces
- Mecatos
- Gaseosas
- Papel barrilete naranja, blanco y negro
- Cortinas

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

CELEBRACIÓN DE HALLOWEEN







4.5 PORTA LÁPIZ

OBJETIVO:

Proporcionar un lugar fijo para organizar y guardar lápices, bolígrafos entre otros entre las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedro Claver.

METODOLOGÍA:

La actividad de porta lápiz y celular se elabora utilizando palitos de paleta y baja lenguas. Lo primero que se debe hacer es armar la base de abajo pegando una al lado de la otra dándole el mancho que cada uno prefiera.

Posterior a ello se pegan las paleticas de paleta en todo alrededor de un vaso pequeño resistente o en la mitad de una botella de gaseosa, esto se pega en la base y se procede a decorar.

IMPORTANCIA:

- Organizan los espacios
- Mejoran la motricidad fina y gruesa
- Coherencia
- Provecho del tiempo libre
- Autonomía
- Proactividad

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

PORTA LÁPIZ

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Palitos de paleta
- Baja lenguas
- Silicona liquida
- Vasos plásticos
- Botellas plásticas
- Láminas de foami

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

PORTA LÁPIZ Y CELULAR







4.6 MUÑEQUITAS CON MATERIAL RECICLABLE

OBJETIVO:

Utilizar material reciclable para hacer manualidades con las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedro Claver, en aras de contribuir al cuidado y conservación del medio ambiente.

METODOLOGÍA:

Las muñecas con material reciclable se hacen utilizando los rollos de cartón del papel higiénico, para ello se pide a las personas mayores que vallan guardando estos rollos en un lugar que se conserven y no se mojen.

Para dar inicio se dibuja la cabeza y la parte de la cintura hacia arriba, luego se recorta y se procede hacer unos orificios alrededor de la cabeza del muñeco y se empieza a introducir lana en cada orificio haciendo con ello el cabello.

Por otro lado, se dibujan o se pegan los ojos, se dibuja la boca y se aplica un poco de rubor, en caso de ser silueta de mujer.

IMPORTANCIA:

- Conservar el medio ambiente
- Reciclar
- Liberan emociones negativas
- Aprenden a que todo tiene utilidad

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA DE LA ACTIVIDAD

MUÑEQUITAS CON MATERIAL RECICLABLE

HORA: De 9:35 a 11:00am

LUGAR: Salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Formativa

MATERIALES:

- Rollos de papel higiénico
- Rollos de lana
- Lápices de colores
- Tijeras
- Ojitos móviles
- Rubor

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD

MUÑEQUITAS CON MATERIAL RECICLABLE





5.ACTIVIDADES FORMATIVAS





5.1 REINADO PERSONAS MAYORES FELICES

OBJETIVO:

Conmemorar el reinado de la adulta mayor, en el Hogar San Pedro Claver, en aras de proporcionar momentos de alegría entre todos los beneficiarios y recordar tradiciones culturales

METODOLOGÍA:

Para la realización de este gran evento fue importante la planificación que se llevó a cabo en el Hogar San Pedro Claver, desde el área Psicosocial. Dando lugar a la inscripción de las aspirantes, preparación de los vestuarios y organización de la logística.

Durante el desarrollo de la programación participaron 6 hermosas candidatas al reinado de la adulta mayor, donde desfilaron, hicieron muestras de talento de baile, canto y poema.

Al finalizar la actividad se hace la elección y coronación de la reina, virreina y princesa, para lo que se tendrán en cuenta el carisma y entusiasmos de las participantes.

IMPORTANCIA:

- Mejora la autoestima
- Participación
- Proporciona alegría
- Revive las culturas

ESPECIFICACIONES DE LA ACTIVIDAD

REINADO ADULTAS MAYORES FELICES

HORA: 9:35 A 11:30am

LUGAR: salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

IMPLEMENTOS UTILIZADOS:

- Coronas
- Bandas en cinta de tela
- Escarcha de colores surtidos
- Colbon
- Vestidos de gala
- Maquillajes
- Premios
- Parlante activo
- Manteles
- Refrigerios

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

REINADO ADULTAS MAYORES FELICES







5.2 RUMBA NOVEMBRINA

OBJETIVO:

Favorecer el sano esparcimiento, aprovechamiento del tiempo libre y el entretenimiento entre las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedro Claver.

METODOLOGIA:

La rumba novembrina consiste en hacer una actividad con música de carnavales donde retumban los diferentes géneros musicales champeta, salsa ballenatos y folclórica.

Las personas mayores tienen la posibilidad de compartir, bailar y disfrutar de una mañana diferente donde recuerden tiempos anteriores cuando salían a departir con sus amigos (a).

Durante la actividad se hacen concursos y algunas dinámicas y lúdicas.

IMPORTANCIA:

- Esparcimiento
- Mejora la movilidad
- Crea un ambiente festivo
- Trae recuerdos

ESPECIFICACIONES DE LA ACTIVIDAD

RUMBA NOVEMBRINA

HORA: 9:35 A 11:30am

LUGAR: salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

IMPLEMENTOS UTILIZADOS:

- Parlante activo
- Memoria USB
- Sillas
- Premios para concursos

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

RUMBA NOVEMBRINA







5.3 CLASIFICO SEGÚN COLORES

OBJETIVO:

Mejorar la discriminación visual entre las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedro Claver, a través del juego clasifico según colores

METODOLOGÍA:

El juego clasifico según colores se trata de una tabla plástica que se compone por diferentes orificios. En los lados laterales contiene diferentes cuencas de varios colores.

El objetivo del juego es que las personas mayores puedan agrupar por colores las peloticas en los orificios del tablero conformando hileras y filas, la actividad la irán realizando en grupos de 4 personas.

Por otro lado, deben cumplir con un lapso de tiempo de 3 minutos para armar las hileras y filas los primeros dos grupos que lo logren obtendrán un premio.

IMPORTANCIA:

- Mejora la visión
- Concentración
- Fortalece la memoria
- Proactividad

ESPECIFICACIONES DE LA ACTIVIDAD

CLASIFICO SEGÚN COLORES

HORA: 9:35 A 11:30am

LUGAR: salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

IMPLEMENTOS UTILIZADOS:

- Juego de colores
- Mesa
- Premios

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

CLASIFICO SEGÚN COLORES







5.4 JALA JALA

OBJETIVO:

Promover la ejercitación del cuerpo y la mente, mediante dinámicas y juegos interactivos con las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedro Claver.

METODOLOGÍA:

Para iniciar se coloca una mesa plástica y encima de esta se ponen unas tiras de papel resistentes, arriba de las tiras se ponen unos vasos desechables llenos de líquido de diferentes colores.

Las personas que desean participar se parar frente a las tiras y las toman con sus manos, a la cuenta de tres inician jalándola lo más que puedan sin dejar caer el vaso ni votar el líquido que tiene dentro.

Este juego tendrá un premio al final para la persona que logre el objetivo de la actividad en el menor tiempo posible.

IMPORTANCIA:

- Agilidad
- Destrezas motoras
- Mejora los movimientos en las manos
- Proporciona alegría
- Dinamismo

ESPECIFICACIONES DE LA ACTIVIDAD

JALA JALA

HORA: 9:35 A 11:30am

LUGAR: salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

IMPLEMENTOS UTILIZADOS:

- Vasos desechables
- Tiras plásticas resistentes
- Colorante para agua
- Mesa
- Premios

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

JALA JALA







5.5 TRIQUI CON GLOBOS

OBJETIVO:

Ayudar a que las personas mayores encuentren estrategias para dar solución a las situaciones que se les presentan en la vida cotidiana, mediante la utilización del juego y la lúdica.

METODOLOGÍA:

El triqui es un juego de estrategia para dos jugadores que se desarrolla en un tablero de 3×33 Cross 33×3 casillas. El objetivo es ser el primero en conseguir alinear tres de sus fichas (X u O) de forma horizontal, vertical o diagonal. Si el tablero se llena sin que ningún jugador complete una línea, el juego termina en empate.

Para la preparación se dibuja en papel resistente un tablero de 3 x 3 casillas, creando una cuadricula con dos líneas horizontales y dos verticales. Cada jugador elije un color de globos, estos se turnan para colocar una de sus fichas en una casilla vacía del tablero.

El jugador que logre alinear tres de sus fichas en una fila (horizontal, vertical o diagonal) gana la partida.

IMPORTANCIA:

- Encuentran estrategias
- Competencias sanas
- Fortalecen la autoestima

ESPECIFICACIONES DE LA ACTIVIDAD

TRIQUI CON GLOBOS

HORA: 9:35 A 11:30am

LUGAR: salón de actividades

TIPO DE ACTIVIDAD: Recreativa

IMPLEMENTOS UTILIZADOS:

- Bolsa de globos N°5
- Bomba infladora de globos
- Cartulina
- Cinta pegante

FUENTE DE VERIFICACIÓN: Registro fotográfico

EVIDENCIA DE LA ACTIVIDAD

TRIQUI CON GLOBOS





6. OTROS SERVICIOS





6.1 INFRAESTRUCTURA FÍSICA

Hogar san pedro Claver cuenta con habitaciones colectivas con capacidad para 10 personas con un área total de 71 m^2 distribuidas en 12 m de largo por 5.9 m de ancho, con ventanas amplias traslucidas y de apertura las cuales permiten una ventilación óptima para la comodidad de los residentes, dotadas de closets para el alojamiento de sus pertenencias de manera segura, cuenta con intercomunicador capaz de comunicar con todas las áreas de la institución. Camas individuales dotadas de colchones anti-fluidos anti-escaras con dimensiones de 1.90 m x 0.9 m para dar espacios entre camas de 1.25 m, también se cuenta para pacientes en condición de discapacidad, con camas hospitalarias.

Las habitaciones cuentan con un baño compartido en un área de 40 m^2 dotado de 4 retretes, 4 duchas y 4 lavamanos dotados de los accesorios necesarios para el uso del adulto mayor como soporte pasamanos y sillón de ruedas para retrete. El espacio del baño cuenta con ventanas de fácil apertura para una buena iluminación y ventilación.

Contamos con habitaciones individuales para la atención de casos específicos como aislamientos preventivos por control de enfermedades infectocontagiosas, las cuales disponen de un espacio de 20m^2 la cual cuenta con baño interno con el espacio suficiente para el movimiento del adulto mayor y un asistente en caso de requerirlo. La habitación igualmente cuenta con ventanas de fácil apertura para una correcta ventilación e iluminación, e igualmente cuenta con intercomunicador.

Contamos también con un consultorio médico dotado con camilla, sillas, escritorio, linterna de mano, martillo de reflejos, equipo para oxigenoterapia, bascula, tensiómetro, fonendoscopio, termómetro, pulsioxímetro y equipo de signos vitales.

Contamos con un área de cuidados paliativos donde se prestan los servicios de enfermería y cuidados más personalizados para los adultos mayores que más lo requieran, también tenemos un salón de Fisioterapia en el cual tenemos equipos como, camillas, equipo de ultrasonido, caminadores, calentador de toallas, bandas, ligas, pesas, balones terapéuticos sillas para masajes entre otros, que en conjunto con el salón Social son utilizados para fortalecer las capacidades psicomotrices del adulto mayor.

Las instalaciones de Hogar San Pedro Claver cuentan con un amplio comedor en una extensión de 324 m2 que cuenta con 20 mesas redondas de 1.5 m de diámetro con capacidad para 5 personas. Espacio abierto de gran ventilación e iluminación. Cuenta con televisores y ventiladores.

Cercano al comedor se encuentra nuestra cocina industrial que cuenta con una estufa de 6 fogones y 2 estufas de un fogón, mesones, repisas y pesetas en acero inoxidable para fácil saneamiento, áreas de lavado de platos, zona de procesamiento de verduras, procesamiento de frutas y procesamiento de carnes. Una bodega de hortalizas y tubérculos, una bodega de congelados y refrigerados que cuenta con 1 refrigerador para verduras y 3 congeladores para carnes, 1 despensa de alimentos no perecederos dotada de repisas y estibas plásticas para el almacenamiento de los alimentos. En todos los anteriores se aplican procesos de saneamiento básico y las BPM para la correcta manipulación de alimentos.

Contamos con lavandería la cual cuenta con equipos industriales de lavandería como son 2 lavadoras y una secadora, lo que garantiza el continuo funcionamiento del área aun en días lluviosos. Dispone de un espacio con estantería habilitado para el almacenamiento de la ropa de los adultos mayores debidamente rotulado.

En todo el espacio útil del centro se cuenta con puntos ecológicos para la recolección de residuos y canecas de residuos peligrosos en las áreas que así lo requieran como cuartos, baños, enfermería y consultorio médico.

Hogar San Pedro Claver cuenta con un espacio de oficinas donde se llevan a cabo todas las labores administrativas y de operación de la institución, capilla para celebraciones católicas y parqueadero para el acceso de visitantes.

Contamos con abastecimiento de agua potable y además con tanques de almacenamiento y bombas de agua que garantizan el suministro constante para el funcionamiento a los cuales se les realiza limpieza y mantenimientos periódicos.

EVIDENCIA DE ALOJAMIENTO







6.2 SUMINISTRO DE VESTUARIO

OBJETIVO:

Proteger y mantener la dignidad de las personas mayores del Hogar San Pedro Claver, a través de los buenos hábitos de vestir y calzar, aumentando el nivel de autoestima con la mejora de su aspecto físico.

METODOLOGÍA:

Para hacer la entrega de vestuario y calzado se evalúan las necesidades de los beneficiarios, una vez se recopila la información, se procede hacer la compra de los mismos para su posterior distribución.

Para la entrega de estos insumos se coloca la ropa y el calzado exhibidos en una mesa. Las personas mayores van pasando por género y seleccionando las prendas según sus gustos y preferencias, luego la persona encargada anota en un formato el nombre del beneficiario y las prendas entregadas.

Otra forma de suministrar vestuario, es a través del personal de ropería, quien debe garantizar que los adultos mayores estén limpios día a día.

Elementos que se entregan:

- interiores de hombres y mujeres
- Vestidos
- Pantalonetas
- Suéteres
- Camisas

IMPORTANCIA:

- Motivación por mantener su aspecto físico
- Mejora la autoestima
- Favorece las relaciones sociales

EVIDENCIA DE LA ENTREGA

SUMINISTRO DE VESTUARIO







6.3 ENTREGA DE ÚTILES DE ASEO PERSONAL

OBJETIVO:

Mantener hábitos de higiene regulares en los adultos mayores del Hogar San Pedro Claver en especial para la prevención de infecciones y ciertas enfermedades de la piel, además de favorecer un estilo de vida saludable.

METODOLOGÍA:

Las entregas de útiles de aseo personal se realizan mensualmente, donde se distribuyen los kits a los adultos mayores autovalentes de manera directa y a los beneficiarios no autovalentes le reciben las auxiliares de enfermería, quienes asisten a estas personas que presentan alguna limitación física y/o cognitiva.

Dentro de los elementos de aseo que se entregan en el kit son: jabón de baño, papel higiénico, pasta dental, desodorante, presto barba, toallas de baño, enjuague bucal, pañitos húmedos, cepillos de diente (trimestral), pañales desechables (adultos mayores no autovalentes).

IMPORTANCIA:

- Auto cuidado
- Mejor calidad de vida
- Buena higiene bucal
- Prevención de enfermedades de la piel
- Favorece la socialización

EVIDENCIAS DE LA ENTREGA DE ÚTILES DE ASEO







6.4 SERVICIO DE CITAS MEDICAS

Cuenta de OBJETIVO DE LA CITA	Etiquetas de columna													
Nombres	CIRUGIA GENERAL	CIRUGIA PLASTICA	CONSULTA EXTERNA	LABORATORIOS	MEDICINA GENERAL	MEDICINA INTERNA	NEUROLOGIA	NUTRICIONISTA	OFTALMOLOGIA	ONCOLOGIA	PSIQUIATRIA	RADIOLOGIA	UROLOGIA	Total general
AGOBARDO FIGUEROA RODRIGUEZ	1													1
ALFONSO ENRIQUE MERCADO SUAREZ			1											1
ALVARO JOSE BOSSA VASQUEZ				1										1
ANTONIO BUELVAS HERNANDEZ					1									1
ANTONIO JIMENEZ PARDO			1	2						1				4
BLAS JOSE ROMERIN FLOREZ									2					2
BLAS ROMERIN				1										1
DIOGENES VELEZ MEÑACA				1		1							1	3
DORCY DEL CARMEN DIAZ LOPEZ				1							1			2
ELEAZAR MADERA CARDENAS				1		1						1		3
GUSTAVO CORTES				1										1
GUSTAVO CORTES OCAMPO					1	1	1		1					4
JAIME CARABALLO SILVA						1								1
JOSE DE JESUS SERRANO GONZALEZ					1									1
JOSE DE LA CRUZ GALARCIO GAVIRIA							1							1
JOSE ENCARNACION MERCADO OLIVARES								1						1
JOSE MANUEL MARTINEZ				1			1							2
JUANA RENTERIA PALACIOS								1						1
LUIS BONILLA PION									1					1
LUZ HELENA VELASQUEZ				1										1
LUZ HELENA VELASQUEZ TANGARIFE					1									1
MIGUEL ANGEL BUITRAGO QUINTERO					1									1
OSIRIS DEL SOCORRO VERGARA ARRIETA	1										1			2
OSIRIS DL SOCORRO VERGARA ARRIETA						1								1
REINALDO DE JESUS VILLA GALLO		1											1	2
ROBINSON MOLINA HERNANDEZ									1					1
ROSA AMELIA MARTINEZ CHIQUILLO						1								1
WUANCELSO GUZMAN GOMEZ					1				1					2
Total general	**2**	**1**	**2**	**10**	**6**	**6**	**3**	**2**	**6**	**1**	**2**	**1**	**2**	**44**

ANALISIS: Durante el periodo se hicieron 34 acompañamientos a citas médicas presenciales y 10 laboratorios, donde las personas mayores fueron acompañadas por la auxiliar de enfermería.



6.5 SERVICIO DE LABORATORIO CLÍNICO

Los servicios de laboratorios están orientados a llevar a cabo todos los procedimientos o técnicas que se desarrollan en el laboratorio clínico con fines preventivos, de diagnóstico, control terapéutico o evolutivo de las enfermedades.

En el Hogar San Pedro Claver hay dos modalidades de garantizar este servicio de manera oportuna a los adultos mayores.

- Por un lado, cuando se presentan situaciones de salud en algunos de los beneficiarios, el medico del hogar lo valora, si considera que se deben realizar exámenes de laboratorio para descartar agravantes de salud. El Hogar procede a realizarlos particularmente, a través del laboratorio proveedor **PASTEUR.** Este servicio también se utiliza cuando la EPS envía a realizar exámenes de laboratorio y se demoran para autorizarlos y se ve en riesgo la salud del adulto mayor.
- Además, se hace uso del servicio de laboratorios clínicos suministrado por las EPS donde se encuentre afiliado lo adultos mayores.

Cabe resaltar que en ambos casos el adulto mayor es trasladado hasta el lugar donde se va a realizar la toma de muestra, acompañado por la auxiliar de enfermería encargada.

Un día antes se notifica al adulto mayor sobre las recomendaciones a tener en cuenta para garantizar óptimos resultados de la muestra tomada. Por ejemplo, no tomar café, si requiere ir en ayunas entre otras.

Nota: cuando el adulto mayor está en situación de cama la auxiliar de enfermería se dirige al laboratorio a recoger los tubos recolectores de la muestra, vuelve al

hogar, toma la muestra y con el respectivo proceso de traslado se lleva al laboratorio.

7.EQUIPO INTERDISCIPLINARIO





7.1 INFORME MEDICO

Informe médico general de la población de adultos mayores residentes en el hogar San Pedro Claver que se encuentran bajo convenio de la alcaldía mayor de Cartagena de Indias. El siguiente informe se realiza en base a la información obtenida en las consultas y rondas médicas realizadas a corte del 20 de octubre al 19 de noviembre en los diferentes pabellones de la institución.

Durante este periodo no se presentaron ingresos, hospitalizaciones ni decesos.

	NOMBRE	RESUMEN HISTORIA CLINICA
1	Leuterio Jiménez Martínez	Paciente con antecedente de hipertensión arterial, trauma raquimedular e hiperplasia prostática en manejo conservador, cursó con infección de vías urinarias ya resuelta.
2	Oscar Castaño Restrepo	Paciente con antecedente de demencia senil y esquizofrenia en el momento clínica y hemo dinámicamente estable sin requerimiento de nuevas intervenciones durante el mes en curso
3	Jaime Caraballo Silva	Paciente con antecedente de epilepsia con adecuado control, en el momento estable, asintomático sin requerimiento de nuevas intervenciones durante el mes en curso.
4	Gladys Hernández Herrera	Paciente con antecedente de hipertensión arterial con adecuado control, antecedente

		de fractura de fémur en manejo conservador, en el momento clínica y hemo dinámicamente estable sin requerimiento de nuevas intervenciones durante el mes en curso.
5	Wuancelso Guzmán Gómez	Paciente con antecedente de hipertensión arterial, trastorno de ansiedad y EPOC, riesgo elevado de mortalidad por neumopatía crónica severamente avanzada, en el momento asintomático sin requerimiento de nuevas intervenciones durante el mes en curso
6	Hernán Hernández Buelvas	Paciente con antecedente de hiperplasia prostática benigna, glaucoma, faquectomía y ceguera ojo izquierdo, en el momento estable, asintomático, sin requerimiento de nuevas intervenciones durante el mes en curso.
7	Reinaldo Villa Gallo	Paciente con antecedente de hipertensión arterial controlada, vértigo y EPOC estable en el momento, se le realizó resección de lesión tumoral en rostro, adecuada recuperación, persiste con episodios de vértigo y dolor lumbar en manejo médico, aun aguarda realización de infiltraciones a nivel lumbar, persiste con episodios frecuentes de dolor lumbar.
8	Pedro Herrera Cárdenas	Paciente paliativo con antecedente de hipertensión arterial, insuficiencia renal

		crónica, demencia senil, artrosis de rodillas, hiperplasia prostática vs ca de próstata en manejo conservador, infección de vías urinarias recurrente, usuario de sonda vesical permanente por cistostomía, en el momento estable, alto riesgo de complicación y muerte por patologías de base y edad avanzada.
9	José Alirio Calderas	Paciente con antecedente de hipertensión arterial controlada y secuelas de ACV, ha estado estable sin requerimiento de nuevas intervenciones durante el mes en curso.
10	José Joaquín Caballero Valdelamar	Paciente con antecedente de fibrilación auricular, hipertensión arterial, trastorno de ansiedad enfermedad cerebral multi infarto y secuelas neurológicas por ACV, en el momento estable con dependencia funcional severa y desacondicionamiento funcional progresivo.
13	Remberto González Ibarra	Paciente con antecedente de esquizofrenia y ceguera bilateral, en el momento estable sin requerimiento de nuevas intervenciones.
14	José Manuel Martínez Salcedo	Paciente con antecedente de hipertensión arterial, glaucoma y síndrome de intestino irritable, en el momento estable, asintomático, función renal en recuperación.
15	José De Jesús Serrano González	Paciente con antecedente de hipertensión arterial controlada y enfermedad de Parkinson quien persiste con actitudes

		altivas y desafiantes, actitudes opositoras y episodios de ansiedad los cuales han requerido manejo farmacológico, presenta además caídas recurrentes por movimientos involuntarios asociados a enfermedad de Parkinson en paciente que no cumple con recomendaciones explicadas para disminuir riesgo de caídas, en el momento se encuentra en posoperatorio de reemplazo total de rodilla derecha, refiere episodios ocasionales de dolor en rodilla, paciente quien no cumple con recomendaciones de reposo, presenta hematoma en área quirúrgica lo cual se asocia a retiro precoz del dren el cual refiere el paciente sucedió de forma accidental, aguarda cita control con ortopedista la cual ya se encuentra programada.
16	Diógenes Vélez Meñaca	Paciente con antecedente de diabetes, síndrome de Steven Johnson, obesidad, dislipidemia e infección de vías urinarias recurrente, deterioro físico asociado a edad y patologías de base, en el momento estable tiene reporte de ecografía de tiroides la cual muestra nódulo mixto en lóbulo izquierdo sugestivo de tiroiditis, en el momento eutiroideo, paciente quien viene presentando episodios recurrentes de retención urinaria con necesidad de cateterismos para evacuación de orina,

		asistió a control con urología quien dado a evolución tórpida del paciente ordena manejo quirúrgico, se encuentra en realización de prequirúrgicos.
17	Manuel marmolejo Moreno	Paciente con antecedente de hipertensión arterial controlada, secuelas de ACV e hipotiroidismo en suplencia ya en rangos eutiroideo, paciente quien viene presentando disminución progresiva de capacidad funcional dado a secuelas neurológicas por ACV.
18	Antonio Santos Acosta	Paciente con antecedente de hipotiroidismo en suplencia, en seguimiento por hematología por hallazgos sugestivos de enfermedad neoplásica continua en manejo conservador por edad avanzada y ausencia de síntomas, en el momento paciente sin dolor, marcha con ayuda física
19	Carmen Isabel Diaz Bermúdez	Paciente senil con antecedente de hipertensión arterial, asma y colecistitis, clínica y hemo dinámicamente estable, sin requerimiento de nuevas intervenciones durante el mes en curso.
20	Blas Romerin Flórez	Paciente con antecedente de hipertensión arterial, amputación supracondílea de miembro inferior izquierdo y antecedente de enfermedad vascular periférica, en el momento asintomático, estable, sin

		requerimiento de nuevas intervenciones durante el mes en curso.
21	Robinson Molina Hernández	Paciente con antecedente de hipertensión arterial, secuelas neurológicas de ACV, hiperplasia prostática benigna, paciente estable en el momento sin requerimiento de nuevas intervenciones, sin embargo, alto riesgo de complicaciones por patologías de base.
22	Carmen Herazo de Barrera	Paciente con antecedentes de hipertensión arterial, insuficiencia cardiaca congestiva, coxartrosis bilateral en el momento cursando con episodios de epigastralgia de origen farmacológico por lo que suspende sulfato ferroso y se ordena hemograma de control, el cual reporta persistencia de anemia por lo que se ordena multivitamínico inyectable y se reinician micronutrientes.
23	Gustavo Cortes Ocampo	Paciente con antecedente de hipertensión arterial controlada, hiperplasia prostática benigna, hipoacusia bilateral, ceguera ojo izquierdo, EPOC, presenta aparición de lesión tumoral en región pretibial de miembro inferior derecho, por lo que solicito laboratorios y direcciono a su eapb para valoración por dermatología.
24	Miguel Buitrago	Paciente con antecedente de diabetes mellitus tipo 2 y secuelas de enfermedad cerebrovascular, continua con

		requerimiento de insulinas, metabólicamente compensado, pero sin lograrse aun disminución de dosis de insulina, aguarda colocación de toxina botulínica en miembro superior izquierdo para manejo de secuela motora.
25	Víctor De La Hoz Pautt	Paciente con diagnóstico de hipercolesterolemia en manejo farmacológico, posoperatorio reciente de reducción abierta más fijación interna de fractura de maléolo externo miembro inferior derecho, adecuada evolución de su posoperatorio, paciente recibiendo terapias físicas para rehabilitación.
26	Alfonso Mercado Suarez	Paciente portador del virus de inmunodeficiencia humana controlado, dislipidemia, ceguera de ojo derecho y disminución de la agudeza visual ojo izquierdo, deformidad en antebrazo derecho secundario a fractura, paciente en el momento clínica y hemo dinámicamente estable, sin requerimiento de nuevas intervenciones durante el mes en curso.
27	José Altamar	Paciente con antecedente de epilepsia en manejo anticonvulsivante, presentó crisis convulsiva durante el mes en curso, se realizó ajuste a tratamiento farmacológico.
28	Antonio Buelvas Hernández	Paciente senil con enfermedad vascular periférica avanzada, hipertensión arterial y

		dislipidemia recibiendo tratamiento farmacológico, se inició seguimiento por urología por síntomas obstructivos, continua en estudio.
29	Agobardo Figueroa Rodríguez	Paciente con antecedente de hipertensión arterial, amputación supracondílea derecha, se encuentra en postoperatorio de herniorrafía inguinal izquierda, con hallazgo incidental de lesión en colon que ocluía aproximadamente un 70% de la liuz intestinal, por lo que requirió laparotomía exploratoria con lisis de bridas y resección del tumor y anastomosis del colon, adecuada recuperación de su postoperatorio, aguarda cita control .
30	Miguel Verdeza Estremor	Paciente senil con antecedente de hipertensión arterial y demencia no especificada, hiperplasia prostática benigna, usuario permanente de sonda vesical, infección de vías urinarias recurrentes, cursó con nuevo cuadro febril asociado a infección de vías urinarias tratada de forma satisfactoria en el hogar, paciente postrado en regulares condiciones generales, riesgo elevado de muerte a corto plazo.
31	Álvaro Montañez Martínez	Paciente con antecedente de glaucoma con ceguera bilateral, trastorno del sueño y de la conducta en el momento clínica y hemo

		dinámicamente estable, sin requerimiento de nuevas intervenciones.
32	Luis Bonilla Pion	Paciente con antecedente de hipertensión arterial, diabetes mellitus insulinorequriente, en el momento presentando lesiones en piel sugestivas de brote por calor se inicia tratamiento tópico y medidas de higiene y ventilación.
33	Dorcy Diaz López	Paciente con antecedente de hipertensión arterial y Alzheimer, clínica y hemo dinámicamente estable en el momento, mejoría marcada del estado de alerta, sin embargo, con deterioro motor y funcional progresivo, alto riesgo de complicación y muerte a corto plazo por edad avanzada.
34	Juana Francisca Rentería Palacio	Paciente femenina anciana frágil con antecedente de hipertensión arterial, enfermedad cerebrovascular y demencia, ha estado estable y sin requerimiento de nuevas intervenciones durante el mes en curso.
35	Antonio Jiménez Pardo	Paciente con antecedente de cáncer de próstata con metástasis a columna, fractura patológica a nivel de T10, usuario permanente de sonda vesical, en el momento clínica y hemo dinámicamente estable, ya en seguimiento por urología oncológica quien por edad avanzada y ausencia de síntomas propone manejo

		conservador. Paciente en el momento estable sin requerimiento de nuevas intervenciones.
36	Denisse Mercedes Tuiran Álvarez	Paciente senil con antecedente de trastorno depresivo y demencia, adecuada evolución de su postoperatorio, sin embargo, alto riesgo de mortalidad por edad avanzada y patologías de base.
37	María De Jesús Castilla Cijane	Paciente femenina senil de 81 años con antecedente de hipertensión arterial, demencia, trastorno del sueño y desnutrición proteico-calórica a pesar de adecuada ingesta de alimentos.
38	Rosa Amelia Martínez Chiquillo	Paciente senil con antecedente de hipertensión arterial, diabetes mellitus no insulinorequiriente, arritmia cardiaca anticoagulada, al examen físico paciente con aparente desnutrición y sarcopenia, paciente clínicamente estable sin requerimiento de nuevas intervenciones durante el mes en curso.
39	Diana Barrios de Moreno	Paciente femenina senil con antecedente de hipertensión arterial, enfermedad cerebrovascular y demencia vascular, estable en el momento sin requerimiento de nuevas intervenciones.
40	Eleazar Madera Cárdenas	Paciente masculino senil sin antecedentes patológicos conocidos en el último control en su EAPB le suspenden los

		micronutrientes por resolución de la anemia, paciente con deseos de abandonar el hogar, refiere sentirse triste y que quiere salir a buscar a su familia, ya recibió valoración por psicología.
41	Sixta Del Carmen Fernández Almeida	Paciente femenina adulto mayor con antecedente de trastorno neuro cognoscitivo mayor y demencia, ya valorada por psiquiatría quien ordena tratamiento farmacológico, aguarda valoración por neurología para manejo integral, en el momento paciente clínicamente estable con mejoría marcada de la conducta.
42	José De La Cruz Galarcio Gaviria	Paciente masculino adulto mayor con antecedente de infección por virus de la inmunodeficiencia humana adquirida, enfermedad arterial periférica, ateromatosis carotidea y ceguera por desprendimiento de retina, en el momento estable.
43	Domingo Medrano Blanco	Paciente masculino senil con diagnóstico de hipertrigliceridemia más anemia leve en manejo, quien viene presentando episodios de hipotensión y bradicardia marcada, aun no cuenta con documento de identidad ni afiliación a una EAPB.
44	Humberto Calvo	Adulto con diagnostico reciente de dislipidemia ya en manejo farmacológico, en el momento estable sin requerimiento de nuevas intervenciones.

45	José Manuel Porto Víctor	Paciente masculino adulto mayor con diagnóstico de lesión ulcerosa en región pretibial derecha ya en resolución, trastorno del sueño, continua en gestión para afiliación a una EAPB e inicio de seguimiento de patologías de base, paciente no cuenta con cedula de ciudadanía.
46	José De La Encarnación Mercado Olivares	Paciente masculino adulto mayor con diagnóstico de EPOC y diabetes mellitus tipo II no insulinorequriente, en el momento paciente estable pero aun sin lograr control metabólico, por lo que ha requerido ajustes en tratamiento insulínico, paciente quien no acata recomendaciones sobre la dieta y horarios de alimentación, se opone frecuentemente a la realización de glucometría, actitudes altivas, demandantes y groseras con el personal asistencial.
47	Osiris Del Socorro Vergara Arrieta	Paciente femenina adulto mayor quien ingresa con diagnóstico de tumor de colon derecho resecado, usuaria de ileostomía en el momento funcional y en plan de cierre por gastroenterología, paciente además con antecedentes psiquiátricos en manejo psicofarmacológico, ya fue revalorada por gastroenterología quien ordena cierre de colostomía, aguarda programación quirurgica.

48	Luz Helena Velásquez Tangarife	Paciente femenina de 69 años con diagnóstico de esquizofrenia paranoide, en el momento con mejoría del estado de alerta y emocional, cursó con infección de vías urinarias para lo cual requirió manejo farmacológico en el hogar.
49	MARIA CONTRERAS BECERRA	Paciente femenina anciana frágil de 90 años quien es ingresada por personal de la alcaldía proveniente del hospital universitario del caribe en contexto de infección del sitio operatorio en manejo por antecedente osteosíntesis de fractura supracondílea de fémur izquierdo más fractura de diáfisis de tibia izquierda por caída desde su propia altura hace 2 años, realiza manejo antibiótico para control del foco infeccioso y dan egreso bajo restitución de derechos por pobre red de apoyo familiar, paciente quien además presenta hemiplejia inferior, sarcopenia marcada, desnutrición proteico calórica y trastorno del sueño, cursó con nuevo proceso infeccioso en área quirúrgica para lo cual requirió manejo antibiótico lográndose resolución del cuadro.
50	Álvaro José Bossa Vásquez	Paciente masculino de 71 años con antecedente de cáncer de próstata y resección transuretral de próstata en seguimiento por urología oncológica,

		adecuada adaptación al hogar se realizaron paraclínicos de ingreso sin hallazgo de alteraciones susceptibles de manejo farmacológico.

M.D Ruth Elena Orozco Gómez

R.M 1047478435

EVIDENCIA DE LA ATENCIÓN MEDICA





7.2 INFORME DE ENFERMERIA

INTRODUCCION

El roll del cuidador cada día , emerge una serie de conocimientos para poder dar un abordaje eficaz a la persona mayor , cada persona mayor vive un sin número de eventos ya sea de enfermedad o de situaciones que lo colocan en el marco de atención , `por lo tanto cada cuidador debe tomar la iniciativa de atención en cada situación que se le presente con cada adulto mayor, los cuidadores deben estar comprometidos con la atención dela persona mayor l, la persona mayor requiere de su cuidado , ya sea en lo físico , en lo emocional o en lo espiritual, debe de proyectarse en cada acontecimiento que se relacione con el adulto mayor para poder brindar esa atención con calidad y con calidez de allí que cada roll del cuidador va enmarcado en los sentimientos y en los conocimientos adquiridos para desempeñarse en esta labor.

OBJETIVO GENERAL

Crear espacios de atención con calidad y calidez, donde la persona mayor se sienta que su carga emocional disminuye cada día más, y se siente más estable dentro de su círculo de amigos en este espacio que comparte con muchas personas.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Brindar una atención con calidad a la persona mayor
- Velar por la salud de las personas mayores
- Entender cada situación que exprese el adulto mayor y dar una buena solución

FUNCIONES DEL PERSONAL DE ENFERMERIA ASISTENCIALES

- Asistir a los adultos mayores en la higiene
- Asistir en la higiene bucal
- Asistir en la higiene genital
- Asistir en la higiene del cabello
- Asistir en la alimentación
- Asistir en la deambulación
- Asistir en la limpieza y corte de uñas del as manos y pies
- Asistir en la eliminación
- Tomar signos vitales
- Realizar administración de medicamentos en todas las vías.
- Realizar glucómetros
- Realizar curaciones de heridas no complejas
- Realizar insulinoterapias
- Realizar pesaje y tallaje
- Realizar arreglo y organización de la unidad
- Realizar acompañamiento a citas medicas
- Realizar afeitadas y corte de cabello
- Asistir en los cambios de posición
- Asistir en la colocación de sondas vesicales
- Asistencia e el sueño del paciente
- Asistencia en la movilización
- Vigilancia de la medicación
- Asistencia en el cambio de pañales
- Asistencia en el vestir

FUNCIONES ADMINISTRATIVAS DE LAS AUXILIARES

- Realización de notas de enfermería
- Realización de registro de medicamentos
- Actualización de tarjetas de drogas
- Manejo de kardex
- Actualización de registros clínicos
- Solicitud de medicamentos de stock
- Actualización de inventario de stock
- Solicitud de ambulancia ami
- Inventario de medicamentos por adulto mayor
- Manejo de caja menor

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES DE HIGIENE PARA REALIZAR CON LOS ADULTOS MAYORES

ACTIVIDADES	FECHAS
Limpieza de oídos	lunes
Limpieza de boca y dentadura	Todos los días
Higiene de genitales	Todos los días
Corte de uñas, manos y pies y rasurado	Los jueves
Corte de cabellos	Cada 15 días
Peinado del adulto mayor	Todos los días
Peso y talla	Cada mes
Lavado de calzado	Cada 15 días
Hidratación de la piel	Todos los días
Cambio de posiciones	Cada 2 horas
Hidratación y bebida	Todos los días cada vez que se requiera

ACTIVIDAD REALIZADA CON LOS ADULTOS MAYORES

nombre de la actividad: promover la salud mental
fecha: 6 de noviembre de 2025
hora :10: am
lugar: comedor de la institución

objetivos general

crear espacios de esparcimientos para promoción de la salud mental en los adultos mayores.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Conocer la importancia de la salud mental
- Incentivar a los adultos para la participación en la actividad
- Realizar actividades que promuevan la salud mental

LA SALUD MENTAL

Es un estado de bienestar, emocional, psicológico y social, que influye en como pensamos, actuamos o sentimos, permitiendo a las personas enfrentar el stress, trabajar productivamente y poder relacionarse en comunidad.

ESTIMULACION DE LA SALUD MENTAL

El envejecimiento, va deteriorando la capacidad cognitiva en las personas mayores, cabe resaltar que todas las personas debemos cumplir este ciclo vital de la vida, una de las formas de estimulación para que el deterioro cognitivo se retrase son realizar con los adultos actividades para estimular la capacidad cognitiva y asi ayudarlos para que este evento no los tome desapercibidos.

ACTIVIDADES QUE SE REALIZARON PARA LA ESTIMULACION DE LA SALUD MENTAL EN LOS ADULTOS MAYORES:

- Jugar ajedrez
- Jugar a las cartas
- Jugar al sudoku
- Realizar crucigramas
- Realizar lecturas de historietas
- Dibujar
- Colorear un dibujo
- Leer un libro
- Jugar parques
- Leer la biblia
- Que realicen relatos de su vida pasada

RELACION DE LAS CITAS REALIZADAS A LA PERSONA MAYOR DURANTE EL PERIODO.

CITAS REALIZADAS

CITAS REALIZADAS	TOTAL
34	34

LABORATORIOS REALIZADOS EN EL PERIODO

LABORATORIOS REALIZADOS	TOTAL
10	10

EVIDENCIAS DE LA ACTIVIDAD REALIZADA SOBRE ESTIMULACIÓN DE LA SALUD MENTAL

JUGAR CARTAS



REALIZAR DIBUJOS



LECTURA DE LIBROS



JUEGOS DE DOMINO





7.3 ATENCIÓN NUTRICIONAL

ACTIVIDADES ADSCRITAS EN EL HOGAR SAN PEDRO CLAVER.

En cumplimiento de lo dispuesto en el contrato de Prestación de Servicios celebrado entre Hogar San Pedro Claver y Keyla Verbel Martínez, con cédula de ciudadanía No. 1143383617 de Cartagena. Éste último en su calidad de contratista, Se presentan a continuación el Informe correspondientes a las actividades desarrolladas en el periodo comprendido del 20 de octubre a 19 de noviembre de 2025.

A continuación, relaciono las actividades desarrolladas así:

FUNCIONES	ACTIVIDAD	FECHA	LUGAR	OBSERVACIONES
1. Seguimiento indicadores antropométricos paciente adult mayores	Se realizó tamizaje nutricional a adulto mayores que presentaron mal nutrición por déficit excesos.	24/10/2025	Hogar geriátrico San Pedro Claver	Informe de seguimier en el diagnosti nutricional, implementando accion en cuanto a u alimentación adecuada
2. Seguimiento documental y infraestructura las condiciones almacenamiento los alimentos.	Se realizó seguimiento documental, de organización, Almacenamiento y rotulación al servicio de alimentos	07/11/2025	Comedor, Cocina y Bodega Hogar geriátrico San Pedro Claver	
3. Elaboración ciclos de minutas seguimiento	Se elaboró ciclo de minutas correspondiente al	14/11/2025	Comedor Hogar geriátrico	

servicio alimentos del hog geriátrico	mes de diciembre teniendo en cuenta las necesidades nutricionales de la población		San Pedro Claver	

INTRODUCCION

Las enfermedades no transmisibles (ENT) representan un desafío significativo para la salud de los adultos mayores, especialmente aquellos que residen en hogares geriátricos. Estas condiciones, que incluyen enfermedades cardiovasculares, diabetes, cáncer y enfermedades respiratorias crónicas, son a menudo el resultado de una combinación de factores genéticos, comportamentales y ambientales. En los adultos mayores, la prevalencia de estas enfermedades tiende a aumentar debido al envejecimiento natural del organismo, la acumulación de factores de riesgo a lo largo de la vida y la reducción de la capacidad de adaptación a nuevas condiciones de salud.

Dentro de un hogar geriátrico, la gestión de las Enfermedades no transmisibles requiere un enfoque integral que contemple no solo el tratamiento médico, sino también el bienestar emocional y social de los residentes. Es crucial implementar programas de prevención y promoción de la salud que incluyan actividad física adaptada, una alimentación balanceada y el control regular de los factores de riesgo. Además, la atención multidisciplinaria, que involucra médicos, enfermeras, nutricionistas y terapeutas, es esencial para garantizar una calidad de vida adecuada y el manejo efectivo de estas enfermedades.

La atención a las Enfermedades no transmisibles en este contexto no solo mejora la salud física de los adultos mayores, sino que también contribuye a su bienestar psicológico y social, permitiendo que vivan con dignidad y en un ambiente que promueva su autonomía y participación.

OBJETIVO

El objetivo principal de abordar las enfermedades no transmisibles en adultos mayores internados en el hogar geriátrico San Pedro Claver es mejorar la calidad de vida de los residentes mediante la prevención, el diagnóstico temprano y el manejo efectivo de estas condiciones.

- Realizar evaluaciones periódicas de salud que identifiquen factores de riesgo y condiciones existentes, permitiendo un enfoque personalizado en el tratamiento.
- Implementar programas educativos que fomenten hábitos saludables, incluyendo una nutrición adecuada, actividad física adaptada y el control del estrés.
- Brindar información sobre las enfermedades no transmisibles (ENT) más comunes en adultos mayores, sus factores de riesgo, prevención y manejo, con el fin de mejorar la calidad de vida de los residentes.

EVIDENCIA ALIMENTACIÓN

Desayuno





Refrigerio





Almuerzo





Refrigerio





Cena





EVIDENCIAS SEGUIMIENTO SERVICIO DE ALIMENTOS





PARTICIPACION-REINADO ADULTO MAYOR





Keyla Verbel Martínez

_____

Keyla Verbel Martínez
Nutricionista Dietista
MND 06683

REFERENCIAS

1 Ministerio de Salud y Protección Social. (2013). Resolución 2674 de 2013. Recuperado de https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/resolucion-2674-de-2013.pdf

2 Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2018). Guía técnica del componente dealimentación y nutricional para los programas y proyectos misionales del ICBF. Recuperadode https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/procesos/g6.pp_guia_tecnica_del_componente_de_alimentacion_y_nutricion_icbf_v4.pdf.

3 Guía técnica del componente de alimentación y nutrición para los programas y proyectos misionales del ICBF V5.

4 Minuta patrón de Icbf para los programas de Icbf acorde a los grupos etarios correspondientes, ciclos de minutas, listas de intercambios, guía de preparaciones aprobado por Icbf para el operador en la presente vigencia.



7.4 INFORME DE PSICOLOGÍA

Elaboración de informe terapéutico general dirigido a la población de adultos mayores autovalentes y no autovalentes que hacen parte del convenio con la alcaldía distrital de Cartagena de India, durante las intervenciones terapéuticas se abordaron las siguientes áreas como el deterioro cognitivo, motora fina, sensorial (visión, gusto, olfato y tacto), demencia senil, ansiedad, habilidades sociales y una sana convivencia con sus pares en la institución.

Continuando con lo anterior en la actualidad algunos de estos adultos mayores presentan las siguientes patologías y trastornos, como demencia no especifica debido a esta hay deterioro de algunos órganos sentidos. Asimismo. deterioro cognitivo, déficit cognitivo moderado, trastornos del lenguaje, ceguera bilateral, enfermedades y trastornos mentales (trastorno de humor afectivo, y trastorno del inicio y del mantenimiento del sueño – insomnio) y problemas motores (hemiplejia de miembros inferiores y artrosis)
los adultos mayores con enfermedades y trastornos mentales nos solo llevan seguimiento por psicología sino también tratamiento y seguimiento por psiquiatría correspondiente a su entidad prestadora de salud. Asimismo, para disminuir el deterioro de estas enfermedades y trastornos, en el área de psicología se implementan una serie de estrategias y metodologías para la estimulación cognitiva, motora, sensorial. Además, actividades de esparcimientos para liberar sus emociones y aumentar la creatividad. Estas actividades van de acorde a las necesidades de cada adulto mayor estas son las siguientes:

Psicoterapia individual esta se aplica a los adultos mayores autovalentes ya que estos están ubicados en tiempo, espacio, lugar, persona y sus funciones cognitivas

están en buen estado. En la población no autovalente se realizan estrategias terapéuticas donde realizamos actividades como Programación de actividades agradables, psicoeducacion y de promoción de conductas saludables con la finalidad de lograr en el adulto mayor una mejor calidad y evitar el deterioro progresivo de sus funciones cognitivas, motora fina mencionamos algunos objetivos planteados en estas actividades:

- fortalecer la Motricidad fina
- Fortalecer los músculos de la boca
- Mejorar el déficit del órgano del tacto
- Desarrollar en los Adultos Mayores la capacidad comunicativa y la creatividad.
- potencializar la memoria inmediata

Durante las actividades los adultos mayores se observan receptivos, dispuestos colaboradores y motivados en cada sesión aprovechando al máximo aprender a desaprender, con la finalidad de que mejore su vida cotidiana.



7.5 SERVICIO TERAPIA OCUPACIONAL

ACTIVIDAD	**Motricidad Fina y cognitiva.**
OBJETIVO	Conservar las habilidades manuales a través de la actividad de motricidad fina, para lograr mantener las capacidades de miembros superiores en el adulto mayor. A través de la actividad se le dan instrucciones para promover la atención a concentración.
METODOLOGÍA	- Se realiza recorrido en Las instalaciones para determinar qué adulto mayor se encuentra disponible para participar en la actividad. - Se le explica al adulto mayor la actividad a desarrollar. - Se realiza la actividad. - Se toma la evidencia fotográfica
MATERIALES	Hilo Agujas de tejer

IMPORTANCIA	Este tipo de actividades le ayudará adulto mayor a cumplir una funci preventiva tanto en lo físico como en psíquico, permitiéndole conservar parte sus habilidades manuales, impidiendo reducción de los valores articulares musculares producidas por el desus además le permite conservar parte de s capacidades intelectuales disminuyendo deterioro mental. La ejecución de actividades manuales, q como ya planteamos anteriormer favorece en el adulto mayor el contac social, la satisfacción personal, ocupación del tiempo libre a través actividades programadas.
EVIDENCIA FOTOGRAFICA	

	 

ACTIVIDAD	**Cognitiva.**
OBJETIVO	Mantener procesos mentales como atención y concentración para favorecer memoria a corto, mediano y largo plazo.
METODOLOGÍA	- Se realiza recorrido en Las instalaciones para determinar qué adulto mayor se encuentra disponible para participar en la actividad. - Se le explica al adulto mayor la actividad a desarrollar. - Se realiza la actividad. - Se toma la evidencia fotográfica
MATERIALES	Crucigrama Sopa de letras
IMPORTANCIA	Este tipo de actividades le ayudará al adu mayor a cumplir una función preventi tanto en lo físico como en la psíquic permitiéndole conservar parte de s habilidades manuales, impidiendo reducción de los valores articulares musculares producidas por el desus además le permite conservar parte de s

	capacidades intelectuales disminuyendo deterioro mental. La ejecución de actividades manuales, q como ya planteamos anteriormer favorece en el adulto mayor el contac social, la satisfacción personal, ocupación del tiempo libre a través actividades programadas.

Fecha: 24 de octubre de 2025

ACTIVIDAD	**Motricidad Fina**
OBJETIVO	Conservar las habilidades manuales a través de la actividad de motricidad fina, para lograr mantener las capacidades de miembros superiores en el adulto mayor.
METODOLOGÍA	- Se realiza recorrido en Las instalaciones para determinar qué adulto mayor se encuentra disponible para participar en la actividad.

	- Se le explica al adulto mayor la actividad a desarrollar. - Se realiza la actividad. - Se toma la evidencia fotográfica
MATERIALES	Cordón Fichas plásticas
IMPORTANCIA	Este tipo de actividades le ayudará adulto mayor a cumplir una funci preventiva tanto en lo físico como en psíquico, permitiéndole conservar parte sus habilidades manuales, impidiendo reducción de los valores articulares musculares producidas por el desus además le permite conservar parte de s capacidades intelectuales disminuyendo deterioro mental. La ejecución de actividades manuales, q como ya planteamos anteriormer favorece en el adulto mayor el contac social, la satisfacción personal, ocupación del tiempo libre a través actividades programadas.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA	 

	

ACTIVIDAD	**INDEPENDENCIA DE LA VIDA DIARIA (VESTIDO)**
OBJETIVO	• Potenciar y facilitar la independencia en el adulto mayor a través de la actividad de autocuidado (vestido) • Conseguir unos adecuados hábitos higiénicos, potenciando los conocimientos básicos, las actitudes y habilidades necesarias • Proteger y mantener la dignidad del adulto mayor en situación de dependencia, aumentando su nivel de autoestima con la mejora de su aspecto físico. • Promover el autocuidado, aportándole el mayor nivel de independencia y autonomía posible
METODOLOGÍA	• Se realiza recorrido en Las instalaciones para determinar qué adulto mayor se encuentra disponible para participar en la actividad.

	- Se le explica al adulto mayor la actividad a desarrollar. - Se realiza la actividad. - Se toma la evidencia fotográfica.
MATERIALES	Camisa con botones
IMPORTANCIA	El arreglo personal es un hábito necesari en la rutina diaria de una persona e influy en su imagen y aceptación social, pero a veces, puede verse afectado por una situación de discapacidad o por una enfermedad crónica. Es muy importante que en estos casos s estimule y promueva el mantenimiento d un aspecto digno y adecuado en el adult mayor, respetando sus preferencias y adecuándolas a sus necesidades si es necesario, pero siempre intentando evita la sobreprotección. Mantener la autonomía en las actividade relacionadas con el arreglo personal es importante porque: Una presentación personal adecuada tie un gran valor de aceptación y reconocimiento social

	La autonomía en estas actividades dignifica, ya que estas son tareas que se relacionan con la intimidad de la persona Realizar de forma autónoma algunas actividades de cuidado personal incrementa la autoestima y mejora el estado de ánimo
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA	 

ACTIVIDAD	**INDEPENDENCIA DE LA VIDA DIARIA (VESTIDO)**
OBJETIVO	• Potenciar y facilitar la independencia en el adulto mayor a través de la actividad de autocuidado (vestido) • Conseguir unos adecuados hábitos higiénicos, potenciando los conocimientos básicos, las actitudes y habilidades necesarias • Proteger y mantener la dignidad del adulto mayor en situación de dependencia, aumentando su nivel de autoestima con la mejora de su aspecto físico. • Promover el autocuidado, aportándole el mayor nivel de independencia y autonomía posible
METODOLOGÍA	• Se realiza recorrido en Las instalaciones para determinar qué adulto mayor se encuentra disponible para participar en la actividad.

	- Se le explica al adulto mayor la actividad a desarrollar. - Se realiza la actividad. - Se toma la evidencia fotográfica.
MATERIALES	Camisa con botones
IMPORTANCIA	El arreglo personal es un hábito necesari en la rutina diaria de una persona e influy en su imagen y aceptación social, pero a veces, puede verse afectado por una situación de discapacidad o por una enfermedad crónica. Es muy importante que en estos casos s estimule y promueva el mantenimiento d un aspecto digno y adecuado en el adult mayor, respetando sus preferencias y adecuándolas a sus necesidades si es necesario, pero siempre intentando evita la sobreprotección. Mantener la autonomía en las actividade relacionadas con el arreglo personal es importante porque: Una presentación personal adecuada tie un gran valor de aceptación y reconocimiento social

	La autonomía en estas actividades dignifica, ya que estas son tareas que se relacionan con la intimidad de la persona Realizar de forma autónoma algunas actividades de cuidado personal incrementa la autoestima y mejora el estado de ánimo
EVIDENCIA FOTOGRÁFICA	

	
	

	

ACTIVIDAD	**Motricidad Fina**
OBJETIVO	Conservar las habilidades manuales a través de la actividad de motricidad fina, para lograr mantener las capacidades de miembros superiores en el adulto mayor.
METODOLOGÍA	- Se realiza recorrido en Las instalaciones para determinar qué adulto mayor se encuentra disponible para participar en la actividad. - Se le explica al adulto mayor la actividad a desarrollar. - Se realiza la actividad. - Se toma la evidencia fotográfica

MATERIALES	Sopa de letras Aguja e Hilo Cuaderno y lápis
IMPORTANCIA	Este tipo de actividades le ayudará al adu mayor a cumplir una función preventi tanto en lo físico como en la psíquic permitiéndole conservar parte de s habilidades manuales, impidiendo reducción de los valores articulares musculares producidas por el desus además le permite conservar parte de s capacidades intelectuales disminuyendo deterioro mental. La ejecución de actividades manuales, q como ya planteamos anteriormer favorece en el adulto mayor el contac social, la satisfacción personal, ocupación del tiempo libre a través actividades programadas.
EVIDENCIA FOTOGRAFICA	

	 

	



INFORME TERAPIA FÍSICA

El envejecimiento conlleva una disminución en la fuerza y la masa muscular de las personas mayores, esto trae consigo algunas patologías asociadas a este deterioro físico como son: artrosis, artritis entre otras.

El objetivo de las actividades de fisioterapia es identificar y maximizar la calidad de vida de las personas mayores beneficiarias del Hogar San Pedro Claver, potenciando los movimientos en las esferas de promoción, prevención, tratamiento/ intervención, habilitación y rehabilitación. Estas esferas abarcan el bienestar físico, psicológico, emocional y social.

La ejecución de estas actividades consiste en dividir en dos fases la sesión. En primer lugar, se desarrollan actividades individuales que focalizan las necesidades propias de cada paciente y en la otra sesión se hacen actividades grupales donde se realizan jornadas aeróbicas, rumba terapia y actividades de estiramiento y respiración.

Para la ejecución de las siguientes actividades se emplean materiales como:

Pelota de Pilates. La pelota de Pilates puede mejorar la postura al tiempo que tonifica los músculos y ayuda a incrementar la fuerza y agilidad, reduciendo significativamente el riesgo de sufrir lesiones.

Mancuernas. Con mancuernas de poco peso se trabaja tanto la fuerza como la resistencia contribuyendo a una mejor adaptación a las tareas del día a día, evitando caídas.

Bandas elásticas. Se ha demostrado que el uso de bandas elásticas en personas mayores mejora su nivel de funcionalidad.

Pedales estáticos. Mediante el uso de pedales estáticos se puede conseguir una mayor flexibilidad y coordinación, además de una mejora del sistema cardiovascular.

La cantidad de beneficios que reporta el uso de todos estos materiales se traduce en una mayor autonomía para realizar tareas cotidianas.

EVIDENCIA TERAPIA FÍSICA



ANEXOS

SAN PEDRO CLAVER

Hogar Geriatrico

SEMANA No. 1

LUNES 03 DE NOVIEMBRE	MARTES 04 DE NOVIEMBRE	MIERCOLES 05 DE NOVIEMBRE	JUEVES 06 DE NOVIEMBRE	VIERNES 07 DE NOVIEMBRE	SABADO 08 DE NOVIEMBRE	DOMINGO 09 DE NOVIEMBRE
DESAYUNO						
CAFÉ CON LECHE	AVENA EN LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	AVENA EN LECHE	CAFE CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE
QUESO CAMPESINO	HUEVO REVUELTO	QUESO COSTEÑO EN PORCION	HUEVO REVUELTO	SANDWINS DE QUESO CON MANTEQUILLA		QUESO EN CUAJADA
PAN BLANCO	BOLLO LIMPIO	AREPA DULCE	PLATANO VERDE O PAPA COCIDO		EMPANADAS	PAN CROISSANT
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
JUGO DE MANGO	COLADA DE AVENA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	GELATINA	CHICHA DE ARROZ	JUGO DE MORA	JUGO DE COROZO
GALLETA DE SODA	PAN BLANCO	GALLETAS DUCALES		GALLETAS DUCALES	TOSTADAS	GALLETAS WAFER
ALMUERZO						
SOPA DE VERDURAS	MOTE DE QUESO	PALOMITOS GUISADOS	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PESCADO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE FIDEOS
PECHUGA DE POLLO APANADA	ARROZ BLANCO	PECHUGA ASADA	ESPAGUETTI-ATUN	FILETE DE PESCADO FRITO	FRIJOLES GUISADOS	CARNE EN CUADRITOS
ARROZ ZANAHORIA	PORCION DE AGUACATE	ARROZ DE PIMENTON		ARROZ DE COCO	HUEVO FRITO	ARROZ CON AJO
PAPA CRIOYA AL VAPOR	AGUA DE PANELA CON LIMON	TAJADAS AMARILLAS O BANANO	ARROZ DE AJO	YUCA COCIDA	ARROZ CON FIDEOS	LENTEJAS
ENSALADA DE: ZANAHORIA Y REMOLACHA		ENSALADA DE PEPINO,TOMATE,CEBOLLA	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE AGUCATE,TOMATE	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA Y BANANO EN PORCION	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIFLOR,PEPINO
JUGO DE MARACUYA		JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO TOMATE DE ARBOL	AGUA DE PANELA CON LIMON	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL
REFRIGERIO DE LA TARDE						
PAPAYA EN TROZOS	JUGO DE MANGO	GELATINA EN CUADRITOS	GELATINA	JUGO DE MANGO	JUGO DE COROZO	BEBIDA CON LECHE
	GALLETA WAFER			GALLETAS DUCALES	PAN DE QUESO	TORTA
COMIDA / CENA						
HIGADO DE RES EN BISTEK	PECHUGA DE POLLO GUISADA	CERDO EN CUADRITOS	CARNE GOULASH CON VERDURAS	POLLO APANADO	CERDO GUISADO	BOFE EN BISTECK
ARROZ DE FIDEOS	ARROZ DE ESPINACA			ARROZ DE ZANAHORIA		
TAJADA AMARILLA	PAPA CRIOYA AL VAPOR	YUCA COCIDA	ARROZ DE AJI	PAPA COCIDA	ARROZ DE ESPINACA	ARROZ DE PIMENTON
TOMATE EN CUADRO	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	ARROZ BLANCO	PLATANO AMARILLO		YUCA COCIDA	TAJADA AMARILLA
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	ENSALADA DE REMOLACHA	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA	ENSALADA DE PEPINO,ÑECHUGA,TOMATE	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIF	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA
		JUEGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA

KEYLA VERBEL MARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683

SAN PEDRO CLAVER

Hogar Geriatrico

SEMANA No. 2

LUNES 10 DE NOVIEMBRE	MARTES 11 DE NOVIEMBRE	MIERCOLES 12 DE NOVIEMBRE	JUEVES 13 DE NOVIEMBRE	VIERNES 14 DE NOVIEMBRE	SABADO 15 DE NOVIEMBRE	DOMINGO 16 DE NOVIEMBRE
DESAYUNO						
CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE AVENA	CHOCOLATE CON LECHE	CAFÉ CON LECHE	PETO	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE
AREPA ASADA	ÑAME COCIDO	BOLLO LIMPIO	PAN BLANCO,HUEVO REVUELTOS		EMPANADAS	SADWINS CON QUESO
QUESO EN PORCION	HUEVOS PERICOS	QUESO EN PORCION				
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
ARROZ CON LECHE	JUGO DE MANGO	PETO	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO DE COROZO
GALLETA DE SODA	PAN CROISSANT	GALLETA DE SODA	PONQUE	GALLETA DULCE		PAN DE QUESO
ALMUERZO						
SOPA DE VERDURAS CON ARVERJAS	SOPA DE VERDURAS CON AHUYAMA	SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS	SOPA DE FRIJOL	ARROZ BLANCO	SOPAS CAMPESINAS	MOTE DE QUESO
ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ DE FIDEO	ARROZ DE PIMENTON	ARROZ BLANCO	CERDO GUISADO	ARROZ DE PIMENTON	ARROZ BLANCO
CARNE GOULASH	CERDO ASADO		HUEVO COCIDO		ATUN	PORCION DE AGUACATE
ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA LECHUGA	PAPA COCIDA	CARNE EN BISTEC	PURE DE AHUYAMA	PAPA AMARILLA	ENSALADA HABICHUELA ZANAHORIA Y CEBOLLA	
BANANO EN PORCION	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA Y PEPINO	ENSALADA CAMPESINA, PLATANO EN TENTACION	TAJADA AMARILLAS	FRIJOLES ROJOS	TAJADAS AMARILLAS	AGUA DE PANELA CON LIMON
JUGO DE MARACUYA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO MANGO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	
REFRIGERIO DE LA TARDE						
MANGO EN PORCION	GELATINA	CHICHA DE PATILLA	ENSALADA DE FRUTAS (BANANO,PIÑA,PAPAYA MELON,PATILLA)	JUGO DE MORA	YOGURT	ENSALADA DE FRUTAS (BANANO,PIÑA,PAPAYA MELON,PATILLA)
				GALLETAS	PAN BLANCO	
COMIDA / CENA						
ARROZ CON MAIZ TIERNO	PASTAS GUISADAS CON VERDURAS/ARROZ AJI	ARROZ ENCEBOLLADO	ARROZ DE ZANAHORIA	ARROZ DE CEBOLLA	ARROZ DE AJI	ARROZ DE PIMENTON
			CERDO A LA PLANCHA			
ATUN	CARNE MOLIDA GUISADA	POLLO EN SALSA CRIOLLA		CARNE MOLIDA	PECHUGA ASADA	CARNE EN SALSA
ENSALADA COCIDA DE ZANAHORIA,HABICHUELA (OPCIONAL)		LENTEJAS		TAJADAS	LENTEJAS	PAPA CHORREADA
PAPA AL VAPOR	ENSALADA VERDE	ENSALADA COCIDA,ZANAHORIA,REMOLACHA	ENSALADA DE BROCOLI,ZANAHORIA,PIMENTON	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA Y PEPINO	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA LECHUGA	ENSALADA DE TOMATE CEBOLLA LECHUGA
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA

KEYLA VERBEL MARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683

SAN PEDRO CLAVER

Hogar Geriatrico

SEMANA No. 3

LUNES 17 DE NOVIEMBRE	MARTES 18 DE NOVIEMBRE	MIERCOLES 19 DE NOVIEMBRE	JUEVES 20 DE NOVIEMBRE	VIERNES 21 DE NOVIEMBRE	SABADO 22 DE NOVIEMBRE	DOMINGO 23 DE NOVIEMBRE
DESAYUNO						
CAFÉ CON LECHE	COLADA DE AVENA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE EN LECHE	AVENA EN LECHE	CAFÉ CON LECHE	COLADA DE MAICEENA
HUEVO FRITO	QUESO EN PORCION, PLATANO MADURO O PAPA COCIDO	QUESO RALLADO		HUEVO PERICO		HUEVO FRITO
PAN MOGOLLA		AREPA	SANDWINS CON QUESO EN LONJA Y MANTEQUILLA	BOLLO LIMPIO	EMPANADAS	PAN TAJADO
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
JUGO DE MANGO	COLADA DE AVENA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	COLADA DE ARROZ	LECHE CON CEREAL	JUGO DE MORA	JUGO DE COROZO
PAN MOGOLLA	GALLETA DUCALES	TORTA	GALLETA DE SODA		GALLETA DU CALES	PAN TAJADO
ALMUERZO						
AJIACO	SOPA DE FRIJOLES	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE LENTEJAS	CONSOME DE POLLO	SOPA DE VERDURAS	SANCOCHO DE CARNE
	HUEVO REVUELTO	CERDO GUISADO	CARNE GOULASH	PECHUGA APANADA	ARROZ CON CERDO EN CUADRITOS Y VERDURAS	ESPAGUETTI CON CARNE MOLIDA
ARROZ BLANCO	ARROZ DE ESPINACA	ARROZ CON FIDEOOS	ARROZ CON HABICHUELAS	ARROZ DE ESPINACAS		
MONEDITAS DE PLATANO	YUCA COCIDA	PAPA CHORREADA	TAJADA DE PLATANO VERDE	PAPA AL CILANTRO	PAPA CRIOLLA	GALLETAS SALTIN
AGUACATE	ENSALADA DE: ZANAHORIA Y REMOLACHA	ENSALADA DE PEPINO,TOMATE,CEBOLLA	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIF	
AGUA DE PANELA	JUGO DEGUAYABA	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO MANGO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL
REFRIGERIO DE LA TARDE						
JUGO DE MORA	COLADA DE MAICENA	GELATINA	ENSALADA DE FRUTAS, PAPAYA,MELON,PIÑA,PATILLA	JUGO DE MANGO	JUGO DE COROZO	JUGO DE MANGO
TORTA	PAN DE QUESO	GALLETA WAFER		PAN BLANCO	GALLETAS DUCAES	PAN CROISANT
COMIDA / CENA						
CARNE MOLIDA CON VERDURAS	POLLO DESMECHADO	HUEVO REVUELTO CON ESPINACA	BOFE	ATUN	ENSALADA DE ATUN CON PAPA	CARNE ASADA
PASTAS EN SALSA CRIOLLA	ARROZ CON MAIZ TIERNO	ARROZ DE PIMENTON	ARROZ DE FIDEOS	ARROZ DE MAIZ TIERNO	ARROZ CON MAIZ	ARROZ DE ZANAHORIA
	PAPA CRIOLLA	PLATANO MADURO COCIDO	PURE DE PAPA	PALITOS DE YUCA		PAPA AL PEREJIL
TOMATE EN CUADRO	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA	ENSALADA DE PEPINO,ÑECHUGA,TOMATE	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIFLOR.PIMENTON	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA		ENSALADA FRESCA OPCIONAL
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MORA	JUEGO DE MARACUYA	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA

KEYLA VERBEL MARTINEZ

Nutricionista Dietista

T.P. MND 06683

Cordialmente.



DIANA RUIZ CAMPILLO
Gerente General

SAN PEDRO CLAVER
Hogar Geriatrico

SEMANA No. 4

LUNES 24 DE NOVIEMBRE	MARTES 25 DE NOVIEMBRE	MIERCOLES 26 DE NOVIEMBRE	JUEVES 27 DE NOVIEMBRE	VIERNES 28 DE NOVIEMBRE	SABADO 29 DE NOVIEMBRE	DOMINGO 30 DE NOVIEMBRE
DESAYUNO						
COLADA DE MAICENA	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	COLADA DE BANANO	CAFÉ CON LECHE	CHOCOLATE CON LECHE	CAFÉ CON LECHE
QUESO CAMPESINO	HUEVO COCIDO	QUESO CAMPESINO	HUEVO REVUELTO	QUESO CAMPESINO		HUEVO FRITO
PURE DE YUCA COCIDA	PLATANO MADURO O PAPA COCIDO	PAPA COCIDA	PAN MOGOYA	PURE DE PAPA COCIDA	EMPANADAS	PAN BLANCO
REFRIGERIO DE LA MAÑANA						
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE MANGO	COLADA DE AVENA	GELATINA	JUGO DE MORA	GELATINA	JUGO DE COROZO
PAN CROISSANT	TORTA	GALLETA DE SODA		GALLETAS DUCALES		PAN DE QUESO
ALMUERZO						
SOPA DE VERDURAS	SOPA DE PASTA	HUEVO FRITO	SOPA DE VERDURAS	SOPA DE VERDURAS	CARNE DE RES MAGRA GUISADA	MOTE DE QUESO
PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	CERDO GUISADO	ARROZ ZANAHORIA	FILETE DE PESCADO O ATUN	PECHUGA DE POLLO GUISADA	ARROZ DE VERDURAS	ARROZ BLANCO
ARROZ CON MAIZ TIERNO	ARROZ ESPENACA	LENTEJAS GUISADAS	ARROZ DE COCO	ARROZ DE PIMENTON	FRIJOL ROJO GUISADO	PORCION DE AGUACATE
PAPA COMUN GUISADA	PLATANO MADURO COCIDO	PLATANO MADURO COCIDO	PAPAS A LA FRANCESA	PAPA CRIOYA AL VAPOR	PAPA COMUN COCIDA	AGUA DE PANELA
TOMATE EN CUADRO	ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	ENSALADA DE REMOLACHA	ENSALADA DE LECHUGA CON TROZOS DE AGUACATE	ENSALADA DE: ZANAHORIA Y REMOLACHA	ENSALADA DE AHUYAMA	
JUGO DE TOMATE DE ARBOL	JUGO DE GUAYABA	JUGO DE COROZO	JUGO DE MARACUYA	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE MORA	
CENA						
COLADA DE MAICENA	ENSALADA DE FRUTAS PAPAYA,PATILLA,PIÑA,MELON	GELATINA	TORTA	JUGO DE TOMATE DE ARBOL	ENSALADA DE FRUTAS PAPAYA,PATILLA,PIÑA,MELON	GALLETAS WAFER
GALLETAS DUCALES			JUGO DE MORA	PAN DE QUESO		JUGO DE MANGO
COMIDA / CENA						
CARNE DE RES MAGRA A LA PLANCHA	CARNE MOLIDA	PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA	CERDO GUISADO MOLIDO	ATUN	PECHUGA DE POLLO	CARNE DE RES MAGRA GUISADA
ARROZ BLANCO	PASTA TIPO ESPAGUETIS	ARROZ CON MAIZ TIERNO	ARROZ CON ARVEJAS	ARROZ DE FIDEOS	PASTAS TIPO SPAGUETES	ARROZ DE ZANAHORIA
LENTEJAS GUISADAS	PALITOS DE YUCA FRITOS	PAPA COMUN GUISADA	TAJADAS DE PLATANO VERDE	YUCA COCIDA		
PLATANO MADURO COCIDO (OPCIONAL)	ENSALADA DE AGUACATE	ENSALADA DE TOMATE,ZANAHORIA,LECHUGA	VEGETALES SALTEADOS.ZANAHORIA,COLIFLOR,PEPINO	ENSALADA DE PEPINO,TOMATE,LECHUGA	ENSALADA DE TOMATE Y CEBOLLA	PAPA COMUN COCIDA
ENSALADA DE ZANAHORIA RAYADA	JUGO DE ZANAHORIA CON NARANJA	JUGO DE GUAYABA	AVENA	JUGO DE COROZO	JUGO DE GUAYABA	TOMATE EN CUADROS
JUGO DE MORA						JUGO DE TOMATE DE ARBOL

KEYLA VERBEL MARTINEZ

Nutricionista Dietista
T.P. MND 06683