Asilo de San Antonio
NIT: 890102897-7

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

ASILO DE SAN ANTONIO

PROYECTO CENTROS DE BIENESTAR

INFORME DE GESTIÓN

NOVIEMBRE

VIGENCIA 2025

ÍNDICE

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

1. Introducción

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

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

1.2 Objetivos

Objetivo General

Realizar atención integral a las personas mayores en condición de vulnerabilidad y/o abandonos, remitidos por el Distrito Especial, Industrial y Portuario de Barranquilla. En espacios humanizados, higiénicos y amigables con la persona mayor.

Objetivos específicos:

- ✓ Garantizar y restablecer los derechos de las personas mayores en condición de vulnerabilidad y/o abandono
- ✓ Brindar un adecuado bienestar nutricional a la persona mayor, a través del suministro de una alimentación completa, equilibrada, suficiente y adecuada, en óptimas condiciones de inocuidad, así mismo realizar tamizajes, seguimientos y educación nutricional que

permitan mejorar sus hábitos alimentarios y estado de Salud y Nutrición.

✓Realizar valoraciones iniciales para las personas mayores que ingresen a la institución con el fin de definir las condiciones de salud a las personas mayores, destinados a cuantificar en términos funcionales las capacidades y problemas médicos, que permitan elaborar planes de acción en promoción que incluyan actividades educativas y preventivas.

✓Incrementar y/o preservar las actividades básicas de la vida diaria de las personas mayores beneficiarias, a través de movimientos corporales, posturas, acondicionamiento físico, y actividades físicas dirigidas a la funcionalidad; y garantizar que el centro de bienestar tenga las condiciones adecuadas que mitiguen riesgos de accidentalidad.

✓ Desarrollar acciones encaminadas al cuidado de la salud mental que favorezcan las condiciones de bienestar de las personas mayores beneficiarias.

✓ Ejecutar actividades de esparcimiento recreativas para el fortalecimiento de las relaciones interpersonales y de los vínculos afectivos entre los residentes para la sana convivencia.

✓ Velar por la gestión documental de la persona mayor desde el momento de su ingreso, a través de la gestión y fortalecimiento del trabajo en red.

- ✓ Contribuir a una mejor calidad de vida de la persona mayor, brindándole conocimiento del proceso de envejecimiento desde la esfera social para estimular y mantener sus capacidades.

2. Metodología

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

3. Beneficiarios

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

Actualmente, la institución tiene un total de 42 personas mayores activos, durante el mes de noviembre se atendieron 44 personas, finalizamos con 42 por el fallecimiento de 2 residentes. El enfoque de atención se distingue por:

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

3.1. Caracterización

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

Caracterización		H	M	Total
Condición de vulnerabilidades	Número de beneficiarios	1	43	44
	En condición de discapacidad	1	40	41
	Sisbén	1	27	28
	Red Unidos	0	0	0
	Víctima de violencia de género	0	0	0
	Desplazados	0	0	0
	Inmigrantes	0	1	1
	Retornados de Venezuela	0	0	0
Etnia	Afrodescendientes	0	0	0
	Palenque	0	0	0
	Mujer rural	0	0	0
	Campesino	0	0	0
	Room	0	0	0
	Indígena	0	0	0
	Raizal	0	0	0
Localidad	Riomar	0	0	0
	Metropolitana	0	0	0
	Suroccidente	0	0	0
	Suroriente	0	0	0
	Norte centro histórico	1	42	43

Tabla 1 caracterización de la población

4. Ejecución de las actividades.

4.1 Salud Física y funcionalidad.

El área de salud física (Medicina, fisioterapia y enfermería) cumple un rol fundamental en la atención integral de las personas mayores. Su propósito principal es preservar y promover la funcionalidad mediante el seguimiento clínico, el diagnóstico oportuno, la formulación y el control de tratamientos médicos y de fisioterapia. Además, acompaña de forma cercana el proceso de envejecimiento, detectando signos de deterioro, previniendo complicaciones y mejorando la calidad de vida a través de una atención humanizada, adaptada a las necesidades particulares de cada persona.

Talleres de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

Los talleres de promoción y prevención buscan fomentar hábitos de vida saludables y reducir el riesgo de aparición o progresión de enfermedades en la población mayor. A través de charlas educativas, actividades prácticas y seguimiento médico, se abordan temas como el control de la presión arterial, el autocuidado, la higiene del sueño, la alimentación balanceada, la adherencia a tratamientos y la actividad física segura. Estas acciones fortalecen la autonomía, la conciencia sobre el propio cuerpo y la detección temprana de alteraciones que puedan comprometer la salud y el bienestar integral de los residentes.

Actividad No1

Fecha: 04/11/2025

Título: Cuidemos nuestros huesos y articulaciones

Objetivo general: Fomentar el cuidado del sistema musculoesquelético en las personas mayores mediante la educación en salud y la práctica de ejercicios adaptados para fortalecer articulaciones y prevenir caídas.

Descripción de la actividad: El área médica desarrolló una jornada educativa dirigida a las personas mayores, centrada en la importancia del cuidado de los huesos y las articulaciones. Durante la actividad se explicó de forma clara los factores que influyen en la salud ósea, el rol del calcio y la vitamina D, así como las

medidas preventivas frente a caídas. Posteriormente, se realizaron ejercicios suaves de estiramiento y movilidad articular, adaptados a las capacidades físicas de cada participante, con el fin de promover la flexibilidad y la fuerza muscular. La jornada se desarrolló en un ambiente participativo, garantizando la seguridad y el acompañamiento continuo de los profesionales del equipo interdisciplinario.

Resultados obtenidos: Las personas mayores participaron activamente en la actividad, demostrando interés en aprender sobre el cuidado de su sistema óseo y articular. Se observó una actitud positiva hacia la práctica de movimientos y ejercicios de estiramiento, así como una mayor comprensión sobre la importancia de mantener hábitos saludables para prevenir caídas y conservar la movilidad. La jornada fortaleció la conciencia sobre el autocuidado físico y contribuyó a mejorar la disposición de los residentes hacia la actividad física regular.

Actividades de Cuidados de enfermería

El equipo de enfermería del Asilo de San Antonio desarrolló una gestión integral orientada al bienestar y la calidad de vida de las personas mayores. La atención se brindó bajo un enfoque humanizado y seguro, garantizando cuidados personalizados que respondieron a las necesidades de cada residente.

Las actividades realizadas incluyeron la supervisión constante del estado de salud, la administración de medicamentos y la ejecución de controles diarios de signos vitales, lo que permitió identificar oportunamente variaciones en las condiciones clínicas y realizar intervenciones preventivas. Asimismo, se efectuaron controles de glicemia a los residentes con patologías crónicas.

El equipo de enfermería fortaleció los hábitos de autocuidado y la atención a las necesidades básicas mediante acciones de higiene personal, hidratación de la piel. Se brindó acompañamiento en las actividades de la vida diaria, promoviendo un entorno digno, limpio y seguro.

Durante el periodo evaluado, se desarrollaron acciones específicas que reflejan la continuidad del cuidado y el compromiso institucional con la atención integral:

- Se realizó jornada de vacunación contra la influenza y jornada de salud con apoyo del equipo interdisciplinario de mi red ips.
- Se garantizó el apoyo nutricional a **43** residentes, mediante la aplicación de dietas acordes a sus requerimientos nutricionales.
- Se brindó acompañamiento en rutinas de aseo personal a **32** personas mayores, de las cuales **11** recibieron asistencia directa durante el baño en ducha.
- Se proporcionó apoyo en la movilización diaria a **24** residentes, estimulando la independencia y preservando la funcionalidad física.
- Se realizaron **5** procedimientos de curación de heridas, con manejo oportuno y seguimiento continuo.
- Se registraron **1** hospitalización, gestionadas de forma inmediata y con acompañamiento integral.

Formación en autocuidado e higiene personal

Educar al adulto mayor en autocuidado e higiene personal es fundamental para mantener su salud, independencia y bienestar. Estas prácticas previenen enfermedades, favorecen la detección temprana de cambios en el cuerpo y fortalecen la autoestima. Además, promueven hábitos saludables, mejoran la calidad de vida y refuerzan el sentido de dignidad y autonomía en la vejez.

Actividad No1.
Fecha: 05/11/2025
Nombre de la Actividad: Higiene de la Zona Íntima para la Persona Mayor

Objetivo de la Actividad: Promover hábitos adecuados de higiene íntima en las personas mayores, con el fin de prevenir infecciones y mantener la salud e integridad de la piel en la zona genital.

Descripción: Se realizó una charla educativa en los diferentes pabellones del Asilo San Antonio, dirigida a los residentes, con el propósito de sensibilizarlos sobre la importancia del cuidado e higiene de la zona íntima. Durante la actividad, se abordaron temas relacionados con la prevención de infecciones por hongos y

bacterias, el uso adecuado de productos de limpieza, la importancia del secado correcto y el cambio frecuente de ropa interior.

La sesión fue dinámica, adaptada a las capacidades cognitivas y funcionales de los adultos mayores, fomentando la participación activa mediante preguntas y ejemplos prácticos.

Número de participantes: 15

Resultados:

Los participantes demostraron interés y disposición para fortalecer sus hábitos de autocuidado. Se evidenció comprensión sobre las medidas básicas de higiene íntima y su importancia para la prevención de molestias e infecciones. El equipo de enfermería continuará reforzando estas prácticas dentro de la rutina diaria para mantener una adecuada salud y bienestar.

Formación en primeros auxilios a los beneficiarios

Capacitar a los adultos mayores en primeros auxilios es fundamental para fortalecer su autonomía, seguridad y capacidad de respuesta ante situaciones de emergencia, además de brindar apoyo inicial mientras llega la ayuda profesional.

Actividad No 2.

Fecha: 10/11/2025

Nombre de la Actividad: "Viviendo Seguros: Prevención y Actuación ante Intoxicaciones"

Objetivo de la Actividad: Fortalecer los conocimientos de los adultos mayores sobre las medidas preventivas ante posibles intoxicaciones domésticas y las acciones inmediatas que deben realizarse en caso de presentarse un evento de este tipo.

Descripción: En el salón Madre Marcelina se desarrolló una jornada educativa orientada a la prevención de intoxicaciones, con la participación activa de los residentes y apoyo de estudiantes de enfermería de la universidad metropolitana.

La actividad inició con una explicación sobre las causas más comunes de

intoxicación y las medidas preventivas para evitarlas. Posteriormente, los estudiantes presentaron diferentes situaciones hipotéticas relacionadas con el tema, estimulando la reflexión y el análisis por parte de los adultos mayores. Los residentes identificaron los tipos de intoxicación, propusieron formas adecuadas de actuación y compartieron experiencias personales, lo que permitió afianzar los conocimientos a través del diálogo y la participación activa.

Número de participantes: 30

Resultados:

Los adultos mayores demostraron comprensión del tema y capacidad para reconocer factores de riesgo en el entorno doméstico. Se fortalecieron las estrategias de prevención y respuesta ante emergencias menores, promoviendo la seguridad y el autocuidado dentro del hogar institucional.

Rutinas grupales de acondicionamiento físico

A medida que pasan los años el ejercicio físico en la persona mayor tiene múltiples beneficios para llevar a cabo una condición de vida saludable, pues además de mantenerlos activos, genera grandes aportes para la salud como: favorecer las funciones cardiorrespiratorias y musculares, mejorar la densidad ósea y reducir el riesgo de padecer enfermedades crónicas. Es de gran importancia tener en cuenta que cualquier rutina de ejercicios sea establecida por cada persona teniendo en cuenta su condición individual, teniendo en cuenta los siguientes aspectos: resistencia, fuerza, equilibrio, estiramiento y flexibilidad.

Actividad No1

Fecha: 10/11/2025

Nombre de la Actividad: Ruta de Movimiento Acuático

Objetivo de la Actividad: Promover el fortalecimiento muscular, la movilidad articular y el equilibrio en las personas mayores mediante ejercicios de bajo impacto realizados en piscina con ayuda de flotadores y balones.

Descripción:

Fase 1: Calentamiento

- Caminata suave en el agua con apoyo del flotador.

- Movilidad articular: hombros, codos, muñecas, tobillos y rodillas. Respiración diafragmática acompañada de flotador sobre el pecho.

Fase 2: Parte central

- Ejercicios de empuje y tracción con el flotador, sujetaron con ambas manos y empujaron hacia abajo para activar brazos y espalda.

Trabajo de equilibrio

- De pie, sostuvieron el balón y lanzaron al centro de la piscina o pasarlo a una compañera.

Fase 3: Vuelta a la calma (10 min)

- Flotación pasiva asistida.
- Estiramientos suaves de brazos y piernas con apoyo del flotador.
- Respiración profunda y cierre.

Número de participantes: 4

Resultados: Se mejoró la movilidad articular, el fortalecimiento de la musculatura de brazos y piernas, optimizando el equilibrio y la coordinación, asi mismo se aumentó la seguridad en el desplazamiento dentro del agua; además, favorecer a la relajación, disminución de la rigidez y el dolor leve, incrementó la confianza personal y bienestar emocional y social de las personas mayores al promover una participación activa y una experiencia agradable en un entorno seguro.

Pausas activas

Las pausas activas son un espacio dentro de la jornada laboral o de nuestra cotidianidad, destinado a la realización de diferentes tipos de ejercicios con el fin de prevenir lesiones osteomusculares, fatiga o tensión acumulada por el desarrollo de nuestras labores cotidianas a largo plazo, existen diferentes clases de pausas como lo son: lúdicas, rítmicas, creativas y pasivas. Se llevaron a cabo 20 pausas activas previniendo alteraciones musculoesqueléticas y concientización de la importancia de estas en el día a día. A continuación describo 1 de las pausas realizadas a manera de ejemplo.

Fecha: 19/11/2025

Nombre de la Actividad: Pausa Funcional con Aros

Objetivo de la Actividad: Promover la movilidad articular, la activación muscular y la circulación en personas mayores mediante ejercicios breves y seguros usando aros desde posición sedente o silla de ruedas.

Descripción: Se inició sesión con una breve activación mediante movilidad suave de hombros, codos y muñecas para preparar los miembros superiores; posteriormente, cada participante tomó un aro y realizó elevaciones frontales y superiores, para fortalecer brazos y pecho, aperturas laterales para estimular la movilidad escapular y cambios de mano con el aro para trabajar coordinación y control motor; finalmente, se finalizó con respiración profunda y de manera activa, manteniendo siempre una postura erguida y evitando movimientos bruscos o dolorosos.

Número de participantes: 15

Resultados: Se mejoró la movilidad de miembros superiores, disminución de rigidez y activación circulatoria, aumentando el estado de alerta, con mayor comodidad postural y sensación de bienestar general.

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

El principal objetivo es fomentar la máxima participación de las personas mayores en las actividades cotidianas, ya sean básicas, instrumentales o avanzadas, esto se traduce en beneficios tangibles en el desempeño de las actividades diarias, así como en el funcionamiento cognitivo, motor y sensorial.

Actividad No1

Fecha: 12/11/2025

Nombre de la Actividad: Manos fuertes y funcionales

Objetivo de la Actividad: Mejorar y fortalecer las habilidades motoras finas y praxicomanuales, necesarias para la funcionalidad e independencia en las actividades de la vida diaria de la persona mayor.

Descripción: La actividad consistió en realizar acción de agarre y desplazamiento a mano cerrada con flotadores, realizando ejercicios de fortalecimiento en 2 series de 10 repeticiones en secuencia según lo demostrado, favoreciendo amplitud articular y fortalecimiento de las estructuras óseas, musculares y tendinosas de miembros superiores.

Número de participantes: 15

Resultados: Durante la actividad se observó motivación de las personas mayores por participar, logrando así entender el cuidado que debemos tener con nuestros brazos a diario para evitar alteraciones óseas y musculares, permitiéndoles culminar las series de repeticiones por ejercicios y mejorar el desempeño de las actividades de la vida cotidiana como: bañarse, vestirse, comer etc. Esta actividad tuvo una duración de 30 minutos.

4.2 Componente de nutrición

El área de nutrición en el contexto de la interdisciplinaridad participa en el cuidado de la calidad de vida del adulto mayor atendido para asegurarnos de la ingesta de los adultos mayores que tienen dificultad para ingerir los alimentos se ofrecen licuados que nos permiten asegurarnos que están recibiendo todos los nutrientes

Acompañamientos nutricionales

El acompañamiento nutricional es esencial en el mantenimiento de la salud y en la prevención de la enfermedad, conocer el estado nutricional de las residentes nos lleva a tomar decisiones que impactan su calidad de vida. En el mes de noviembre se valoraron 11 residentes que arrojaron los siguientes resultados: desnutrición severa 4, desnutrición moderada 1, Peso insuficiente 2, residentes normales 1, sobrepeso 2 obesidad 1.

Aprovechamiento de raciones

Con los ajustes realizados en algunas preparaciones gracias a equipos que se han adquirido y al cambio de proveedores se ha logrado que los residentes consuman todo lo ofrecido a aquellos adultos mayores con bajo peso se está adicionando complemento de proteína. Durante este mes las raciones servidas fueron **6373** y las consumidas **6351.**

Aceptación de los menús por parte de los beneficiarios

Con la realización de las encuestas de satisfacción y el acompañamiento de los tiempos de comida hemos comprobado la aceptación y satisfacción de los menús ofrecidos inclusive los residentes que por su deterioro cognitivo no están en capacidad de responder la encuesta la aceptación, se observa en el momento de consumir el alimento que lo consumen con agrado. De acuerdo a la encuesta la aceptación de los menús fue del 100%. Se encuestaron 10 residentes.

Taller nutricional a los beneficiarios

Actividad No1:

Fecha: 11 de noviembre
Nombre de la Actividad: Alimentación sana
Objetivo de la Actividad: lograr la aceptación de los alimentos que se ofrecen y recordar los beneficios de la alimentación sana
Descripción: se llevaron algunos alimentos en láminas para que ellos observaran y cada uno pudiera hablar de lo que sabía de ese alimento y se complementa explicándoles las cualidades de cada uno de esos alimentos.
Número de participantes: 8
Resultados: Los residentes comprendieron la importancia de alimentarse sanamente y así lo expresaron.

Taller formativo nutricional dirigido al manipulador de alimentos

Actividad No1:
Fecha: 14 de noviembre

Nombre de la Actividad: Contaminación cruzada

Objetivo de la Actividad: identificar y prevenir activamente las causas de la contaminación cruzada para garantizar la inocuidad de los alimentos.

Descripción: Nos reunimos los 5 manipuladores, la hermana directora y se les explica la importancia de garantizar la inocuidad en los alimentos, se les explica que es la contaminación cruzada y que debemos hacer para evitarla.

Número de participantes: 6

Resultados: Al final se hace un conversatorio y se evidencia que al personal le ha quedado claro el tema.

4.3 Componente de salud mental

El componente de psicología aportó al fortalecimiento de la parte emocional y a la estimulación de las capacidades cognitivas de la persona mayor. Su objetivo se centró en brindar acompañamiento, propiciar espacios para la expresión emocional, promover estrategias de afrontamiento y realizar intervenciones orientadas a mantener y potenciar las funciones cognitivas, contribuyendo así a su bienestar integral y a una mejor calidad de vida.

Acompañamiento psicosocial

El acompañamiento psicosocial ofreció un apoyo integral a las personas mayores, especialmente en las dimensiones emocional y social, permitiendo que experimentaran cercanía, reconocimiento y contención. Dicho acompañamiento favoreció el fortalecimiento de sus relaciones afectivas, su participación dentro de la comunidad y la reducción del aislamiento, generando un ambiente seguro y de confianza que facilitó su bienestar y adaptación en la institución.

Durante este periodo se llevaron a cabo 11 atenciones individuales.

Proceso de adaptación a los beneficiarios

El proceso de adaptación se enfocó en acompañar la transición de las personas mayores a la vida institucional, ayudando a mitigar el impacto emocional

producido por el cambio de ambiente. Este acompañamiento brindó herramientas para un afrontamiento más positivo, la incorporación gradual de nuevas rutinas y la interacción con otros residentes, promoviendo así el desarrollo de un sentido de pertenencia y una mayor estabilidad emocional.

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

Acompañamiento a la reincorporación al núcleo familiar o red de apoyo

En este mes en las indagaciones y acompañamientos con los beneficiarios, ningún residente manifestó deseos de reincorporarse a su núcleo familiar, igualmente ningún familiar expresó deseos de llevarse a su familiar.

Talleres y/o actividades de promoción de la salud mental

Los talleres y actividades de promoción de la salud mental estuvieron orientados a estimular la memoria, la atención, las emociones positivas y las habilidades sociales de las personas mayores. Estos espacios contribuyen a prevenir el deterioro cognitivo, fortalecer la autoestima y generar experiencias significativas que favorecen una actitud más activa y optimista frente a la vida institucional.

Actividad No1

Fecha: 05/11/2025

Nombre de la Actividad: Mensajes al vuelo: globos por la salud mental

Objetivo de la Actividad: Fomentar la reflexión, la expresión emocional y la conciencia sobre la importancia del cuidado de la salud mental a través de una dinámica lúdica que promoviera la interacción, la creatividad y el pensamiento positivo.

Descripción: El taller consistió en la entrega de globos a los participantes, dentro de los cuales se encontraban mensajes alusivos a la salud mental, frases motivacionales, cuentos breves y pequeños retos como adivinanzas.

Cada participante debía reventar su globo, leer el mensaje o reto que le correspondía y compartirlo con el grupo, generando un espacio de diálogo, risa y conexión emocional.

La jornada se desarrolló en un ambiente alegre y participativo, con el propósito de asociar el cuidado de la salud mental con experiencias positivas y colectivas.

Número de participantes: 15

Resultados: Se evidenció una alta participación y motivación por parte de los asistentes. Los mensajes y retos promovieron la reflexión sobre la importancia de expresar las emociones y mantener una actitud positiva ante las dificultades.

Asimismo, se fortalecieron los lazos de compañerismo y empatía entre los participantes, favoreciendo un clima de bienestar, relajación y apertura emocional dentro del grupo.

Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva

Los talleres de promoción y las actividades de estimulación cognitiva se llevaron a cabo con el fin de conservar y potenciar las funciones mentales superiores de las personas mayores institucionalizadas. Estas acciones apoyaron la preservación de la memoria, la atención, el lenguaje, el razonamiento y la resolución de problemas, favoreciendo su autonomía y ralentizando el progreso del deterioro cognitivo. Del mismo modo, fortalecieron el bienestar emocional al despertar motivación, interés y una sensación de logro en quienes participaron.

Actividad No1

Fecha: 12/11/2025

Nombre de la Actividad: Preguntas al azar: ejercitando la mente de forma divertida.

Objetivo de la Actividad: Favorecer la estimulación cognitiva a través de una dinámica lúdica basada en preguntas de diferentes niveles de dificultad, promoviendo la atención, la memoria, el razonamiento y la participación de las personas mayores.

Descripción: El taller consistió en la realización de un juego tipo "Preguntados", en el cual las personas mayores lanzan un dado que determinaba el nivel de dificultad de la pregunta a responder. El facilitador contaba con una hoja que incluía diversas preguntas relacionadas con temas de interés común, como cultura general, historia, alimentación, música y vida cotidiana.

Dependiendo del número obtenido en el dado, se formulaba una pregunta correspondiente al nivel asignado. La dinámica buscó ejercitar procesos cognitivos como la atención, el lenguaje, la memoria y la asociación de ideas, integrando además un componente recreativo que favoreció la motivación y el disfrute durante la jornada.

Número de participantes: 35

Resultados: Se observó una participación y entusiasmo por parte de las personas mayores, quienes demostraron interés y disposición para responder las preguntas. La actividad permitió reforzar habilidades cognitivas de forma amena, favoreciendo la concentración y la memoria a corto plazo.

Asimismo, se promovió la interacción social, el trabajo en grupo y la generación de un ambiente alegre y estimulante. La jornada contribuyó al bienestar emocional y al fortalecimiento del sentido de logro y autoconfianza en los participantes.

4.4 Aprovechamiento del tiempo y recreación

Las actividades para aprovechamiento del tiempo libre, se convierten en un espacio para la diversión y la conversación

El objetivo de las tardes de manualidades fue mejorar el bienestar físico, cognitivo y emocional a través de actividades creativas que estimulan la motricidad fina, la concentración y la memoria. También se fomentó la socialización, y se proporcionó un sentido de propósito y disfrute.

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

Actividad No1

Fecha: 12 de noviembre

Nombre de la Actividad: Gusanito feliz

Objetivo de la Actividad: Mantener la motricidad fina y la destreza manual, estimular la creatividad y la imaginación, reducir el estrés y la ansiedad.

Descripción: La construcción del gusanito feliz se realizó en 2 encuentros porque a pesar de ser una manualidad fácil de realizar las residentes lo trabajaron

lentamente. En la primera tarde se cortó todo el material, se hicieron tiras de papel silueta en dos colores y luego hicimos una cadeneta para armar el cuerpo del gusano. En el segundo encuentro dibujamos los ojos, nariz y boca de cada gusano y le pegamos las antenas ya para finalizar unimos la carita del gusano con el cuerpo y terminamos la manualidad

Recursos: Papel silueta en 2 colores, tijeras, silicona fría y lapicero.

Número de participantes: 10

Resultados: Las residentes pasaron momentos gratos mientras realizaban la actividad y sintieron mucha satisfacción al ver la manualidad terminada.

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

Actividad No1

Fecha: 5 de noviembre

Nombre de la Actividad: el árbol del respeto

Objetivo de la Actividad: Promover la reflexión y la práctica del respeto entre los participantes, fortaleciendo la convivencia y la empatía a través del juego.

Descripción: se escogen palabras acerca del respeto que inviten a la reflexión y se numeran, las residentes por turnos tiran un dado y de acuerdo al número que les toca escoger la frase**,** luego se acercan al árbol del respeto la pegan y hacemos una breve reflexión cuando todos hayan pegado sus hojas, observen cómo el árbol se llena y "crece" gracias a las actitudes respetuosas del grupo.

Número de participantes: 35

Resultados: las residentes se divirtieron con el dado al tiempo que reflexionamos sobre el buen trato.

4.5 Gestiones técnicas, administrativas y de acceso a servicios

En el centro de bienestar, el trabajador social desempeña un papel fundamental en la atención integral dirigida a las personas mayores, actuando como un puente entre los residentes, sus familiares lejanos y el personal del centro. Esta labor abarca desde el apoyo emocional y social hasta la gestión de necesidades, asegurando

así el bienestar holístico de las personas mayores. Además, fomenta la comunicación efectiva entre todos los actores involucrados, promoviendo un entorno armónico y resolviendo conflictos para mejorar su calidad de vida.

Gestiones documentales requeridas por los beneficiarios

En el mes de noviembre se realizan varias gestiones de cobros de subsidios ante efecty, super giros. Se brindó acompañamiento a los residentes que lo requieren y a los que se les dificulta la movilidad se gestiona ante supergiros el traslado del funcionario hasta la institución.

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

Se realiza gestión ante Coosalud para lograr la cirugía de cadera de una de nuestras residentes, así mismo seguimiento a citas médicas y órdenes, se visita residente hospitalizada, se brinda acompañamiento a las residentes que lo requieran.

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

Actividad No. 1

Fecha: 05/11/2025

Nombre de la Actividad: Cuidado dental y bienestar nutricional

Objetivo de la Actividad: Equipar a los trabajadores y cuidadores con las herramientas y conocimientos necesarios para fomentar y promover una cultura de promoción y prevención en salud dental y nutrición, garantizando una atención integral, ofreciendo seguridad y calidad de vida a las personas mayores,

Descripción: Fue fundamental promover la interrelación entre la salud dental y la nutrición. Este proceso de formación del cuidado de la persona mayor fue un aspecto fundamental en el ámbito de la salud, abarcando no sólo aspectos médicos y de atención bucodental, sino que incluyó el bienestar nutricional como el arte de nutrirse de manera saludable. La salud dental y una buena nutrición están estrechamente ligados, ya que ambos aspectos influyeron mutuamente en

el bienestar general de la persona mayor; una buena nutrición no solo contribuyó a la salud dental, sino que también aseguró que puedan disfrutar de una dieta equilibrada que apoye su bienestar general.

Se inició proyectando imágenes en pantalla con información sobre una alimentación adecuada, aquella que proporciona los requerimientos que el cuerpo necesita, en cuanto a energía y nutrientes, para cubrir las necesidades y que el organismo pueda funcionar correctamente. La nutricionista de la Institución con el apoyo de estudiantes en práctica, enseñaron y explicaron al personal cómo está formado el plato del buen comer, basado en cereales, raíces, tubérculos y plátanos, frutas y verduras, productos lácteos, carnes, huevos y leguminosas, tener en cuenta que es menor la proporción de azúcares y grasas, sin olvidar una adecuada hidratación. Luego se continuó con exposición, divulgación y proyección de información sobre cómo fomentar una buena higiene oral tanto para los colaboradores como para el personal bajo su cuidado, donde se enfatizó la higiene bucodental como el cuidado de dientes, encías, lengua y toda la cavidad bucal en general; el adoptar hábitos, como el cepillado correcto de dientes, visitas periódicas al odontólogo y mantener hábitos saludables de alimentación y una buena masticación para llevar a cabo los diferentes procesos, en la deglución y posterior digestión. Se contó con el acompañamiento y colaboración de una visitadora oral representante de una empresa líder de productos especializados para la salud.

Se finalizó entregando a cada asistente un detalle de cremas dentales y vasito porta avena.

Número de participantes: 20

Resultados: La capacitación a los trabajadores y cuidadores sobre el cuidado dental y una buena nutrición generó resultados significativos que impactan directamente en la calidad de vida de las personas mayores. A través de un enfoque integral, los asistentes adquirieron conocimientos esenciales sobre la importancia de la salud bucal y la nutrición adecuada, lo que les permitió implementar prácticas más efectivas en su atención diaria. Los resultados reflejaron

una mejora en la conciencia sobre la salud dental, la adopción de hábitos de higiene oral más rigurosos y una planificación de dietas más equilibradas y nutritivas. Estos avances no solo contribuyeron a los cuidados dentales y a una alimentación más saludable, sino que también fortalecieron la relación entre trabajadores y personas mayores, promoviendo un ambiente de confianza y bienestar. En este sentido, la capacitación fue un paso crucial hacia la mejora continua en la atención a las personas mayores, asegurando que reciban el cuidado que merecen.

El Archivo Físico y Digital de las Personas Mayores actualizado

En el centro de bienestar, se dispone de un avanzado sistema de software diseñado para almacenar de manera eficiente las historias clínicas, las atenciones y los seguimientos realizados por el equipo interdisciplinario. Este sistema no solo organiza y guarda de forma segura toda la información médica y de cuidado de los residentes, sino que también facilita el acceso rápido a los datos por parte de los profesionales de salud, mejorando así la calidad del servicio.

El software incluye una extensa gama de instrumentos de evaluación específicos para la población de personas mayores que reside en la institución. Estas herramientas permiten realizar evaluaciones precisas del estado físico, cognitivo y emocional de los residentes, adaptándose a sus necesidades particulares y proporcionando un cuidado personalizado. Además, el sistema permite generar remisiones de manera efectiva, lo que mejora significativamente la conectividad y la comunicación entre las diferentes áreas del centro. Esta funcionalidad asegura que cualquier necesidad especial de los residentes sea atendida de manera oportuna y coordinada, optimizando la colaboración entre médicos, psicólogos, fisioterapeutas, y otros profesionales del equipo interdisciplinario.

En el mes de noviembre todos los residentes tienen la información documental actualizada.

Cierre de expedientes

Durante el mes se cerraron 2 expedientes por fallecimiento.

5. Avances y resultados de la ejecución

SEGUIMIENTO AL PLAN DE TRABAJO								
ACTIVIDAD	INDICADOR	META	AVANCE	MESES DE EJECUCIÓN			RESPONSABLE	EVIDENCIAS
				OCT	NOV	DIC		
VALORACIONES								
Valoración Inicial Medicina	Valoraciones iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	100%	N/A	N/A	N/A		Médico	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos
Tamizaje Inicial	Tamizajes iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	100%	N/A	N/A	N/A		Nutricionista	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos
Valoración inicial nutricional	Valoraciones iniciales nutricional realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	100%	N/A	N/A	N/A		Nutricionista	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos
Valoración inicial psicología	Valoraciones iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	100%	N/A	N/A	N/A		Psicología	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos
Valoración inicial fisioterapia	% de valoraciones iniciales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	100%	N/A	N/A	N/A		Fisioterapeuta	Expedientes, Formatos de valoración inicial (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos
Valoración final Medicina	% de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al inicio del proyecto y/o cuando ingresen al CDB	90%	N/A	N/A	N/A		Medico	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos.
Tamizaje final	% de tamizaje final realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	N/A	N/A	N/A		Nutricionista	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos.

Valoración final nutricional	% de valoraciones nutricional finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	N/A	N/A	N/A		Nutricionista	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos.
Valoración final psicología	% de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	N/A	N/A	N/A		Psicóloga	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos.
Valoración final fisioterapia	% de valoraciones finales realizadas a los beneficiarios al final del proyecto y/o cuando egresen al CDB	90%	N/A	N/A	N/A		Fisioterapeuta	Expedientes, Formatos de valoración final (pruebas o baterías según cada profesión), Historia clínica en Software RESIPLUS, fotos, Base de datos.
SALUD FÍSICA Y FUNCIONALIDAD								
Talleres de promoción de la salud prevención de la enfermedad	No de talleres realizados	3	2	1	1		Medicina	Cronograma de actividades, listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Actividades de enfermería	% de cuidados a los beneficiarios que lo requieren	100%	100%	100%	100%		Enfermería	Kardex, registros de tomas de signos vitales, curaciones, y glucometría
Formaciones en autocuidado e higiene personal de la persona mayor	No. de formaciones realizadas a los beneficiarios	3	2	1	1		Enfermería	Cronograma de actividades, listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Formación en primeros auxilios a los beneficiarios	No. de formaciones realizadas a los beneficiarios	3	2	1	1		Enfermería	Cronograma de actividades, listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Rutinas grupales de acondicionamiento físico	No. de rutinas realizadas	3	2	1	1		Fisioterapeuta	Cronograma de actividades, listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Pausas Activas	No. de pausas activas realizadas	60	40	20	20		Fisioterapeuta	Listados de asistencia, evidencias fotográficas.
Actividades para el mantenimiento o incremento de la funcionalidad	No. de actividades realizadas	3	2	1	1		Fisioterapeuta	Cronograma de actividades, listados de asistencia, evidencias fotográficas.
NUTRICIÓN								
Acompañamientos nutricionales a las personas mayores con malnutrición o desnutrición	% de acompañamientos	100%	69%	44%	25%		Nutricionista	Formato de seguimiento, registros fotográficos, bases de datos
Diseño de minutas	No. de ciclo de minutas	1	1	1	NA		Nutricionista	Actas de reunión, minuta patrón, ciclo de minutas
Seguimiento ciclo de minutas	No. de reuniones	1	1	0	1		Nutricionista	Acta de reuniones y encuestas de satisfacción
Aceptación de los menús por parte de los residentes	% de aceptación de menús	95%	98%	98%	98%		Nutricionista	Encuestas de satisfacción, registros fotográficos
Talleres nutricionales a los beneficiarios	No. talleres realizados	3	2	1	1		Nutricionista	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos

Taller formativo dirigido al manipulador de alimentos	No. de talleres realizados	3	2	1	1		Nutricionista	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
SALUD MENTAL								
Acompañamiento psicosocial de oficio a la persona mayor que lo requiera	% de acompañamientos realizados	100%	48%	23%	25%		Psicóloga	Expediente, actas, registros fotográficos
Proceso de adaptación a los beneficiarios	% de personas de adaptación contemplados	100%	N/A	N/A	N/A		Psicología	Expediente o expediente de la persona mayor, acta, registros fotográficos
Talleres y/o actividades de promoción de la salud mental	No. de actividades y/o talleres realizados	3	2	1	1		Psicología	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva	No. de actividades y/o talleres realizados	3	2	1	1		Psicología	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
Acompañamiento a la reincorporación al núcleo familiar o red de apoyo	% de acompañamientos de reincorporación realizadas	100%	100%	N/A	100%		Trabajo Social	Expediente de visitas, entrevistas con familiares o miembros de la red de apoyo

GESTIONES TÉCNICAS, ADMINISTRATIVAS Y DE ACCESO A SERVICIOS

ACTIVIDAD	INDICADOR	META	AVANCE	MESES DE EJECUCIÓN			RESPONSABLES	EVIDENCIAS
				OCT	NOV	DIC		
Actividades artísticas y manualidades para el aprovechamiento del tiempo que promuevan el envejecimiento activo	No. actividades realizadas	3	2	1	**1**		Profesionales	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
Actividades recreacionales y culturales realizadas dentro o fuera de las instalaciones que propenden por envejecimiento activo	No. actividades realizadas	3	2	1	1		Dirección Técnica	Listado de asistencia, cronograma de actividades, registros fotográficos
Gestiones documentales requeridas por los beneficiarios	% de gestiones documentales requeridas realizadas	100%	100%	**100%**	**100%**		Dirección Técnica	Correos, archivo personal de la persona mayor, actas de reuniones
Gestión ante las EPS e IPS para garantizar el derecho a la salud	% de gestiones requeridas	100%	100%	**100%**	**100%**		Dirección Técnica	Correos, citas gestionadas, órdenes médicas

Capacitación al Talento Humano sobre prevención al maltrato y cuidados de la persona mayor	No. de actividades realizadas	3	2	1	**1**		Dirección Técnica	Plan de capacitaciones, lista de asistencia
Proceso sistemático de almacenamiento físico y/o digital y organización de los documentos por cada beneficiario	El Archivo Físico y Digital de las Personas Mayores Actualizado.	100%	10%	100%	**100%**		Dirección Técnica	Expediente o expediente de la persona mayor, acta, registros fotográficos
Proceso de documentación de las personas mayores egresadas del proyecto	Cierre de Expedientes	100%	4,5%	N/A	**4,5%**		Dirección Técnica	Expediente o expediente de la persona mayor, acta, registros fotográficos

7.-Anexo fotográfico

Componente: Salud física y funcionalidad
Actividad: Actividades de enfermería








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







Salud física y funcionalidad

Actividad: Taller de autocuidados







Componente: Salud física y funcionalidad
Actividad: Pausas activas





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






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







Componente: Nutrición

Registro Fotográfico









Componente: Salud mental





Actividad: acompañamiento psicosocial

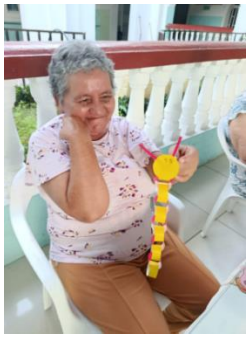
Registro Fotográfico



Componente: Salud mental
Actividad: Talleres de promoción y/o actividades de estimulación cognitiva
Registro Fotográfico



Componente: Aprovechamiento del tiempo y la recreación.
Actividad: Actividades artísticas y manualidades para el aprovechamiento del tiempo libre.








Componente: aprovechamiento del tiempo y la recreación.

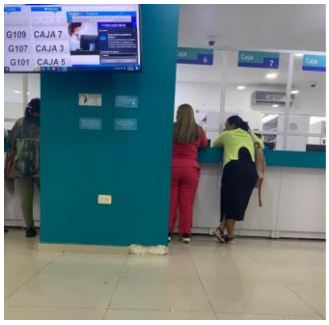
Actividad: Actividades recreacionales y culturales realizadas dentro o fuera de las instalaciones.

Registro Fotográfico






Gestión ante eps y gestiones administrativas





Actividad: capacitación al talento humano









