FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN
890.205.168-9

Charalá Diciembre 22 de 2025

Doctor:
YADIR FERNANDO PORRAS LARROTA
Secretario de Bienestar Social
Municipio de Charalá

Asunto: Entrega de informe de actividades correspondiente al CONVENIO DE ASOCIACION N.º 211 de 2025

Por medio de la presente me permito presentar informe de las actividades desarrolladas durante el periodo del 11 de noviembre al 19 de diciembre de 2025, CONVENIO DE ASOCIACIÓN N.º 211 de 2025 **CBA.**

DETALLE	FOLIOS
Estampillas pagadas de la factura No. FE 508	2
Factura N.° FE 508	2
Certificación bancaria cta. cte. Davivienda 048869999812	1
Certificación de seguridad social y parafiscales	1
Certificación paz y salvo con los empleados	1
Pago de seguridad social Fundación y profesionales	26
Informe ejecutivo y financiero del convenio N.° 211 de 2025	6
Informe Asistencia Nutricional de 39 días calendario del periodo comprendido del 11 de noviembre al 19 de diciembre 2025.	13
Informe de 3 actividades de nutricionista	39
Informe de actividades de Enfermería Turno Dia por 39 días calendario periodo comprendido del 11 de noviembre al 19 de diciembre 2025.	13
Informe de actividades de Servicios Generales tiempo completo por 39 días calendario periodo comprendido del 11 de noviembre al 19 de diciembre 2025.	3
Informe de 4 actividades de orientación psicológica	4
Informe de 4 actividades de atención en deporte, cultura y recreación	29
Informe de 4 actividad cognitivas y productivas	8
Póliza Auxilio exequial del periodo comprendido del 11 de noviembre al 19 de diciembre 2025.	1
Aporte Esal	6
Certificación de los servicios prestados	3
Lista Adultos Mayores Atendidos	1

Agradezco de antemano su valiosa colaboración.

Cordialmente,

MARTHA YOLANDA MURCIA BELTRAN
Directora

CALLE 26 N0. 11 PAR. CHARALA - SANTANDER - PATRIMONIO HISTÓRICO DE LA NACIÓN
TEL. 7258313 - Cel. 3144447121
Email. Fun_hogaradultomayoreleden@hotmail.com

Factura Electrónica De Venta No

FE No. 508

Documento Oficial de Autorización de Numeración Facturación Electrónica No. 18764096932935 que habilita desde FE 501 hasta FE 600. Vence 2027-08-12

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR

Nit 890205168 9

No Responsable de IVA, REGIMEN TRIBUTARIO ESPECIAL

No somos Grandes Contribuyentes

Actividad Económica ICA ACTIV 0.00 X 1000

CLIENTE	ALCALDIA MUNICIPAL DE CHARALA
NIT	890205063 4

DIRECCIÓN	CIUDAD	TELÉFONO
CRA 17 24 11	Charalá	7258008

FECHA FACTURA	FECHA VENCIMIENTO
17/12/2025	17/12/2025

POR CONCEPTO DE

PAGO UNICO DEL CONVENIO No. 211 DEL 2025 PERIODO COMPRENDIDO DEL 11 DE NOVIEMBRE AL 19 DE DICIEMBRE DE 2025, 39 DIAS CALENDARIO.

VENDEDOR	FORMA DE PAGO
ACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL I	Credito

Código	Descripción		Cantidad	U Medida	Valor Unitario	IVA	Valor IVA	Total
003	CONVENIO C.B.A. CHARALÁ	1	1	Und.	57.319.100	0%	0	57.319.100

Valor en Letras

Total Item	1

CINCUENTA Y SIETE MILLONES TRESCIENTOS DIECINUEVE MIL CIEN PESOS M/CTE

SUBTOTAL	**57.319.100**
DESCUENTO	**0**
IVA	**0**
TOTAL DE LA OPERACIÓN	**57.319.100**
TOTAL MENOS RETENCIONES	**57.319.100**

Representación Gráfica de la Factura de Venta Electrónica

Fecha y Hora de Generación: 17/12/2025 16:05:14

CALLE 25 11 80 Teléfono 7258313 Charalá

Correo Electrónico

CUFE: 2c9336dcc8be8edc9932292b48768f5281322cae34c81e8d8f8662e5eb6d825d5e52b10976

Factura Electrónica De Venta No

FE No. 508

Documento Oficial de Autorización de Numeración Facturación Electrónica No. 18764096932935 que habilita desde FE 501 hasta FE 600. Vence 2027-08-12

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR

Nit 890205168 9

No Responsable de IVA, REGIMEN TRIBUTARIO ESPECIAL

No somos Grandes Contribuyentes

Actividad Económica ICA ACTIV 0.00 X 1000

CLIENTE	ALCALDIA MUNICIPAL DE CHARALA
NIT	890205063 4

DIRECCIÓN	CIUDAD	TELÉFONO
CRA 17 24 11	Charalá	7258008

FECHA FACTURA	FECHA VENCIMIENTO
17/12/2025	17/12/2025

POR CONCEPTO DE

PAGO UNICO DEL CONVENIO No. 211 DEL 2025 PERIODO COMPRENDIDO DEL 11 DE NOVIEMBRE AL 19 DE DICIEMBRE DE 2025, 39 DIAS CALENDARIO.

VENDEDOR	FORMA DE PAGO
ACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL I	Credito

Código	Descripción		Cantidad	U Medida	Valor Unitario	IVA	Valor IVA	Total
003	CONVENIO C.B.A. CHARALÁ	1	1	Und.	57.319.100	0%	0	57.319.100

Valor en Letras

Total Item	1

CINCUENTA Y SIETE MILLONES TRESCIENTOS DIECINUEVE MIL CIEN PESOS M/CTE

SUBTOTAL	**57.319.100**
DESCUENTO	**0**
IVA	**0**
TOTAL DE LA OPERACIÓN	**57.319.100**
TOTAL MENOS RETENCIONES	**57.319.100**

Representación Gráfica de la Factura de Venta Electrónica

Fecha y Hora de Generación: 17/12/2025 16:05:14

CALLE 25 11 80 Teléfono 7258313 Charalá

Correo Electrónico

CUFE: 2c9336dcc8be8edc9932292b48768f5281322cae34e81e8d8f8662e5eb6d825d5e59b10970...

DAVIVIENDA

Banco Davivienda S.A.

CERTIFICACION

CHARALA, SANTANDER, 12/12/2025

Por medio de la presente hacemos constar que nuestro cliente **FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN** con NIT **890.205.168-9** posee en el Banco Davivienda:

CUENTA CORRIENTE

Número 048869999812

Cordialmente,

BANCO DAVIVIENDA

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

LA SUSCRITA REPRESENTANTE LEGAL DE LA FUNDACIÓN HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDÉN DE CHARALÁ

CERTIFICA:

Que LA **FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN,** con Nit. **890.205.168-9, se** encuentra a paz y salvo en los pagos de parafiscales y seguridad social integral de los últimos seis (6) meses.

Expida en Charalá a solicitud de los interesados a los veintidós (22) días del mes de Diciembre de 2025.

Cordialmente,

MARTHA YOLANDA MURCIA BELTRÁN
REPRESENTANTE LEGAL

E - MAIL: Fun_hogaradultomayoreleden@hotmail.com
Calle 26 N0. 11 -80 Charalá Santander
Tel: 7258313 - 3144447121

LA SUSCRITA REPRESENTANTE LEGAL DE LA FUNDACIÓN HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDÉN DE CHARALÁ

CERTIFICA:

Que LA **FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN,** con Nit. **890.205.168-9, se** encuentra a paz y salvo en los pagos del personal que labora en esta institución.

Expedida en Charalá a solicitud de los interesados a los veintidós (22) días del mes de Diciembre de 2025.

Cordialmente,

MARTHA YOLANDA MURCIA BELTRÁN
REPRESENTANTE LEGAL

FUNDACIÓN HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDÉN
CBA

- **APORTE MUNICIPIO DE CHARALÁ**

ACTIVIDAD	PERFIL	NOMBRES
DIRECCIÓN TÉCNICA	ADMINISTRADORA EMPRESAS	MARTHA YOLANDA MURCIA BELTRÁN
MANIPULADOR DE ALIMENTOS	MANIPULADORA DE ALIMENTOS	SILVIA ROSA BUENO PARRA
AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES	AUXILIAR SERVICIOS GENERALES	MYRIAM TABAREZ MEZA
NUTRICIÓN	NUTRICIONISTA	MARTHA JULIANA PINTO ALVAREZ
ORIENTACION PSICOSOCIAL	PSICÓLOGA	SANDRA LILIANA CASTRO PACHÓN
ACTIVIDADES COGNITIVAS Y PRODUCTIVAS	PROFESIONAL Y/O TÉCNICA	ROSA ANGELICA POLO SANDOVAL
TERAPEUTA OCUPACIONAL O EDUCACIÓN FÍSICA	FISIOTERAPEUTA	LILIANA AMPARO GOMEZ GUTIERREZ
ENFERMERÍA	AUXILIAR EN ENFERMERÍA	MARIBEL DIÁZ HOLGUIN

- **APORTE ESAL**

ACTIVIDAD	PERFIL	NOMBRES
ENFERMERÍA	AUXILIAR EN ENFERMERÍA TURNO NOCTURNO	LUZ FABIOLA HERRERA REYES
AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES	AUXILIAR SERVICIOS GENERALES MEDIO TIEMPO	LUZ YANETH PINZON DIAZ

Cordialmente,

MARTHA YOLANDA MURCIA BELTRAN
Directora y Representante Legal
Fundación Hogar del Adulto Mayo El Edén

Transacción Aprobada

Su planilla ha sido anulada y pagada con éxito. Por favor imprima esta comprobante como soporte del anulado y pago de su planilla.

enlace operativo

Información de la Planilla Pagada

Nit de comercio Operador de Información	900089104-5
Razón Social del Operador de Información	Enlace Operativo
Descripción	Pago de SuAporte
Fecha	2025-11-14, 10:23:08 AM
Periodo de Cotización Otros Riesgos	octubre de 2025
Periodo de Cotización Para Salud	noviembre de 2025
Empresa	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR
NIT	NI 890205168
Código Sucursal (Nombre)	( )
Referencia de Pago/ Número Planilla	81730354
Tipo de Planilla	E
Número Transacción Bancaria/ CUS	1928069818
Banco	(1051) - BANCO DAVIVIENDA
Valor	$ 6.882.900
Estado de la Transacción	Aprobada
Dirección IP de Origen	www.suaporte.com.co

Nit	Código	Administradora	Número Afiliados	Valor sin Mora	Total Intéreses Mora
N800224808	230301	PORVENIR	1	$ 258.200	$ 0
N900336004	25-14	COLPENSIONES	7	$ 2.327.100	$ 0
N800227940	231001	FDO DE PENSIONES OBLIGATORIAS COLFONDOS	1	$ 285.100	$ 0
N900156264	EPS037	NUEVA EPS	7	$ 1.805.800	$ 0
N900226715	ESSC24	CMRC Recaudo Coosalud ADRES ESSC24	1	$ 235.000	$ 0
N900156264	EPS041	CMRC.RECA.FOSYGA-NUEVAEPS R MOVILIDAD	1	$ 201.700	$ 0
N890903790	14-11	ARL SURA	9	$ 154.500	$ 0
N890201578	CCF40	COMFENALCO	9	$ 718.000	$ 0
N899999034	PASENA	SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE SEN	9	$ 359.100	$ 0
N899999239	PAICBF	ICBF	9	$ 538.400	$ 0
			SubTotales:	$ 6.882.900	$ 0
			Total a Pagar:		$ 6.882.900

Enlace Operativo. Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

Enlace Operativo no se hace responsable de las planillas y pagos realizados a través de otros operadores de información dado que no tiene medios para corroborar la veracidad de la misma, su alcance se limita a replicar la información suministrada directamente por el cliente.

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

EXPERTOS en PILA

Transacción Aprobada

Su planilla ha sido enviada y pagada con éxito. Por favor imprima este comprobante como soporte del envio y pago de su planilla.

Información de la Planilla Pagada

Nit de comercio Operador de Información	900089104-5
Razón Social del Operador de Información	Enlace Operativo
Descripción	Pago de SuAporte
Fecha	2025-12-17, 03:34:40 PM
Periodo de Cotización Otros Riesgos	noviembre de 2025
Periodo de Cotización Para Salud	diciembre de 2025
Empresa	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR
NIT	NI 890205168
Código Sucursal (Nombre)	( )
Referencia de Pago/ Número Planilla	81731067
Tipo de Planilla	E
Número Transacción Bancaria/ CUS	2017027519
Banco	(1051) - BANCO DAVIVIENDA
Valor	$ 7.193.900
Estado de la Transacción	Aprobada
Dirección IP de Origen	www.suaporte.com.co

Nit	Código	Administradora	Número Afiliados	Valor sin Mora	Total Intéreses Mora
N800224808	230301	PORVENIR	1	$ 265.800	$ 200
N900336004	25-14	COLPENSIONES	7	$ 2.405.700	$ 1.600
N800227940	231001	FDO DE PENSIONES OBLIGATORIAS COLFONDOS	1	$ 325.800	$ 300
N900156264	EPS037	NUEVA EPS	7	$ 1.891.500	$ 1.200
N900226715	ESSC24	CMRC Recaudo Coosalud ADRES ESSC24	1	$ 242.500	$ 200
N900156264	EPS041	CMRC.RECA.FOSYGA-NUEVAEPS R MOVILIDAD	1	$ 207.600	$ 200
N890903790	14-11	ARL SURA	9	$ 162.800	$ 200
N890201578	CCF40	COMFENALCO	9	$ 749.700	$ 500
N899999034	PASENA	SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE SEN	9	$ 375.100	$ 300
N899999239	PAICBF	ICBF	9	$ 562.300	$ 400
			SubTotales:	$ 7.188.800	$ 5.100
			Total a Pagar:		$ 7.193.900

Enlace Operativo, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

Enlace Operativo no se hace responsable de las planillas y pagos realizados a través de otros operadores de información dado que no tiene medios para corroborar la veracidad de la misma, su alcance se limita a replicar la información suministrada directamente por el cliente.

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

DAVIVIENDA

Pago PSE

Resultado de su transacción

Estado
Aprobado

Valor del pago
$ 7.193.900,00

Número de aprobación
00027519

Motivo
Pago de Seguridad Social

Fecha del pago
17/12/2025

Referencia 1
172.29.10.57

Hora del pago
03:36 PM

Referencia 2
NI

Número de producto origen
**********9812

Referencia 3
890205168

Destino del pago
ENLACE OPERATIVO S.A.

Código único CUS
2017027519

Banco Davivienda S.A. Todos los derechos reservados 2017

SuAporte | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2025-11-14, 10:31:00 a. m. **Tipo Planilla** E **Número Planilla** 81730354

Periodo Cotización 202510 **Periodo Servicio** 202511

PAGADA 2025-11-14 10:25:36.0

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR				
Documento	NI 890205168	**Dirección**	CL 26 #11 - 80		
Tipo de Empresa	EMPLEADOR	**Teléfono**	7258313		
Tipo Persona	JURÍDICA	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	9
Ciudad	CHARALA	**Departamento**	SANTANDER		
Representante Legal	MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	**Identificación**	CC 28411454		

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento			Residente		Exonerado		Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	01	00				N	MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	68167000 - 68		SANTANDER

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																						Extranjero	Tipo salario	Salario	Pensión						Salud						Riesgos					Caja				Parafiscales			
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	DP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF				Código AFP	Código Tras. AFP	Tarifa AFP	IBC	Total Aporte AFP	Total Aporte FSP	Total Aporte FSPS	Código EPS	Código Tras. EPS	Tarifa EPS	IBC EPS	Aporte Salud	Aporte UPC	Código ARL	Clase Riesgo	Tarifa ARL	IBC ARL	Aporte Riesgos	Código CCF	Tarifa CCF	IBC CCF	Aporte Caja	Tarifa SENA	Aporte SENA	Tarifa ICBF	Aporte ICBF
															0	30	30	30	30			F	$ 4.653.760	25-14		16 %	$ 4.653.760	$ 744.600	$ 0	$ 0	EPS037		12,5 %	$ 4.653.760	$ 581.800	$ 0	14-11	1	0,522 %	$ 4.653.760	$ 24.300	CCF40	4 %	$ 4.653.760	$ 186.200	2 %	$ 93.100	3 %	$ 139.700

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
COLPENSIONES	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	NUEVA EPS	ARL SURA	COMFENALCO SANTANDER	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
$ 744.600	$ 0	$ 0	$ 581.800	$ 24.300	$ 186.200	$ 93.100	$ 139.700	$ 0	$ 0	$ 1.769.700

Enlace Operativo, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

SuAporte | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2025-12-17, 03:46:28 p. m. **Tipo Planilla** E **Número Planilla** 81731067

Periodo Cotización 202511 **Periodo Servicio** 202512

PAGADA 2025-12-17 15:37:06.0

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR				
Documento	NI 890205168	**Dirección**	CL 26 #11 - 80		
Tipo de Empresa	EMPLEADOR	**Teléfono**	7258313		
Tipo Persona	JURÍDICA	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	9
Ciudad	CHARALA	**Departamento**	SANTANDER		
Representante Legal	MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	**Identificación**	CC 28411454		

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento	CC 28411454		Residente		Exonerado	N	Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	01	00					MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	68167000 - 68		SANTANDER

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																						Extranjero	Tipo salario	Salario	Pensión							Salud						Riesgos					Caja				Parafiscales			
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF					Código AFP	Código Tras. AFP	Tarifa AFP	IBC	Total Aporte AFP	Total Aporte FSP	Total Aporte FSPS	Código EPS	Código Tras. EPS	Tarifa EPS	IBC EPS	Aporte Salud	Aporte UPC	Código ARL	Clase Riesgo	Tarifa ARL	IBC ARL	Aporte Riesgos	Código CCF	Tarifa CCF	IBC CCF	Aporte Caja	Tarifa SENA	Aporte SENA	Tarifa ICBF	Aporte ICBF
															0	30	30	30	30			F	$ 4.653.760	25-14		16 %	$ 4.653.760	$ 744.600	$ 0	$ 0	EPS037		12,5 %	$ 4.653.760	$ 581.800	$ 0	14-11	1	0,522 %	$ 4.653.760	$ 24.300	CCF40	4 %	$ 4.653.760	$ 186.200	2 %	$ 93.100	3 %	$ 139.700

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
COLPENSIONES	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	NUEVA EPS	ARL SURA	COMFENALCO SANTANDER	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
$ 744.600	$ 0	$ 0	$ 581.800	$ 24.300	$ 186.200	$ 93.100	$ 139.700	$ 0	$ 0	$ 1.769.700

Enlace Operativo, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

SuAporte | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2025-11-14, 10:34:31 a. m. **Tipo Planilla** E **Número Planilla** 81730354

Periodo Cotización 202510 **Periodo Servicio** 202511

PAGADA 2025-11-14 10:25:36.0

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR				
Documento	NI 890205168	**Dirección**	CL 26 #11 - 80		
Tipo de Empresa	EMPLEADOR	**Teléfono**	7258313		
Tipo Persona	JURÍDICA	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	9
Ciudad	CHARALA	**Departamento**	SANTANDER		
Representante Legal	MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	**Identificación**	CC 28411454		

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento	CC 28097607		Residente		Exonerado	N	Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	01	00					BUENO PARRA SILVIA ROSA	68167000 - 68		SANTANDER

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																					Extranjero	Tipo salario	Salario	Pensión							Salud						Riesgos					Caja				Parafiscales			
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días APP	Días EPS	Días ARP	Días CCF				Código AFP	Código Tras. AFP	Tarifa AFP	IBC	Total Aporte AFP	Total Aporte FSP	Total Aporte FSPS	Código EPS	Código Tras. EPS	Tarifa EPS	IBC EPS	Aporte Salud	Aporte UPC	Código ARL	Clase Riesgo	Tarifa ARL	IBC ARL	Aporte Riesgos	Código CCF	Tarifa CCF	IBC CCF	Aporte Caja	Tarifa SENA	Aporte SENA	Tarifa ICBF	Aporte ICBF
								X							0	30	30	30	30			F	$ 1.423.600	25-14		16 %	$ 1.613.300	$ 258.200	$ 0	$ 0	EPS037		12,5 %	$ 1.613.300	$ 201.700	$ 0	14-11	2	1,044 %	$ 1.613.300	$ 16.900	CCF40	4 %	$ 1.613.300	$ 64.600	2 %	$ 32.300	3 %	$ 48.400

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
COLPENSIONES	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	NUEVA EPS	ARL SURA	COMFENALCO SANTANDER	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
$ 258.200	$ 0	$ 0	$ 201.700	$ 16.900	$ 64.600	$ 32.300	$ 48.400	$ 0	$ 0	$ 622.100

Enlace Operativo, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

EXPERTOS en PILA

SuAporte | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2025-12-17, 03:57:05 p. m. **Tipo Planilla** E **Número Planilla** 81731067

Periodo Cotización 202511 **Periodo Servicio** 202512

PAGADA 2025-12-17 15:37:06.0

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR				
Documento	NI 890205168	**Dirección**	CL 26 #11 - 80		
Tipo de Empresa	EMPLEADOR	**Teléfono**	7258313		
Tipo Persona	JURÍDICA	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	9
Ciudad	CHARALA	**Departamento**	SANTANDER		
Representante Legal	MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	**Identificación**	CC 28411454		

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento	CC 28097607		Residente		Exonerado		Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	01	00				N	BUENO PARRA SILVIA ROSA	68167000 - 68		SANTANDER

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																						Extranjero	Tipo salario	Salario	Pensión							Salud						Riesgos					Caja				Parafiscales			
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF				Código AFP	Código Tras. AFP	Tarifa AFP	IBC	Total Aporte AFP	Total Aporte FSP	Total Aporte FSPS	Código EPS	Código Tras. EPS	Tarifa EPS	IBC EPS	Aporte Salud	Aporte UPC	Código ARL	Clase Riesgo	Tarifa ARL	IBC ARL	Aporte Riesgos	Código CCF	Tarifa CCF	IBC CCF	Aporte Caja	Tarifa SENA	Aporte SENA	Tarifa ICBF	Aporte ICBF
								X							0	30	30	30	30			F	$ 1.423.500	26-14		16 %	$ 1.613.300	$ 258.200	$ 0	$ 0	EPS037		12,5 %	$ 1.613.300	$ 201.700	$ 0	14-11	2	1,044 %	$ 1.613.300	$ 16.900	CCF40	4 %	$ 1.613.300	$ 64.600	2 %	$ 32.300	3 %	$ 48.400

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
COLPENSIONES	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	NUEVA EPS	ARL SURA	COMFENALCO SANTANDER	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
$ 258.200	$ 0	$ 0	$ 201.700	$ 16.900	$ 64.600	$ 32.300	$ 48.400	$ 0	$ 0	$ 622.100

Enlace Operativo, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

EXPERTOS en PILA

SuAporte | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2025-11-14, 10:33:56 a. m. **Tipo Planilla** E **Número Planilla** 81730354

Periodo Cotización 202510 **Periodo Servicio** 202511

PAGADA 2025-11-14 10:25:36.0

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR				
Documento	NI 890205168	**Dirección**	CL 26 #11 - 80		
Tipo de Empresa	EMPLEADOR	**Teléfono**	7258313		
Tipo Persona	JURÍDICA	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	9
Ciudad	CHARALA	**Departamento**	SANTANDER		
Representante Legal	MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	**Identificación**	CC 28411454		

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento	CC 37707076		Residente		Exonerado	N	Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	01	00					TABARES MEZA MYRIAM	68167000 - 68		SANTANDER

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																											Extranjero	Tipo salario	Salario	Pensión							Salud						Riesgos					Caja				Parafiscales			
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF				Código AFP	Código Trasl. AFP	Tarifa AFP	IBC	Total Aporte AFP	Total Aporte FSP	Total Aporte FSPS	Código EPS	Código Trasl. EPS	Tarifa EPS	IBC EPS	Aporte Salud	Aporte UPC	Código ARL	Clase Riesgo	Tarifa ARL	IBC ARL	Aporte Riesgos	Código CCF	Tarifa CCF	IBC CCF	Aporte Caja	Tarifa SENA	Aporte SENA	Tarifa ICBF	Aporte ICBF
								X							0	30	30	30	30			F	$ 1.423.600	25-14		16 %	$ 1.613.300	$ 258.200	$ 0	$ 0	EPS037		12,5 %	$ 1.613.300	$ 201.700	$ 0	14-11	2	1,044 %	$ 1.613.300	$ 16.900	CCF40	4 %	$ 1.613.300	$ 64.600	2 %	$ 32.300	3 %	$ 48.400

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
COLPENSIONES	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	NUEVA EPS	ARL SURA	COMFENALCO SANTANDER	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
$ 258.200	$ 0	$ 0	$ 201.700	$ 16.900	$ 64.600	$ 32.300	$ 48.400	$ 0	$ 0	$ 622.100

Enlace Operativo, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

EXPERTOS en PILA

SuAporte | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2025-12-17, 03:51:29 p. m. **Tipo Planilla** E **Número Planilla** 81731067

Periodo Cotización 202511 **Periodo Servicio** 202512

PAGADA 2025-12-17 15:37:06.0

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR				
Documento	NI 890205168	**Dirección**	CL 26 #11 - 80		
Tipo de Empresa	EMPLEADOR	**Teléfono**	7258313		
Tipo Persona	JURÍDICA	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	9
Ciudad	CHARALA	**Departamento**	SANTANDER		
Representante Legal	MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	**Identificación**	CC 28411454		

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento	CC 37707076		Residente		Exonerado	N	Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	01	00					TABARES MEZA MYRIAM	68167000 - 68		SANTANDER

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																								Extranjero	Tipo salario	Salario	Pensión							Salud						Riesgos					Caja				Parafiscales			
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	CDR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF								Código AFP	Código Tras. AFP	Tarifa AFP	IBC	Total Aporte AFP	Total Aporte FSP	Total Aporte FSPS	Código EPS	Código Tras. EPS	Tarifa EPS	IBC EPS	Aporte Salud	Aporte UPC	Código ARL	Clase Riesgo	Tarifa ARL	IBC ARL	Aporte Riesgos	Código CCF	Tarifa CCF	IBC CCF	Aporte Caja	Tarifa SENA	Aporte SENA	Tarifa ICBF	Aporte ICBF
								X							0	30	30	30	30								25-14		16 %	$ 1.665.850	$ 250.600	$ 0	$ 0	EPS037		12,6 %	$ 1.665.850	$ 195.800	$ 0	14-11	2	1,044 %	$ 1.665.850	$ 16.400	CCF40	4 %	$ 1.565.850	$ 62.700	2 %	$ 31.400	3 %	$ 47.000

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
COLPENSIONES	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	NUEVA EPS	ARL SURA	COMFENALCO SANTANDER	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
$ 250.600	$ 0	$ 0	$ 195.800	$ 16.400	$ 62.700	$ 31.400	$ 47.000	$ 0	$ 0	$ 603.900

Enlace Operativo, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

enlace operativo

SuAporte | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2025-11-25, 12:52:49 PM **Tipo Planilla:** N: PLANILLA CORRECCIONES **Numéro Planilla:** 81887677

Nro Planilla Corregida: 81649051 **Periodo Cotización:** noviembre de 2025 **Periodo Servicio:** noviembre de 2025

PAGADO 25/11/2025

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	MARTHA JULIANA PINTO ALVAREZ		
Documento	CC53103669	**Dirección**	CR 10 #16 - 10
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	6355648
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	ÚNICO
Ciudad	SAN GIL	**Departamento**	SANTANDER
Representante Legal		**Identificación**	
Total Afiliados	1	**ARP**	POSITIVA DE SEGUROS

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																					Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales				Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	SubTipo Cotizante	ING	RET	RET P	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	ICE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días APP	Días EPS	Días ARP	Días CCF	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
CC 53103669	MARTHA JULIANA PINTO ALVAREZ	59	00								A										0	30	30	0	(230301) PORVENIR	$1.423.500	$ 227.800	(EPS005) EPS SANITAS	$1.423.500	$178.000	2,436	$1.423.500	$ 34.700	(NIN-CC) NINGUNA CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 440.500
CC 53103669	MARTHA JULIANA PINTO ALVAREZ	59	00								C										0	30	30	0	(230301) PORVENIR	$1.600.000	$ 256.000	(EPS005) EPS SANITAS	$1.600.000	$200.000	2,436	$1.600.000	$ 39.000	(NIN-CC) NINGUNA CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 495.000

III. TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$ 176.500	$ 176.500	$ 176.500	$ 0	$ 28.200	$ 22.000	$ 4.300	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 54.500	$ 0	$ 54.500

Enlace Operativo, Linea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellin: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

EXPERTOS en PILA

enlace operativa

SuAporte | AUTOLIQUIDACION CONSOLIDADA

Fecha creación reporte: 2025-12-09, 08:22:26 AM **Tipo Planilla:** I: PLANILLA INDEPENDIENTES **Numéro Planilla:** 82211948

Periodo Cotización: diciembre de 2025 **Periodo Servicio:** diciembre de 2025

PAGADO 08/12/2025 EN HORARIO EXTENDIDO

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	MARTHA JULIANA PINTO ALVAREZ		
Documento	CC53103669	**Dirección**	CR 10 #16 - 10
Tipo de Empresa	INDEPENDIENTE	**Teléfono**	6355648
Tipo Persona	NATURAL	**Forma Presentación**	ÚNICO
Ciudad	SAN GIL	**Departamento**	SANTANDER
Representante Legal		**Identificación**	
Total Afiliados	1	**ARP**	POSITIVA DE SEGUROS

II. DETALLE DEL APORTANTE

Datos del Afiliado				Novedades																	Pensiones			Salud			Riesgos			Cajas			Parafiscales				Total
Identificación	Apellidos y Nombres	Tipo Cotizante	Subtipo Cotizante	ING	RET	RET P	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Dias AFP	Dias EPS	Dias ARP	Dias CCF	Administradora	IBC Pensión	Aporte Pensión	Administradora	IBC Salud	Aporte Salud	Tarifa	IBC Riesgos	Aporte Riesgos	Administradora	IBC Caja	Aporte Caja	Aporte SENA	Aporte ICBF	ESAP	Aporte Ministerio	Total
CC 53103669	MARTHA JULIANA PINTO ALVAREZ	59	00																	0	30	30	30	0	(230301) PORVENIR	$1.423.500	$ 227.800	(EPS005) EPS SANITAS	$1.423.500	$ 178.000	2,436	$1.423.500	$ 34.700	(NIN-CC) NINGUNA CCF	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 440.500

III. TOTALES

IBC Pensión	IBC Salud	IBC Riesgos	IBC Cajas	Aportes Pensión	Aportes Salud	Aportes Riesgos	Aportes Cajas	Aportes Sena	Aportes ICBF	Aportes ESAP	Aportes Min Educación	(Incapacidades, Licencias, Saldos a Favor) EPS	Incapacidades ARP	SUBTOTAL SIN INTERESES DE MORA	TOTAL INTERESES DE MORA	TOTAL FINAL
$1.423.500	$1.423.500	$1.423.500	$ 0	$ 227.800	$ 178.000	$ 34.700	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 440.500	$ 0	$ 440.500

Enlace Operativo, Linea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellin: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

Antes de imprimir, asegúrese que sea realmente necesario. Proteger el medio ambiente está en nuestras manos.

EXPERTOS en PILA

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

Banco de Bogotá

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

TIPO IDENTIFICACIÓN:	CÉDULA DE CIUDADANÍA
NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:	1098406100
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:	SANDRA LILIANA CASTRO PACHON
CIUDAD/MUNICIPIO:	CHARALA
DEPARTAMENTO:	SANTANDER
DIRECCIÓN:	CARRERA 14 # 17 - 27
TELÉFONO:	7258229
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE
CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA
ACTIVIDAD ECONOMICA:	Actividades reguladoras y facilitadoras de la act
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):	NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA

NÚMERO PLANILLA:	5167801431
TIPO DE PLANILLA:	I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN OTROS	MES noviembre AÑO 2025
PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES noviembre AÑO 2025
DÍAS DE MORA:	14
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):	2025/12/16
NÚMERO AUTORIZACIÓN:	640524

TOTAL APORTES A PENSIÓN

CÓDIGO	NOMBRE	No. COTIZANTES	COTIZACIÓN	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADOR	APORTES VOLUNTARIOS COTIZANTE	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	MORA COTIZACIÓN	MORA FSP	TOTALES APORTES	TOTALES MORA	VALOR PAGADO
230301	230301-PORVENIR	1	$ 227.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 2.100	$ 0	$ 227.800	$ 2.100	$ 229.90
SUBTOTALES:										$ 227.800	$ 2.100	$ 229.90

TOTAL APORTES A SALUD

CÓDIGO	NOMBRE	No. COTIZANTES	INCAPACIDAD POR ENFERMEDAD NÚMERO AUTORIZACIÓN	INCAPACIDAD VALOR	LICENCIA MATERNIDAD NÚMERO AUTORIZACIÓN	LICENCIA VALOR	SALDO A FAVOR PLANILLA	SALDO A FAVOR VALOR	LIQUIDACIÓN COTIZACIÓN	LIQUIDACIÓN VALOR ADRES	MORA COTIZACIÓN	MORA VALOR ADRES	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
EPS037	EPS037-NUEVA EPS	1		$ 0		$ 0		$ 0	$ 178.000	$ 0	$ 1.600	$ 0	$ 178.000	$ 1.600	$ 0	$ 179.60
SUBTOTALES:													$ 178.000	$ 1.600	$ 0	$ 179.60

TOTAL APORTES A RIESGOS PROFESIONALES

CÓDIGO	NOMBRE	No. COTIZANTES	INCAPACIDAD IRP NÚMERO AUTORIZACIÓN	INCAPACIDAD IRP VALOR	PAGO A OTROS RIESGOS	SALDO A FAVOR PLANILLA	SALDO A FAVOR VALOR	LIQUIDACIÓN COTIZACIÓN	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
14-11	14-11 - ARL SURA	1		$ 0	$ 0		$ 0	$ 7.500	$ 7.500	$ 100	$ 0	$ 7.60
SUBTOTALES:									$ 7.500	$ 100	$ 0	$ 7.60

TOTAL APORTES A CAJA DE COMPENSACIÓN FAMILIAR

CÓDIGO	NOMBRE	No. COTIZANTES	APORTES	MORA	VALOR PAGADO
CCF39	CCF39-CAJASAN	1	$ 28.500	$ 300	$ 28.80
SUBTOTALES:			$ 28.500	$ 300	$ 28.80

LIQUIDACIÓN DETALLADA APORTES

DATOS DEL COTIZANTE / NOVEDADES

Nº	IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	TIPO COTIZANTE	SUBTIPO COTIZANTE	SALARIO BÁSICO	TIPO DE SALARIO	COLOMBIANO EXTRANJERO	REFORMA TRIBUTARIA	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP
1	CC 1098406100	CASTRO PACHON SANDRA LILIANA	INDEPENDIENTE CONTRATO PRESTACIÓN DE SERVICIOS		$ 1.423.500			NO																	

SEGURIDAD SOCIAL – PENSIÓN

ADMIN	DIAS COT	IBC	COTIZACIÓN	FSP SUBSISTENCIA	FSP SOLIDARIDAD	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADOR	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADO	INDICADOR TARIFA ESPECIAL	TOTAL APORTE
230301-PORVENIR	30	$ 1,423,500	$ 227,800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 227,800

SEGURIDAD SOCIAL – SALUD

ADMIN	DIAS COT	IBC	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	TOTAL APORTE
EPS037-NUEVA EPS	30	$ 1,423,500	$ 178,000	$ 0	$ 178,000

SEGURIDAD SOCIAL – ARP

ADMIN	DIAS COT	IBC	CENTRO DE TRABAJO	TOTAL APORTE
14-11 - ARL SURA	30	$ 1,423,500	109840610	$ 7,500

PARAFISCALES

DIAS COT	IBC	CCF ADMIN	CCF TOTAL APORTE	SENA TOTAL APORTE	ICBF TOTAL APORTE	ESAP TOTAL APORTE	MINEDU TOTAL APORTE
30	$ 1,423,500	CCF39-CAJASAN	$ 28,500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0

TOTAL PAGADO: $ 445.900

Planilla Pagada

PLANILLA INTEGRADA AUTOLIQUIDACIÓN APORTES
SOPORTE DE PAGO GENERAL

soi | DAVIbank

DATOS GENERALES DEL APORTANTE			
TIPO IDENTIFICACIÓN:	CÉDULA DE CIUDADANÍA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN	1098406100
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:			SANDRA LILIANA CASTRO PACHON
CIUDAD/MUNICIPIO:	CHARALA	DEPARTAMENTO:	SANTANDER
DIRECCIÓN:	CARRERA 14 # 17 - 27	TELÉFONO:	7258229
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE:	I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA:	Actividades reguladoras y facilitadoras de la act
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO		
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA)			NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA			
NÚMERO PLANILLA:	5167801873	TIPO DE PLANILLA:	I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN OTROS	MES diciembre AÑO 2025	PERIODO COTIZACIÓN SALUD:	MES diciembre AÑO 2025
DÍAS DE MORA:	0		
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd)	2025/12/18	NÚMERO AUTORIZACIÓN:	8258697154

TOTAL APORTES A PENSIÓN

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	COTIZACIÓN	APORTES VOLUNTARIOS		FSP		MORA		TOTALES		
CÓDIGO	NOMBRE			EMPLEADOR	COTIZANTE	SOLIDARIDAD	SUBSISTENCIA	COTIZACIÓN	FSP	APORTES	MORA	VALOR PAGADO
230301	230301-PORVENIR	1	$ 227.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	$ 227.800	$ 0	$ 227.800
SUBTOTALES:										$ 227.800	$ 0	$ 227.800

TOTAL APORTES A SALUD

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD POR ENFERMEDAD		LICENCIA MATERNIDAD		SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN		MORA		TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
EPS037	EPS037-NUEVA EPS	1		$ 0		$ 0		$ 0	$ 178.000	$ 0	$ 0	$ 0	$ 178.000	$ 0	$ 0	$ 178.000
SUBTOTALES:													$ 178.000	$ 0	$ 0	$ 178.000

TOTAL APORTES A RIESGOS PROFESIONALES

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	INCAPACIDAD IRP			SALDO A FAVOR		LIQUIDACIÓN	TOTALES			
CÓDIGO	NOMBRE		NÚMERO AUTORIZACIÓN	VALOR	PAGO A OTROS RIESGOS	PLANILLA	VALOR	COTIZACIÓN	APORTES	MORA	DESCUENTO	VALOR PAGADO
14-11	14-11 - ARL SURA	1		$ 0	$ 0		$ 0	$ 7.500	$ 7.500	$ 0	$ 0	$ 7.500
SUBTOTALES:									$ 7.500	$ 0	$ 0	$ 7.500

TOTAL APORTES A CAJA DE COMPENSACIÓN FAMILIAR

ADMINISTRADORA		No. COTIZANTES	TOTALES		
CÓDIGO	NOMBRE		APORTES	MORA	VALOR PAGADO
CCF39	CCF39-CAJASAN	1	$ 28.500	$ 0	$ 28.500
SUBTOTALES:			$ 28.500	$ 0	$ 28.500

LIQUIDACIÓN DETALLADA APORTES

DATOS DEL COTIZANTE / NOVEDADES

Nº	IDENTIFICACIÓN	NOMBRES	TIPO COTIZANTE	SUBTIPO COTIZANTE	SALARIO BÁSICO	TIPO DE SALARIO	COLOMBIANO	EXTRANJERO	REFORMA TRIBUTARIA	ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP
1	CC 1098406100	CASTRO PACHON SANDRA LILIANA	INDEPENDIENTE CONTRATO PRESTACIÓN DE SERVICIOS		$ 1.423.500				NO																	

SEGURIDAD SOCIAL — PENSIÓN

ADMIN	DIAS COT	IBC	COTIZACIÓN	FSP SUBSISTENCIA	FSP SOLIDARIDAD	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADOR	APORTES VOLUNTARIOS EMPLEADO	INDICADOR TARIFA ESPECIAL	TOTAL APORTE
230301-PORVENIR	30	$ 1.423.500	$ 227.800	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0	Normal	$ 227.800

SEGURIDAD SOCIAL — SALUD

ADMIN	DIAS COT	IBC	COTIZACIÓN	VALOR ADRES	TOTAL APORTE
EPS037-NUEVA EPS	30	$ 1.423.500	$ 178.000	$ 0	$ 178.000

SEGURIDAD SOCIAL — ARP

ADMIN	DIAS COT	IBC	CENTRO DE TRABAJO	TOTAL APORTE
14-11 - ARL SURA	30	$ 1.423.500	109840610	$ 7.500

PARAFISCALES

DIAS COT	IBC	CCF ADMIN	CCF TOTAL APORTE	SENA TOTAL APORTE	ICBF TOTAL APORTE	ESAP TOTAL APORTE	MINEDU TOTAL APORTE
30	$ 1.423.500	CCF39-CAJASAN	$ 28.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 0

TOTAL PAGADO: $ 441.800

Planilla Pagada

ASOPAGOS s.a.

RAZÓN SOCIAL :	ROSA ANGELICA POLO SANDOVAL
IDENTIFICACIÓN:	CC-1098409288
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	
FECHA GENERACIÓN REPORTE:	2025-12-09
FECHA LÍMITE DE PAGO:	2025-12-22
FECHA DE PAGO:	2025-12-09
ENTIDAD DE PAGO:	NEQUI
PERÍODO PENSIÓN:	2025-11
PERÍODO SALUD:	2025-11
NÚMERO PLANILLA:	35646398
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	35646398
TIPO DE PLANILLA:	I

CÓDIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE	NÚMERO AFILIADOS	IBC	FONDO SOLIDARIDAD	FONDO SUBSISTENCIA	TOTAL INTERESES	VALOR PAGAR SIN INTERESES	VALOR PAGAR
EPS041	900156264	NUEVA E.P.S. S.A. MOV	1	$ 332.150	$ 0	$ 0	$ 0	$ 41.600	$ 41.600
230201	800229739	PROTECCION	1	$ 332.150	$ 0	$ 0	$ 0	$ 53.200	$ 53.200
14-23	860011153	POSITIVA	1	$ 332.150	$ 0	$ 0	$ 0	$ 3.500	$ 3.500
				Total a pagar	$ 0	$ 0	$ 0	$ 98.300	$ 98.300

PAGADO

FECHA DE PAGO DEL SIGUIENTE MES:	23/01/2026

ASOPAGOS s.a.

RAZÓN SOCIAL :	ROSA ANGELICA POLO SANDOVAL
IDENTIFICACIÓN:	CC-1098409288
COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	0
NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL:	
FECHA GENERACIÓN REPORTE:	2025-12-09
FECHA LÍMITE DE PAGO:	2026-01-23
FECHA DE PAGO:	2025-12-09
ENTIDAD DE PAGO:	NEQUI
PERÍODO PENSIÓN:	2025-12
PERÍODO SALUD:	2025-12
NÚMERO PLANILLA:	35647428
TOTAL COTIZANTES:	1
REFERENCIA DE PAGO (PIN):	35647428
TIPO DE PLANILLA:	I

CÓDIGO ENTIDAD	NIT	NOMBRE	NÚMERO AFILIADOS	IBC	FONDO SOLIDARIDAD	FONDO SUBSISTENCIA	TOTAL INTERESES	VALOR PAGAR SIN INTERESES	VALOR PAGAR
EPS041	900156264	NUEVA E.P.S. S.A. MOV	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 178.000	$ 178.000
230201	800229739	PROTECCION	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 227.800	$ 227.800
14-23	860011153	POSITIVA	1	$ 1.423.500	$ 0	$ 0	$ 0	$ 14.900	$ 14.900
				Total a pagar	$ 0	$ 0	$ 0	$ 420.700	$ 420.700

PAGADO

FECHA DE PAGO DEL SIGUIENTE MES:	15/02/2026

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 37706912		GOMEZ GUTIERREZ LILIANA AMPARO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	Calle 23 No. 15-46	CHARALA-SANTANDER	7258313	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-11	2025-11	1980278880	9494880555	I	2025/12/03	2025/12/04	BANCO DAVIVIENDA	1	$413,800

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO					PENSION			SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación	Nombres	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Dias	IBC	Aporte
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500	$7,500		$0	$0
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)					$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500	$7,500		$0	$0
Ciudad: CHARALA Depto: SANTANDER (1 Afiliados)					$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500	$7,500		$0	$0
1	CC 37706912	GOMEZ LILIANA	25-14	30	$1,423,500	$227,800	EPS037	30	$1,423,500	$178,000		0	$0	$0	14-11	30	$1,423,500	$7,500	0	$0	$0
Total	**Afiliados(1)**				$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500	$7,500		$0	$0

2025/12/03 08:06 PM

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 37706912		GOMEZ GUTIERREZ LILIANA AMPARO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	Calle 23 No. 15-46	CHARALA-SANTANDER	7258313	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-11	2025-11	1980278880	9494880555	I	2025/12/03	2025/12/04	BANCO DAVIVIENDA	1	$413,800

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$227,800	$200	$0	$228,000
COLPENSIONES	25-14	900,336,004	7	1	$227,800	$200	$0	$228,000
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$7,500	$100	$0	$7,600
ARL SURA	14-11	890,903,790	5	1	$7,500	$100	$0	$7,600
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$178,000	$200	$0	$178,200
NUEVA E.P.S.	EPS037	900,156,264	2	1	$178,000	$200	$0	$178,200
TOTAL				1	$413,300	$500	$0	$413,800

2025/12/03 08:06 PM

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 37706912		GOMEZ GUTIERREZ LILIANA AMPARO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	Calle 23 No. 15-46	CHARALA-SANTANDER	7258313	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-12	2025-12	2015012668	9496542006	I	2026/01/06	2025/12/17	BANCO DAVIVIENDA	0	$413,300

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

EMPLEADO					PENSION			SALUD				CCF				RIESGOS				PARAFISCALES		
No.	Identificación		Nombres		Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Codigo	Dias	IBC	Aporte	Dias	IBC	Aporte
Sucursal: PRINCIPAL (1 Afiliados)							$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500	$7,500		$0	$0
Centro de Trabajo: PRINCIPAL (1 Afiliados)							$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500	$7,500		$0	$0
Ciudad: CHARALA Depto: SANTANDER (1 Afiliados)							$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500	$7,500		$0	$0
1	CC	37706912	GOMEZ LILIANA	25-14		30	$1,423,500	$227,800	EPS037	30	$1,423,500	$178,000		0	$0	$0	14-11	30	$1,423,500	$7,500	0	$0	$0
Total	**Afiliados(1)**						$1,423,500	$227,800			$1,423,500	$178,000			$0	$0			$1,423,500	$7,500		$0	$0

2025/12/16 09:48 PM

aportes en línea

Resumen General de Pago

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

Identificación	dv	Razon Social	Clase Aportante	Sucursal Principal	Direccion	Ciudad-Departamento	Teléfono	Exonerado SENA e ICBF
CC 37706912		GOMEZ GUTIERREZ LILIANA AMPARO	INDEPENDIENTE	PRINCIPAL	Calle 23 No. 15-46	CHARALA-SANTANDER	7258313	No

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

Periodo		Clave		Tipo	Fecha		Pago		
Pensión	Salud	Pago	Planilla	Planilla	Limite	Pago	Banco	Dias Mora	Valor
2025-12	2025-12	2015012668	9496542006	I	2026/01/06	2025/12/17	BANCO DAVIVIENDA	0	$413,300

RESUMEN DE PAGO

RIESGO	CODIGO	NIT	DV	AFILIADOS	VALOR LIQUIDADO	INTERESES MORA	SALDOS E INCAPACIDADES	VALOR A PAGAR
AFP (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$227,800	$0	$0	$227,800
COLPENSIONES	25-14	900,336,004	7	1	$227,800	$0	$0	$227,800
ARL (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$7,500	$0	$0	$7,500
ARL SURA	14-11	890,903,790	5	1	$7,500	$0	$0	$7,500
EPS (ADMINISTRADORAS: 1)				1	$178,000	$0	$0	$178,000
NUEVA E.P.S.	EPS037	900,156,264	2	1	$178,000	$0	$0	$178,000
TOTAL				1	$413,300	$0	$0	$413,300

SuAporte | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2025-11-14, 10:32:16 a. m. **Tipo Planilla** E **Número Planilla** 81730354

Periodo Cotización 202510 **Periodo Servicio** 202511

PAGADA 2025-11-14 10:25:36.0

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR				
Documento	NI 890205168	**Dirección**	CL 26 #11 - 80		
Tipo de Empresa	EMPLEADOR	**Teléfono**	7258313		
Tipo Persona	JURÍDICA	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	9
Ciudad	CHARALA	**Departamento**	SANTANDER		
Representante Legal	MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	**Identificación**	CC 28411454		

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento			Residente		Exonerado		Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	CC 1234340192					N	DIAZ HOLGUIN MARIBEL	68167000 - 68		SANTANDER
	01	00								

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																					Extranjero	Tipo salario	Salario	Pensión							Salud						Riesgos					Caja				Parafiscales			
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días APP	Días EPS	Días ARP	Días CCF				Código AFP	Código Tras. AFP	Tarifa AFP	IBC	Total Aporte AFP	Total Aporte FSP	Total Aporte FSPS	Código EPS	Código Tras. EPS	Tarifa EPS	IBC EPS	Aporte Salud	Aporte UPC	Código ARL	Clase Riesgo	Tarifa ARL	IBC ARL	Aporte Riesgos	Código CCF	Tarifa CCF	IBC CCF	Aporte Caja	Tarifa SENA	Aporte SENA	Tarifa ICBF	Aporte ICBF
								X							0	30	30	30	30			F	$ 1.507.979	231001		16 %	$ 1.781.501	$ 285.100	$ 0	$ 0	EPS037		12,6 %	$ 1.781.501	$ 222.700	$ 0	14-11	2	1,044 %	$ 1.781.501	$ 18.600	CCF40	4 %	$ 1.781.501	$ 71.300	2 %	$ 35.700	3 %	$ 53.500

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
COLFONDOS	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	NUEVA EPS	ARL SURA	COMFENALCO SANTANDER	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
$ 285.100	$ 0	$ 0	$ 222.700	$ 18.600	$ 71.300	$ 35.700	$ 53.500	$ 0	$ 0	$ 686.900

Enlace Operativo, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

SuAporte | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2025-12-17, 03:50:05 p. m. **Tipo Planilla** E **Número Planilla** 81731067

Periodo Cotización 202511 **Periodo Servicio** 202512

PAGADA 2025-12-17 15:37:06.0

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR				
Documento	NI 890205168	**Dirección**	CL 26 #11 - 80		
Tipo de Empresa	EMPLEADOR	**Teléfono**	7258313		
Tipo Persona	JURÍDICA	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	9
Ciudad	CHARALA	**Departamento**	SANTANDER		
Representante Legal	MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	**Identificación**	CC 28411454		

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento	CC 1234340192		Residente		Exonerado	N	Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	01	00					DIAZ HOLGUIN MARIBEL	68167000 - 68		SANTANDER

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																					Extranjero	Tipo salario	Salario	Pensión						Salud						Riesgos					Caja				Parafiscales			
IGE	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF				Código AFP	Código Tras. AFP	Tarifa AFP	IBC	Total Aporte AFP	Total Aporte FSP	Total Aporte FSPS	Código EPS	Código Tras. EPS	Tarifa EPS	IBC EPS	Aporte Salud	Aporte UPC	Código ARL	Clase Riesgo	Tarifa ARL	IBC ARL	Aporte Riesgos	Código CCF	Tarifa CCF	IBC CCF	Aporte Caja	Tarifa SENA	Aporte SENA	Tarifa ICBF	Aporte ICBF
								X							0	30	30	30	30			F	$ 1.507.970	231001		16 %	$ 2.035.762	$ 325.800	$ 0	$ 0	EPS037		12,5 %	$ 2.035.762	$ 254.500	$ 0	14-11	2	1,044 %	$ 2.035.762	$ 21.300	CCF40	4 %	$ 2.035.762	$ 81.500	2 %	$ 40.800	3 %	$ 61.100

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
COLFONDOS	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	NUEVA EPS	ARL SURA	COMFENALCO SANTANDER	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
$ 325.800	$ 0	$ 0	$ 254.500	$ 21.300	$ 81.500	$ 40.800	$ 61.100	$ 0	$ 0	$ 785.000

Enlace Operativo, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

SuAporte | REPORTE INDIVIDUAL

enlace operativo

Fecha creación reporte 2025-11-14, 10:33:37 a. m. **Tipo Planilla** E **Número Planilla** 81730354

Periodo Cotización 202510 **Periodo Servicio** 202511

PAGADA 2025-11-14 10:25:36.0

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR				
Documento	NI 890205168	**Dirección**	CL 26 #11 - 80		
Tipo de Empresa	EMPLEADOR	**Teléfono**	7258313		
Tipo Persona	JURÍDICA	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	9
Ciudad	CHARALA	**Departamento**	SANTANDER		
Representante Legal	MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	**Identificación**	CC 28411454		

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento	CC 63553795		Residente		Exonerado	N	Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	01	00					HERRERA REYES LUZ FABIOLA	68167000 - 68		SANTANDER

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																			
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	ICE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF
															0	30	30	30	30

Extranjero	Tipo salario	Salario	Pensión						
			Código AFP	Código Tras. AFP	Tarifa AFP	IBC	Total Aporte AFP	Total Aporte FSP	Total Aporte FSPS
	F	$ 1.507.979	25-14		16 %	$ 1.507.979	$ 241.300	$ 0	$ 0

Salud						Riesgos				
Código EPS	Código Tras. EPS	Tarifa EPS	IBC EPS	Aporte Salud	Aporte UPC	Código ARL	Clase Riesgo	Tarifa ARL	IBC ARL	Aporte Riesgos
EPS037		12,5 %	$ 1.507.979	$ 188.500	$ 0	14-11	2	1,044 %	$ 1.507.970	$ 15.800

Caja				Parafiscales			
Código CCF	Tarifa CCF	IBC CCF	Aporte Caja	Tarifa SENA	Aporte SENA	Tarifa ICBF	Aporte ICBF
CCF40	4 %	$ 1.507.970	$ 60.400	2 %	$ 30.200	3 %	$ 45.300

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
COLPENSIONES	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	NUEVA EPS	ARL SURA	COMFENALCO SANTANDER	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
$ 241.300	$ 0	$ 0	$ 188.500	$ 15.800	$ 60.400	$ 30.200	$ 45.300	$ 0	$ 0	$ 581.500

Enlace Operativo, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 -
Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

EXPERTOS en PILA

SuAporte | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2025-12-17, 03:51:06 p. m. **Tipo Planilla** E **Número Planilla** 81731067

Periodo Cotización 202511 **Periodo Servicio** 202512

PAGADA 2025-12-17 15:37:06.0

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR				
Documento	NI 890205168	**Dirección**	CL 26 #11 - 80		
Tipo de Empresa	EMPLEADOR	**Teléfono**	7258313		
Tipo Persona	JURÍDICA	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	9
Ciudad	CHARALA	**Departamento**	SANTANDER		
Representante Legal	MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	**Identificación**	CC 28411454		

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento			Residente		Exonerado		Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	01	00				N	HERRERA REYES LUZ FABIOLA	68167000 - 68		SANTANDER

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																				Extranjero	Tipo salario	Salario	Pensión							Salud						Riesgos					Caja				Parafiscales			
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días APP	Días EPS	Días ARP	Días CCF				Código AFP	Código Tras. AFP	Tarifa AFP	IBC	Total Aporte AFP	Total Aporte FSP	Total Aporte FSPS	Código EPS	Código Tras. EPS	Tarifa EPS	IBC EPS	Aporte Salud	Aporte UPC	Código ARL	Clase Riesgo	Tarifa ARL	IBC ARL	Aporte Riesgos	Código CCF	Tarifa CCF	IBC CCF	Aporte Caja	Tarifa SENA	Aporte SENA	Tarifa ICBF	Aporte ICBF
								X							0	30	30	30	30		F	$ 1.507.970	25-14		16 %	$ 1.891.822	$ 302.700	$ 0	$ 0	EPS037		12,6 %	$ 1.891.822	$ 236.500	$ 0	14-11	2	1,044 %	$ 1.891.822	$ 19.800	CCF40	4 %	$ 1.891.822	$ 75.700	2 %	$ 37.900	3 %	$ 56.800

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
COLPENSIONES	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	NUEVA EPS	ARL SURA	COMFENALCO SANTANDER	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
$ 302.700	$ 0	$ 0	$ 236.500	$ 19.800	$ 75.700	$ 37.900	$ 56.800	$ 0	$ 0	$ 729.400

Enlace Operativo, Linea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

SuAporte | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2025-11-14, 10:49:28 a. m. **Tipo Planilla** E **Número Planilla** 81730354

Periodo Cotización 202510 **Periodo Servicio** 202511

PAGADA 2025-11-14 10:25:36.0

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR				
Documento	NI 890205168	**Dirección**	CL 26 #11 - 80		
Tipo de Empresa	EMPLEADOR	**Teléfono**	7258313		
Tipo Persona	JURÍDICA	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	9
Ciudad	CHARALA	**Departamento**	SANTANDER		
Representante Legal	MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	**Identificación**	CC 28411454		

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento	CC 37746565		Residente		Exonerado	N	Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	01	00					PINZON DIAZ LUZ YANETH	68167000 - 68		SANTANDER

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																							Extranjero	Tipo salario	Salario	Pensión							Salud						Riesgos					Caja				Parafiscales			
SNG	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF				Código AFP	Código Tras. AFP	Tarifa AFP	IBC	Total Aporte AFP	Total Aporte FSP	Total Aporte FSPS	Código EPS	Código Tras. EPS	Tarifa EPS	IBC EPS	Aporte Salud	Aporte UPC	Código ARL	Clase Riesgo	Tarifa ARL	IBC ARL	Aporte Riesgos	Código CCF	Tarifa CCF	IBC CCF	Aporte Caja	Tarifa SENA	Aporte SENA	Tarifa ICBF	Aporte ICBF
								X							0	30	30	30	30				25-14		16 %	$ 1.665.850	$ 250.600	$ 0	$ 0	EPS037		12,8 %	$ 1.665.850	$ 195.800	$ 0	14-11	2	1,044 %	$ 1.665.850	$ 16.400	CCF40	4 %	$ 1.665.850	$ 62.700	2 %	$ 31.400	3 %	$ 47.000

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
COLPENSIONES	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	NUEVA EPS	ARL SURA	COMFENALCO SANTANDER	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
$ 250.600	$ 0	$ 0	$ 195.800	$ 16.400	$ 62.700	$ 31.400	$ 47.000	$ 0	$ 0	$ 603.900

Enlace Operativo, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

SuAporte | REPORTE INDIVIDUAL

Fecha creación reporte 2025-12-17, 03:59:07 p. m. **Tipo Planilla** E **Número Planilla** 81731067

Periodo Cotización 202511 **Periodo Servicio** 202512

PAGADA 2025-12-17 15:37:06.0

I. DATOS DEL APORTANTE

Razón Social	FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR				
Documento	NI 890205168	**Dirección**	CL 26 #11 - 80		
Tipo de Empresa	EMPLEADOR	**Teléfono**	7258313		
Tipo Persona	JURÍDICA	**Forma Presentación**	ÚNICO	**Total Afiliados**	9
Ciudad	CHARALA	**Departamento**	SANTANDER		
Representante Legal	MURCIA BELTRAN MARTHA YOLANDA	**Identificación**	CC 28411454		

II. DATOS DEL AFILIADO

Documento	CC 37746565		Residente		Exonerado	N	Apellidos y Nombres	Código Ciudad - Departamento	Centro de Trabajo	Ubicación Laboral
Tipo Cotizante	01	00					PINZON DIAZ LUZ YANETH	68167000 - 68		SANTANDER

III. APORTE POR CADA UNA DE LAS ADMINISTRADORAS ASOCIADAS AL AFILIADO:

Novedades																					Extranjero	Tipo salario	Salario	Pensión							Salud						Riesgos					Caja				Parafiscales			
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	VSP	COR	VST	SLN	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP	Días AFP	Días EPS	Días ARP	Días CCF				Código AFP	Código Tras. AFP	Tarifa AFP	IBC	Total Aporte AFP	Total Aporte FSP	Total Aporte FSPS	Código EPS	Código Tras. EPS	Tarifa EPS	IBC EPS	Aporte Salud	Aporte UPC	Código ARL	Clase Riesgo	Tarifa ARL	IBC ARL	Aporte Riesgos	Código CCF	Tarifa CCF	IBC CCF	Aporte Caja	Tarifa SENA	Aporte SENA	Tarifa ICBF	Aporte ICBF
								X							0	30	30	30	30			F	$ 1.423.000	25-14		16 %	$ 1.660.760	$ 265.800	$ 0	$ 0	EPS037		12,8 %	$ 1.660.760	$ 207.600	$ 0	14-11	2	1,044 %	$ 1.660.760	$ 17.400	CCF40	4 %	$ 1.660.760	$ 66.500	2 %	$ 33.300	3 %	$ 49.900

IV.TOTALES

Total Aportes Pensión	Total Aportes FSP	Total Aportes FSPS	Total Aportes Salud	Total Aportes Riesgos	Total Aportes Cajas	Total Aportes SENA	Total Aportes ICBF	Total Aportes ESAP	Total Aportes MEN	Total Final
COLPENSIONES	FSP SOLIDARIDAD	FSP SUBSISTENCIA	NUEVA EPS	ARL SURA	COMFENALCO SANTANDER	SENA	ICBF	ESAP	MEN	
$ 265.800	$ 0	$ 0	$ 207.600	$ 17.400	$ 66.500	$ 33.300	$ 49.900	$ 0	$ 0	$ 640.500

Enlace Operativo, Línea Expertos en PILA: Barranquilla: 385 24 44 - Bogotá: 485 4485 - Bucaramanga: 697 87 27 - Cali: 485 9444 - Cartagena: 693 77 27 - Pereira: 340 13 27 - Manizales: 892 80 27 - Medellín: 604 2727 - Desde otras ciudades: 018000 51 99 77.

INFORME EJECUTIVO Y FINANCIERO

UTILIZACION DE RECURSOS DE MANERA INTEGRAL A FAVOR DEL ADULTO MAYOR

FUNDACION HOGAR ADULTO MAYOR EL EDEN

CHARALA SANTANDER

CONVENIO DE ASOCIACIÓN PARA LA EJECUCIÓN DE PROGRAMA DE INTERES PUBLICO

CONVENIO DE ASOCIACION N0.211/2025

CELEBRADO ENTRE EL MUNICIPIO DE CHARALA Y
LA FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN
MODALIDAD CENTRO DE BIENESTAR

ELABORADO POR:

MARTHA YOLANDA MURCIA BELTRAN
DIRECTORA FUNDACION EL EDEN

2025

1. RESUMEN EJECUTIVO

CONVENIO DE ASOCIACIÓN PARA LA ATENCION Y BIENESTAR DEL ADULTO MAYOR. CONVENIO DE ASOCIACION N0.211/2025. Celebrado entre el Municipio de Charalá y la Fundación Hogar del Adulto Mayor El Edén – Modalidad Centro De Bienestar C.B.A.

2. INTRODUCCIÓN

La constitución en su artículo 13 consagra como deber a cargo del estado la protección especial a las personas que por su condición económica física o mental se encuentran en circunstancias de debilidad manifiesta.

Que la Constitución en su artículo 46, invoca que es deber del Estado, la sociedad y la familia, n concurrir a la protección y asistencia de las personas de la tercera edad y promover su integración a la vida activa y comunitaria.

El estado garantiza los servicios de seguridad social integral y el subsidio alimentario en caso de indigencia.

Que la Ley 1276 de 2009 autoriza a las Asambleas Departamentales, Concejos Distritales y Departamentales para emitir una Estampilla, la cual se llamara Estampilla para el Bienestar del Adulto Mayor, como recurso de obligatorio recaudo para contribuir a la construcción, Instalación , adecuación, dotación funcionamiento y desarrollo de programas de prevención y promoción de Centros de Bienestar del Anciano y Centros Día para la tercera edad, en cada una de sus respectivas Entidades Territoriales.

a. Periodo de Ejecución: Treinta y nueve (39) días calendario
b. Fecha de Firma del Convenio: siete (07) de noviembre de 2.025
c. Fecha de iniciación: once (11) de noviembre de 2025
d. Fecha de Terminación: diecinueve (19) de diciembre de 2025

3. DESCRIPCIÓN GENERAL DEL OBJETO DEL CONVENIO

- Objetivo del Convenio

"CONVENIO DE ASOCIACIÓN para aunar esfuerzos para la asistencia y atención integral de a los Adultos Mayores del Municipio de Charalá – Santander en la modalidad centro de bienestar C.B.A.

POBLACION OBJETIVO

- 35 Adultos Mayores institucionalizados en el Centro de Bienestar C.B.A. de la Fundación Hogar del Adulto Mayor EL Edén.

4. DESCRIPCIÒN PRIEMER DESEMBOLSO: SEGÚN FACTURA No. 508 de fecha 17/12/2025

ITEM	ACTIVIDAD	ACTIVIDAD A REALIZAR	VALOR DIARIO/VISITA	MEDIDA	NUMERO DEADULTOS MAUYORES	NUMERO DE DIAS / VISITA	VALOR TOTAL
1	ATENCION NUTRICIONAL	DESAYUNO: Suministrar un desayuno a los adultos mayores de acuerdo a las minutas establecidas	$ 6.000	UNIDAD	35	39	$ 8.190.000,00
		MERIENDA: Suministrar un refrigerio por día a los adultos mayores de acuerdo con las minutas establecidas.	$ 6.000	UNIDAD	35	39	$ 8.190.000,00
		ALMUERZO: Suministrar un almuerzo a los adultos mayores de acuerdo a las minutas establecidas	$ 12.000	UNIDAD	35	39	$ 16.380.000,00
		ONCE : Suministrar un refrigerio por día a los adultos mayores de acuerdo con las minutas establecidas.	$ 6.000	UNIDAD	35	39	$ 8.190.000,00
		CENA: Suministrar una cena a los adultos mayores de acuerdo a las minutas establecidas	$ 6.000	UNIDAD	35	39	$ 8.190.000,00
2	NUTRICIONISTA	NUTRICIONISTA: Nutricionista con una disponibilidad mínima de 3 horas cada visita.	$ 350.000	VISITA	35	3	$ 1.050.000,00

3	**APOYO ENFERMERIA**	SERVICIO DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN: Atención en enfermería para promover estilos de vida saludables, prevención de enfermedades, atención primaria y remisión a los centros de salud cuando sea requerido, cuidados generales de salud con apoyo de auxiliar de enfermería Con una disponibilidad completa el tiempo que el Centro preste servicios por cada día.	$ 51.500	UNIDAD	35	39	$ 2.008.500,00
4	**AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES TIEMPLO COMPLETO**	Auxiliares de servicio, encargados de aseo, lavandería	$ 51.500	UNIDAD	35	39	$ 2.008.500,00
5	**ORIENTACION PSICOLOGICA**	Atención terapéutica y realización de talleres formativos para promover estilos de vida dignos aumentando la autoestima y bienestar individual de los beneficiarios, incluyendo valorización y/o diagnóstico inicial, actividades de desarrollo para mejorar las condiciones detectadas, seguimiento y/o control a evolución. Con una disponibilidad mínima de 2.5 horas por visita de acuerdo con cronograma de actividades establecidas del C.B.A.	$ 300.000	UNIDAD	35	4	$ 1.200.000,00
6	**ATENCION EN DEPORTE, CULTURA Y RECREACION**	Atención recreativa y cultural, actividades físicas y de interacción social, de acuerdo con cronograma de actividades establecidas en el centro vida. Con una disponibilidad mínima de 2 horas visitas de acuerdo con cronograma de actividades establecidas en el C.B.A.	$ 150.000	UNIDAD	35	4	$ 600.000,00
7	**ACTIVIDADES COGNITIVAS Y PRODUCTIVAS**	Atención a actividades cognitivas y productivas a los adultos mayores que incluyen de acuerdo con cronograma de actividades establecidas en el centro vida. Con una disponibilidad mínima de 2 horas por visita de acuerdo con cronograma de actividades establecidas en el C.B.A.	$ 290.000	UNIDAD	35	4	$ 1.160.000,00
8	**AUXILIO EXEQUIAL**	Seguro funerario a los adultos mayores atendidos en el CBA durante el tiempo de ejecución del contrato	$ 3.900	UNIDAD	35	39	$ 152.100,00
		VALOR TOTAL					**$ 57.319.100,00**

5. DESCRIPCION APORTE DE LA ESAL

2	**APORTE CENTRO DE BIENESTAR DEL ANCIANO**						
2,1	**APOYO AUXILIAR DE ENFERMERIA TURNO NOCTURNO**	SERVICIO DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN: Atención en enfermería para promover estilos de vida saludables, prevención de enfermedades, atención primaria y remisión a los centros de salud cuando sea requerido, cuidados generales de salud. La disponibilidad deberá ser completa en el tiempo de ejecución del convenio, durante la noche.	$ 51.500,00	UNIDAD	35	39	$ 2.008.500,00
2,2	**AUXILIARES DE SERVICIO GENERALES MEDIO TIEMPO**	Auxiliar de servicio adicional encargado de apoyar el servicio de aseo y lavandería.	$ 30.006,58	UNIDAD	35	39	$ 1.170.256,62
						SUBTOTAL	**$ 3.178.756,62**

6. PRINCIPALES AVANCES Y LOGROS

- ✓ Se brindó asistencia integral a los Adultos Mayores del CBA del Municipio de Charalá.
- ✓ Se realizaron las actividades brindadas por la nutricionista.
- ✓ Se proporcionaron las ingestas necesarias de alimentación que garantizaron sus buenas condiciones de salud de acuerdo con los menús establecidos para los Adultos Mayores.
- ✓ Se brindo apoyo psicosocial donde se lograron avances significativos en cada Adulto Mayor logrando la aceptación de circunstancias que cada uno presenta.
- ✓ Se brindaron las actividades de deporte cultura recreación.
- ✓ Se realizaron las actividades cognitivas y productivas.
- ✓ Se brindaron charlas de auto cuidado en el régimen alimenticio por la Nutricionista de acuerdo con las ingestas que deben ingerir en cada menú para su respectivo cuidado, además se restableció la minuta patrón ofrecida.
- ✓ Atención primaria en salud (enfermería diurna y nocturna) para los cuidados integrales a cada Adultos Mayor atendido.
- ✓ Se beneficiaron de actividades en deporte cultura y recreación, cuya finalidad, mejorar el dolor, posturas entre otras de afectaciones que padecen por su nivel de envejecimiento cuyo resultado es la prolongación de enfermedades.

- ✓ Se entregaron los informes técnico-financieros detallados de las actividades realizadas en cada pago con su respectivo registro fotográfico.

- ✓ Se cumplió con los objetivos propuestos cuya finalidad, mejorar la calidad de vida de los Adultos mayores atendidos.

- ✓ Se cumplió con todas las actividades programadas para el convenio de asociación en beneficio de los adultos Mayores del Centro de Bienestar.

MARTHA YOLANDA MURCIA BELTRAN
Directora y representante Legal
Fundación Hogar del Adulto Mayor El Edén

INFORME
SUMINISTRO Y PREPARACIÒN DE ALIMENTOS

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN CHARALÁ

POBLACIÓN OBJETIVO: Adultos Mayores Municipio C.B.A

LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Fundación Hogar del Adulto Mayor EL Edén

FECHA DE ACTIVIDAD: Del 11 noviembre al 19 diciembre de 2025

DIAS DE ATENCIÓN:39

ADULTOS MAYORES ATENDIDOS: 35

CONVENIO: 211-2025

INGESTA NECESARIA PARA LOS ADULTOS MAYORES

El adulto mayor requiere una alimentación equilibrada y variada que contribuya a mantener un buen estado de salud, le proporcione la energía necesaria para realizar sus actividades diarias, de estudio y trabajo, y le permita conservar un peso adecuado. Asimismo, una nutrición saludable ayuda a prevenir la aparición de enfermedades crónicas asociadas a una alimentación inadecuada.

Las porciones recomendadas según los distintos grupos de alimentos se establecen en función de los requerimientos energéticos de una persona adulta mayor saludable, con un nivel de actividad física ligera y que se desenvuelve en un entorno urbano.

OBJETIVOS DE LAS ACTIVIDADES:

- Analizar los principales factores involucrados en la regulación de la ingesta alimentaria, el balance energético y su fisiopatología en los adultos mayores.
- Diseñar y suministrar menús cíclicos adecuados a las necesidades nutricionales y a las principales patologías presentes en los adultos mayores, contribuyendo a la promoción y mantenimiento de su salud.

MATERIALES Y HERRAMIENTAS: Los Generados y detallados para la preparación de los alimentos y un menaje adecuado en acero inoxidable.

ESTRATEGIAS:

- Considerar que las necesidades nutricionales de los adultos mayores están determinadas principalmente por su nivel de actividad diaria y no únicamente por la edad cronológica.
- Fomentar hábitos alimentarios saludables desde etapas tempranas de la vida, con el fin de garantizar una mejor calidad de vida en la adultez mayor.
- Enfatizar la prevención de enfermedades crónicas mediante una alimentación equilibrada, variada y adecuada a las necesidades individuales.

ACTIVIDADES REALIZADAS:

Horarios de los Alimentos:

Tinto y pan: 6:00 am

Desayuno: 7:00 am

Aromática: 9:00 am

Almuerzo: 11:40 am

Once o media tarde: 2:30 pm

Comida: 5:00 pm

Cena: 8:00 pm para los Adultos Mayores postrados y bajos de peso (suplemento nutricional).

CAMBIOS DEL ENVEJECIMIENTO QUE INDICEN EN LA ALIMENTACION Y EN EL ESTADO NUTRICIOLAL DEL ADULTO MAYOR:

- ✓ Factores físicos como problemas de masticación, salivación y deglución, discapacidad y minusvalía, deterioro sensorial, hipofunción digestiva.

- ✓ Factores fisiológicos como disminución del metabolismo basal, trastornos del metabolismo de hidratos de carbono de absorción rápida, cambios en la composición corporal, interacciones fármacos- nutrientes, menor actividad física, soledad, depresión aislamiento y anorexia.

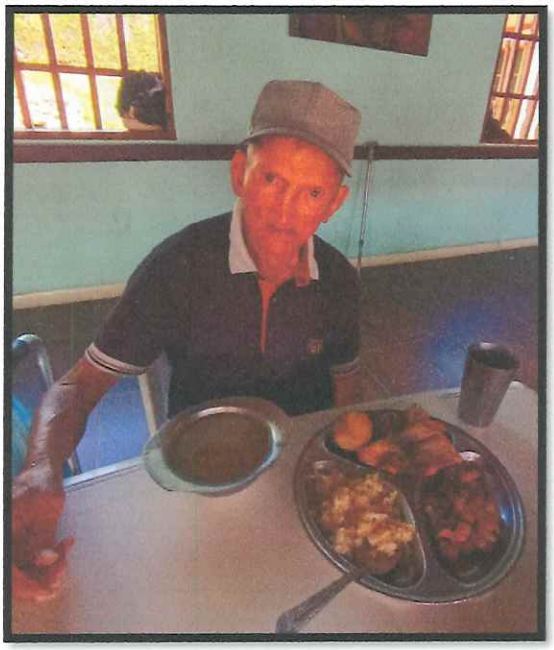
RESPONSABLES DEL DESARROLLO NORMAL DE LAS ACTIVIDADES

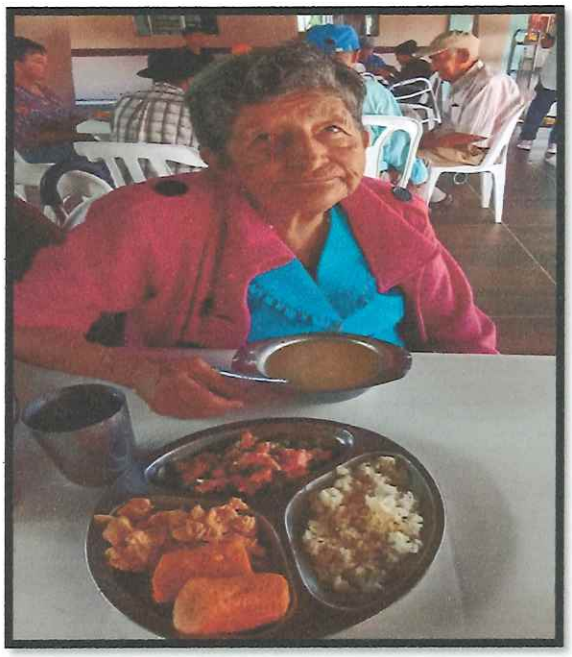
MARTHA YOLANDA MURCIA B.
Directora

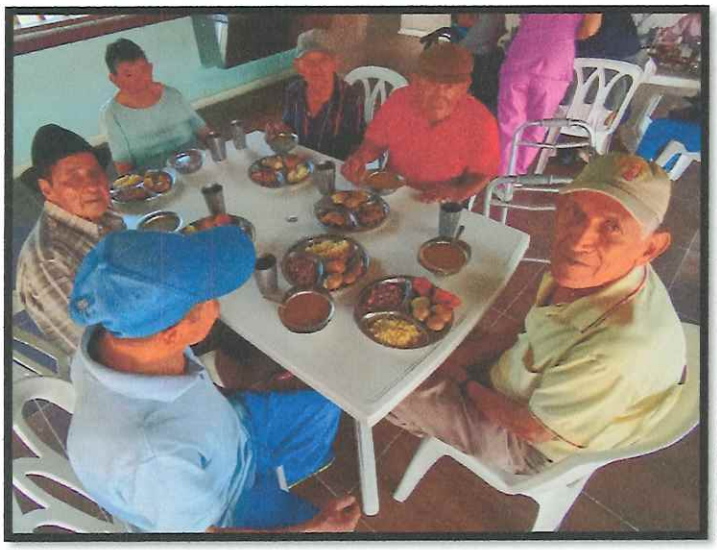
Silvia R Bueno
SILVIA ROSA BUENO PARRA
Manipuladora de Alimentos

Se anexan evidencias fotográficas.

SEMANA DEL 11 AL 17 DE NOVIEMBRE DE 2025





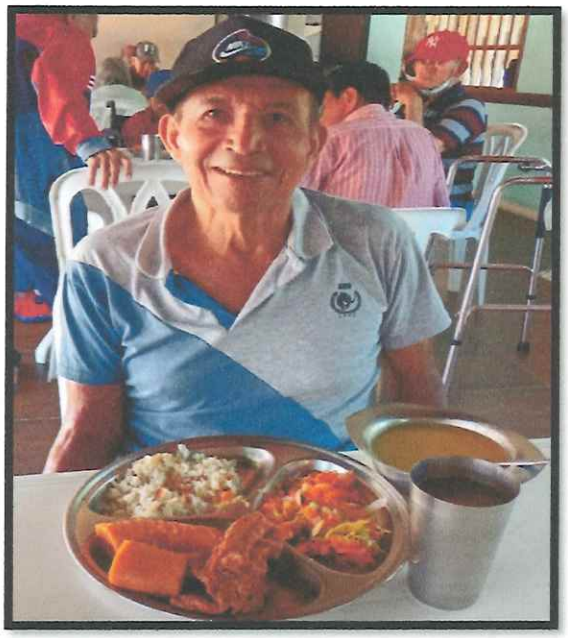


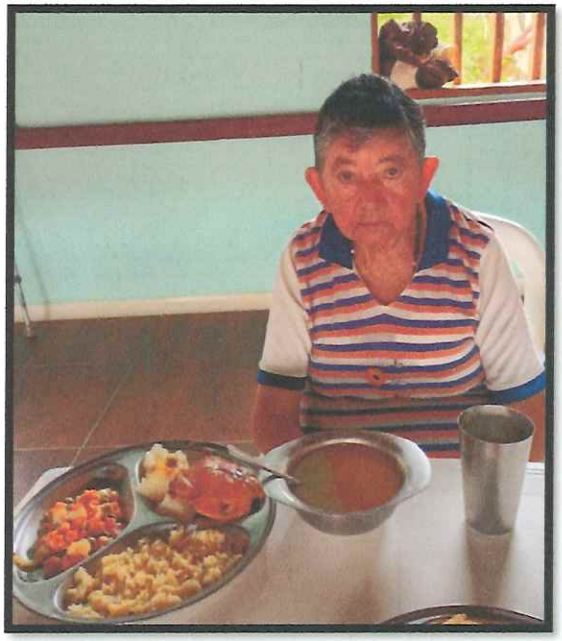






SEMANA DEL 18 AL 24 DE NOVIEMBRE DE 2025





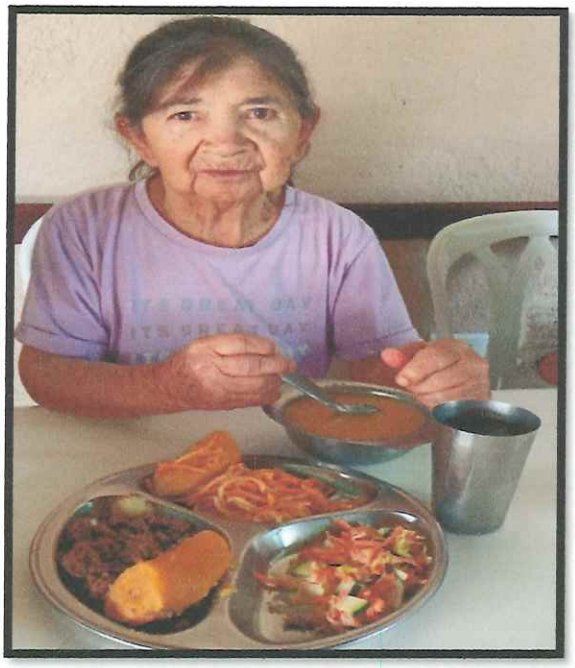


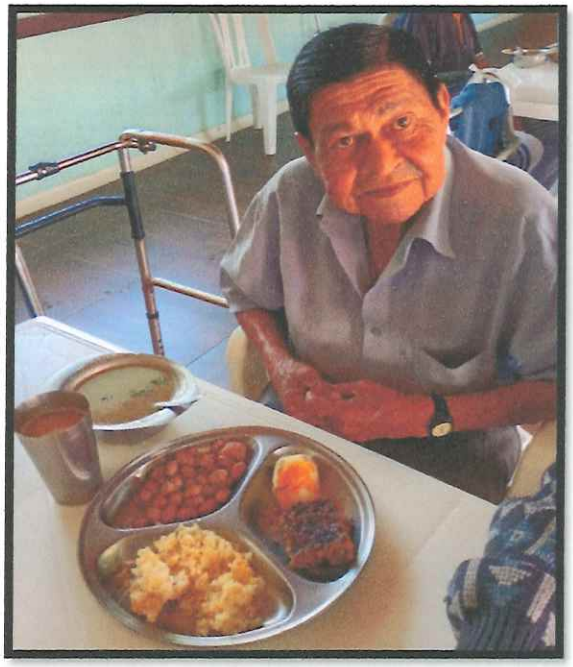






SEMANA DEL 25 AL 30 DE NOVIEMBRE DE 2025





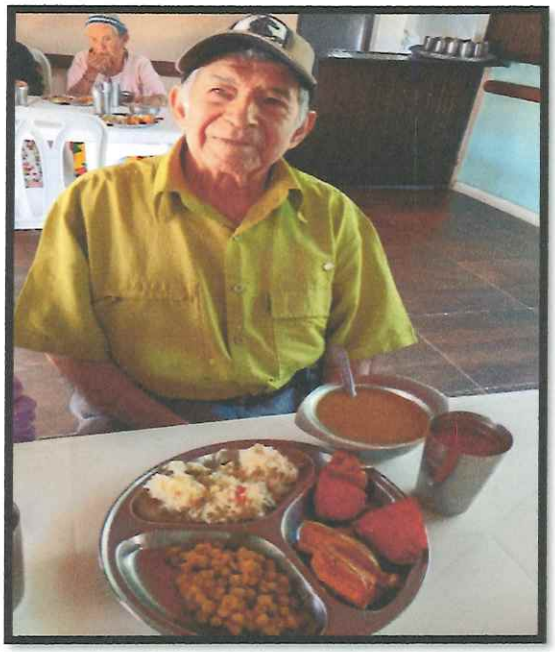


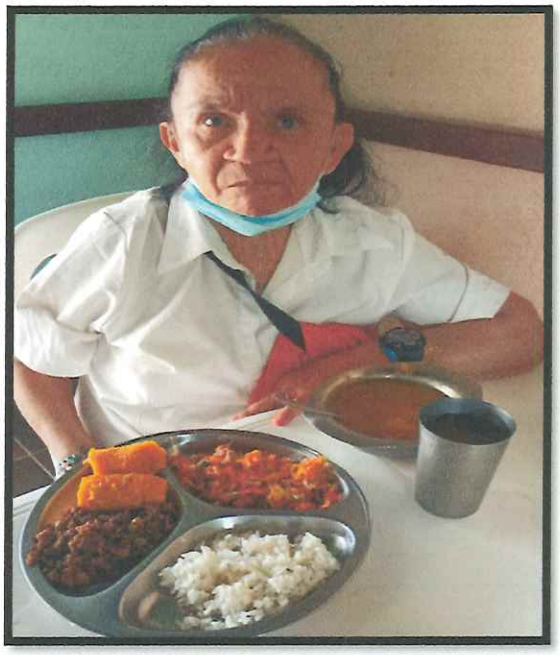






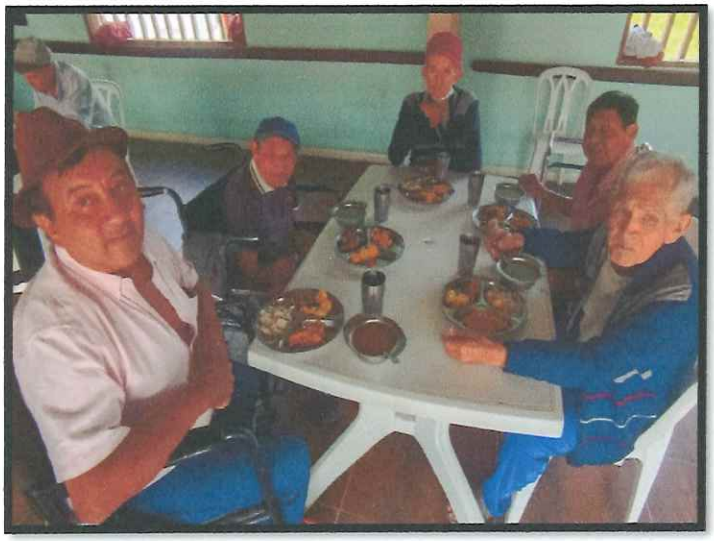
SEMANA DEL 01 AL 07 DE DICIEMBRE DE 2025







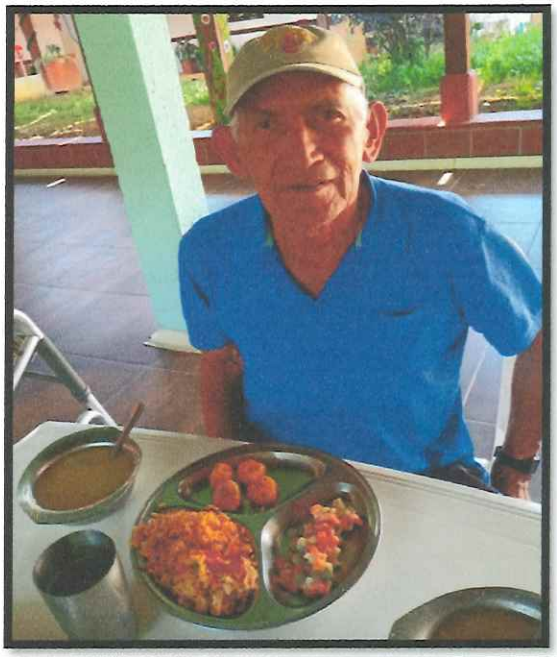






SEMANA DEL 08 AL 13 DE DICIEMBRE DE 2025







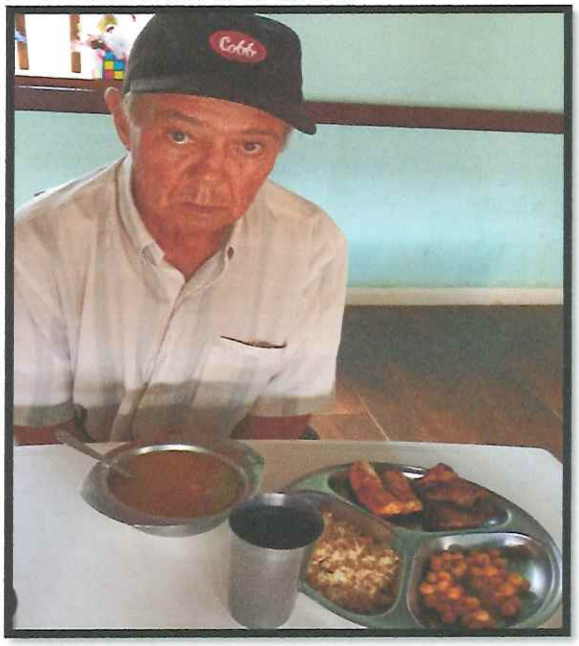






SEMANA DEL 14 AL 19 DE DICIEMBRE DE 2025













JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA- RMND.02532

FUNDACIÓN HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDÉN

FUNDACIÓN HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDÉN – CHARALA

INFORME ACTIVIDADES DE NUTRICION

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA

11 DE NOVIEMBRE DE 2025

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA- RMND.02532

OBJETIVO

Presentar y analizar la minuta de alimentos elaborada para el centro de bienestar del anciano, con el fin de asegurar que los menús proporcionados cumplan con los requerimientos nutricionales adecuados para los beneficiarios.

Esta minuta debe ser diseñada para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, teniendo en cuenta sus necesidades específicas de salud, gustos y condiciones físicas

DEFICIONES Y CONCEPTOS

Aporte dietético recomendado (RDA – Recommended Dietary Allowance): Es una estimación del nivel de ingesta diaria promedio de un nutriente, que es suficiente para cubrir las necesidades de casi todos los individuos saludables de un grupo particular (97-98%) por periodo de vida, condición fisiológica y género.

Ciclo de menús: Conjunto de menús diarios, derivados de una minuta patrón, que se establece para un número determinado de días y que se repite a lo largo de un periodo.

Ingesta Adecuada (AI – Adequate Intake): Nivel de ingesta promedio recomendado sobre la base de estimaciones de ingesta observada de un nutriente o ingesta determinada por aproximaciones experimentales o a partir de estimación de ingesta de nutrientes para un grupo o grupos de personas aparentemente saludables, en quienes se asume que ésta es adecuada, según criterios de adecuación establecidos para cada nutriente. La AI se establece en lugar del RDA cuando no hay suficiente evidencia científica para definir el EAR y así calcular el RDA.

Intercambio: Cantidad específica de alimento que tiene un aporte similar de energía o nutrientes con otro alimento del mismo grupo, que se pueden reemplazar o intercambiar entre sí.

Lista de Intercambios: Son agrupaciones, en las cuales los alimentos incluidos en cada una de las listas en cantidades específicas poseen aproximadamente el mismo valor de energía, carbohidratos, proteínas, grasas y micronutrientes; por lo tanto, un alimento se puede reemplazar por otros dentro de la misma lista. Estos alimentos se agrupan de acuerdo con los criterios de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos para la Población Colombiana mayor y menor de 2 años.

Macronutriente: Moléculas químicas esenciales que se requieren en mayor cantidad para garantizar un crecimiento y desarrollo normales y el mantenimiento de la salud. Suministran la mayor parte de la energía metabólica del organismo y se clasifican en hidratos de carbono, proteínas, y grasas.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

Micronutriente: Elemento esencial que se precisa en cantidades pequeñas, indispensables para los diferentes procesos bioquímicos y metabólicos de los organismos vivos y sin ellos morirían, desempeñan importantes funciones catalizadoras en el metabolismo al formar parte de la estructura de numerosas enzimas.

Minuta Patrón: Patrón de alimentos por grupos, en medidas, cantidades y frecuencias, para consumir en uno o varios tiempos de comida, que se ajusta a los requerimientos calóricos y de nutrientes de una población determinada de acuerdo con el ciclo vital en que se encuentre. Es una herramienta que permite planear en forma racional la alimentación de una población objetivo y se considera como el punto de partida para la programación de los ciclos de menús.

Nivel de Ingesta Máximo Tolerable (UL -Upper Level): Nivel de ingesta promedio más alto de la ingesta diaria de un nutriente que probablemente no genera riesgo de efectos adversos para la salud de la mayoría de los individuos de la población general; no se debe ingerir de manera crónica más de este valor. El término "tolerable" tiene la connotación de un nivel de inglesa que puede, con alta probabilidad ser tolerado biológicamente por un individuo.

Porción: Cantidad o tamaño de los alimentos que deben ser consumidos en los diferentes tiempos de comida, con la finalidad de promover una alimentación saludable. Se expresan en medidas caseras con su equivalencia en gramos o en centímetros cúbicos.

Procedimiento: Forma especificada para llevar a cabo una actividad o proceso. Es una guía para la realización de estos.

Rango Aceptable de Distribución de Macronutrientes (AMDR – Acceptable Macronutrient Distribution Range): Es el rango de ingesta de una fuente de energía que se asocia con la reducción en el riesgo de enfermedades no transmisibles, mientras aporta cantidades adecuadas de nutrientes esenciales. Cada AMDR se expresa como porcentaje de la ingesta total de energía.

Requerimiento de Energía (ER- Energy Requirement): Es la ingesta de energía diaria necesaria para balancear el gasto de energía en hombres y mujeres adultos, que mantienen un peso corporal y un nivel de actividad física necesaria y deseable, consistente con buena salud a largo plazo. En los niños incluye la energía necesaria para el óptimo crecimiento y desarrollo, durante la gestación para el incremento de tejidos, y durante la lactancia para la secreción de leche, consistente con la buena salud de la madre y el hijo.

Requerimiento Promedio Estimado (EAR - Estimated Average Requirement): Ingesta promedio de un nutriente para un grupo poblacional que cubre el requerimiento de la mitad (50%) de los individuos sanos del grupo. Este requerimiento se define como la media del requerimiento y también es la cantidad

de un nutriente que se encuentra en mayor proporción entre los individuos del mismo grupo.

Revisión y validación de la Minuta Patrón: Proceso en el que se solicita para la revisión de los siguientes aspectos:

• Condiciones técnicas de la minuta (grupos de alimentos, alimentos seleccionados, cubrimiento del porcentaje del requerimiento, inclusión de medidas caseras, etc).

• Operatividad de la minuta (transporte, menaje, tamaños de porción, etc)

Alimento: todo producto natural o artificial, elaborado o no, que ingerido aporta al organismo humano los nutrientes y la energía necesaria para el desarrollo de los procesos biológicos. Se entienden incluidas en la presente definición las bebidas no alcohólicas, y aquellas sustancias con que se sazonan algunos comestibles, y que se conocen con el nombre genérico de especias.

Almacenamiento: es la actividad que se realiza con los alimentos en donde se asegura la calidad física, microbiológica y nutricional de los mismos para su posterior utilización; en esta actividad se protege a los alimentos de daños generados por contaminación, se reducen daños por manejo y se asegura las condiciones de acuerdo con tipo de alimento.

Análisis del aporte nutricional: es la obtención del aporte nutricional de los alimentos, expresada en calorías, macro y micronutrientes, los cuales deben ser calculados a partir de la Tabla de composición de Alimentos Colombianos (TCAC).

Apoyo alimentario: hace referencia a los alimentos que son entregados a los beneficiarios de los servicios sociales, de acuerdo con la planeación de la minuta de alimentos por servicio social y grupo de edad.

Buenas prácticas de manufactura: son los principios básicos y prácticos generales de higiene en la manipulación, preparación, elaboración, envasado, almacenamiento, transporte y distribución de alimentos para consumo humano, con el objeto de garantizar que los productos en cada una de las operaciones mencionadas cumplan con las condiciones sanitarias adecuadas, de modo que se disminuyan los riesgos inherentes a la producción.

Calidad de los alimentos: es un conjunto de cualidades que favorecen el grado de aceptabilidad de los alimentos, cualidades que incluyen las características organolépticas, físicas, químicas y microbiológicas, cumpliendo con los requisitos propios de los alimentos.

Características organolépticas: propiedades de un alimento que pueden ser percibidas por los órganos de los sentidos tales como: color, olor, sabor y aspecto (suma de color, textura consistencia y uniformidad), las cuales pueden ser

percibidas de acuerdo con la naturaleza del alimento durante el recibo, preparación y consumo.

Ciclo de menús: Conjunto de menús diarios, derivados de una minuta patrón, que se establece para un número determinado de días y que se repite a lo largo de un periodo. Este documento debe ser elaborado por un profesional en Nutrición y Dietética.

Ficha técnica de alimento: es un documento técnico que recopila información del producto en cuanto a: nombre comercial del producto, calidad, descripción física, requisitos generales (propiedades organolépticas), características fisicoquímicas y microbiológicas, transporte, vida útil mínima, empaque y rotulado, presentación.

Inocuidad de los alimentos: es la garantía de que los alimentos no causarán daño al consumidor cuando se preparen y consuman de acuerdo con el uso al que se destina.

Preparación: proceso en el cual se obtiene un producto a partir de cambios térmicos, físicos y/o mezclas de alimentos en su estado primario.

Recepción: proceso en el cual se verifican los alimentos de acuerdo con los criterios de: cantidad, calidad, oportunidad, inocuidad y características organolépticas establecidas y normatividad vigente.

Servicio social: conjunto de acciones integradas que buscan atender las necesidades sociales identificadas en las personas, familias y comunidades, en el marco de la protección social y la integración territorial, poblacional y diferencial.

Servido: es el proceso en el cual se ensamblan los alimentos o preparaciones en el menaje para ser entregados a los beneficiarios de los servicios sociales.

Tiempo de comida: cada uno de los momentos principales dedicados por las personas a consumir alimentos. Los tiempos de comida están definidos en la minuta patrón para cada servicio social/modalidad.

CONDICIONES GENERALES

Todos los servicios sociales que brinden apoyo alimentario deberán contemplar la Política Pública de Seguridad Alimentaria y Nutricional Nacional y Departamental, la normatividad vigente, modificatoria y complementaria y aplicar el presente procedimiento, tanto para los servicios sociales en operación directa u operación en asociación/contratista.

En este sentido, la línea técnica adoptada en este procedimiento parte de los parámetros establecidos en la Resolución 3803 del 2016 ¨por la cual se establecen las recomendaciones de ingesta de energía y nutrientes (RIEN) para la población

colombiana" y documentos técnicos relacionados con alimentación emitidos por el Ministerio de Salud y Protección Social, y el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar –ICBF. Del mismo modo, la línea técnica sanitaria adoptada por la Entidad se rige por la normatividad nacional sanitaria legal vigente establecida por el Ministerio de Salud y Protección Social.

En consecuencia, en el centro de bienestar del anciano se definen dos (2) etapas para la planificación alimentaria, su implementación y seguimiento en los servicios sociales del mismo de la siguiente forma:

Etapa 1.

Planificación alimentaria, que incluye los siguientes procesos:

- Diseño minuta patrón.

- Diseño ciclo de menús y análisis del aporte nutricional diario.

Etapa 2.

Entrega de apoyos alimentarios en los servicios sociales, incluye los siguientes procesos:

- Preparación de alimentos.

- Servido y distribución de alimentos.

- Seguimiento de la operación del servicio de alimentación.

DESCRIPCION DE ACTIVIDADES

1. Definir de acuerdo con el curso de vida de los beneficiarios y acorde con las particularidades del servicio las condiciones para el diseño de la minuta patrón
2. Diseñar minuta patrón por grupo de edad.
3. Conformar menú por tiempo de comida.
4. Realizar el análisis del aporte nutricional.
5. Socializar la minuta de alimentos con administradora de centro de bienestar del anciano.
6. Implementar minuta de alimentos en la unidad operativa.
7. Prealistar alimentos.
8. Alistar alimentos.
9. Pesar los alimentos.
10. Preparar los alimentos.

11. Organizar el área destinada para el servido de los alimentos.
12. Alistar menaje para servido de alimentos.
13. Conocer las porciones a servir y las preparaciones, según el grupo de edad de los beneficiarios, en este caso, adulto mayor, definido en la minuta patrón.
14. Servir en el menaje con utensilios estandarizados y distribuir a los beneficiarios.
15. Realizar seguimiento a la operación del servicio de alimentación

PUNTO DE CONTROL

1. Verificar que las condiciones para el diseño de la minuta patrón.
2. Verificar que para el diseño de la minuta se acoja lo establecido.
3. Asegurar que el menú s e conforme atendiendo a lo definido en el instructivo Ciclo de menús y análisis del aporte nutricional.
4. Asegurar que el análisis del aporte nutricional s e lleve a cabo teniendo en cuenta lo establecido en el instructivo Ciclo de menús y análisis del aporte nutricional.
5. Socializar la minuta de alimentos con la administradora del centro de bienestar del anciano.
6. Verificar cobertura y en el marco de la prestación del servicio reporte de asistencia de participantes y la autorización del cambio de preparación cuando aplique.
7. Verificar que las actividades de prealistamiento como: pelado, corte, picado, eliminación de partes no comestibles, entre otros, se adelanten de acuerdo con lo definido y se almacenen de acuerdo a lo definido, atendiendo a la normatividad higiénico sanitaria vigente.
8. Asegurar que el peso en neto de los alimentos s e realice considerando lo establecido.
9. Garantizar que la preparación de los alimentos y la evaluación inicial de las características organolépticas s e realicen de acuerdo con lo definido.
10. Revisar que la organización del área se dé en el marco de lo descrito y distribución de alimentos.
11. Revisar que el menaje cumpla lo descrito.
12. Verificar el cumplimiento de la minuta patrón: componentes y gramajes de servido de alimentos, según lo establecido en la minuta patrón y seguimiento a la minuta de alimentos.
13. Verificar que se realice el servido de los alimentos con utensilios estandarizados y se distribuya a los beneficiarios de acuerdo a lo descrito.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA- RMND.02532

El envejecimiento de la población mundial y, en particular, de Colombia, ha incrementado la necesidad de servicios de atención especializados para los adultos mayores. Entre estos servicios, los centros de bienestar del anciano desempeñan un papel fundamental en garantizar que los adultos mayores reciban cuidados integrales, que incluyen la alimentación. La nutrición adecuada es un pilar esencial en la promoción de la salud en la tercera edad, ya que influye directamente en la prevención de enfermedades, el control de patologías preexistentes, y la mejora de la calidad de vida.

La minuta de alimentos en un centro de bienestar del anciano debe ser diseñada tomando en cuenta las particularidades de esta población, como la prevalencia de enfermedades crónicas, cambios metabólicos, y la necesidad de una dieta equilibrada y fácilmente digerible.

ENFERMEDADES COMUNES EN LOS ADULTOS MAYORES

Los adultos mayores pueden presentar diversas condiciones de salud que afectan su nutrición, como:

Diabetes mellitus: La dieta debe controlar la ingesta de azúcares y carbohidratos.

Hipertensión arterial: Es esencial reducir el consumo de sal y fomentar alimentos ricos en potasio.

Osteoporosis: Una dieta rica en calcio y vitamina D es fundamental para prevenir la pérdida ósea.

Disfagia: La dificultad para tragar requiere alimentos triturados o en consistencias especiales.

REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES EN LA TERCERA EDAD

Los adultos mayores tienen diferentes necesidades nutricionales comparados con otras edades debido a factores como la pérdida de masa muscular, la disminución del apetito, y el metabolismo más lento.

La dieta debe incluir:

Proteínas: Son esenciales para prevenir la sarcopenia (pérdida de masa muscular). Se recomienda entre 1.0 y 1.2 gramos de proteína por kilogramo de peso corporal.

Carbohidratos: Se deben priorizar carbohidratos complejos, como los de los cereales integrales, y evitar el consumo de azúcares simples.

Grasas saludables: Las grasas monoinsaturadas y poliinsaturadas son esenciales para la salud cardiovascular.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

Vitaminas y Minerales: La ingesta de vitaminas A, C, D y B12, así como minerales como calcio, hierro y potasio, deben estar equilibrados según las necesidades de cada individuo.

GUÍAS ALIMENTARIAS EN COLOMBIA

En Colombia, las políticas de salud pública incluyen normativas relacionadas con la alimentación en los adultos mayores, como las Guías Alimentarias para la Población Colombiana (GAPC), que brindan recomendaciones específicas sobre las porciones y tipos de alimentos. Además, el Ministerio de Salud y Protección Social tiene lineamientos para garantizar que las instituciones de salud, incluyendo los centros geriátricos, ofrezcan dietas balanceadas y adecuadas a las necesidades de los ancianos.

ANÁLISIS DE LA MINUTA DE ALIMENTOS

ESTRUCTURA Y FRECUENCIA DE LA MINUTA

La minuta de alimentos está compuesta por un menú semanal, que cubre las tres comidas principales (desayuno, almuerzo y cena) y meriendas entre comidas.

La estructura de la minuta es:

Desayuno: se ofrece una comida ligera pero completa, que proporciona energía para el inicio del día. Por ejemplo, avena con frutas y un vaso de jugo natural.

Almuerzo: es la comida más completa del día, con un equilibrio entre proteínas (carne, pescado o pollo), carbohidratos (arroz, papas o pasta) y vegetales (ensaladas o guarniciones). Considera la preparación en formas blandas o trituradas si hay dificultades de masticación o deglución.

Cena: es más ligera comparada con el almuerzo, con alimentos fáciles de digerir.

Meriendas: se ofrece a media mañana y a media tarde, con opciones como yogur, galletas integrales, o frutas.

DIVERSIDAD Y ADAPTABILIDAD DE LA MINUTA

La minuta es adaptable a las necesidades de los beneficiarios, teniendo en cuenta restricciones alimentarias como intolerancias, alergias o preferencias dietéticas. Por ejemplo, si se detecta una alta prevalencia de diabetes entre los beneficiarios, se incluyen más opciones con bajo índice glucémico y reducen los alimentos azucarados.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

Sostenibilidad y Costos

La minuta es sostenible desde el punto de vista económico. Se trata de utilizar productos locales de temporada, lo que garantiza frescura y reduce costos. También se trata de evitar el desperdicio alimentario, por lo que las porciones son ajustadas a las necesidades de los beneficiarios.

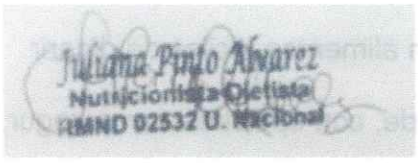
Seguimiento y Evaluación

Realizo evaluaciones periódicas presenciales al servicio de alimentos.

CONCLUSIONES

La minuta de alimentos en el centro de bienestar del anciano fue diseñada con un enfoque multidisciplinario, teniendo en cuenta las necesidades nutricionales, las enfermedades prevalentes, y las particularidades de los beneficiarios. Esta minuta es equilibrada y saludable y adaptada a los gustos y condiciones de los beneficiarios. Además, es flexible para ajustarse a cambios. Cumple con los requerimientos nutricionales y/o calóricos de este grupo etareo.

ELABORADO POR



JULIANA PINTO ÁLVAREZ

NUTRICIONISTA DIETISTA

RMND. 02532

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN

CENTRO DE BIENESTAR

MINUTAS: DESAYUNOS, MERIENDA, ALMUERZOS, ONCES Y CENA

CONVENIO N0. 211 DE 2025 DEL PERIODO COMPRENDIDO DEL 11 NOVIEMBRE AL 19 DICIEMBRE DE 2025

FECHA	DESAYUNO	MERIENDA	MINUTA ALMUERZO	ONCES	COMIDA
1/12/2025	Caldo de carne con papa Café con leche salchicha Pan cascarita	Manzana roja	Sopa de pastas Arroz con verdura Papa con hogo Carne desmechada Ensalada agridulce Jugo de piña	Perro caliente gaseosa	Sopa graniza agudepanela Pan meztiza
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
2/12/2025	Mazamorra arepa agudepanela con leche salchicha	porción de melón	Sopa de arveja Arroz con fideos Yuca con hogo Lomo de cerdo a la planca Torta de ahuyana Jugo de lulo	Avena Galleta integral	caldo de papa agudepanela Pan
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
3/12/2025	Caldo con pollo arepa agudepanela con leche	Porción de papaya	Sopa de patacón Arroz con verdura Trucha a la broaster Maduro al horno Arveja sudada Jugo de tomate de arbol	Yogur Galleta integral Fruta	Sopa de verdura agudepanela galletas saltin
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
4/12/2025	Caldo con carne Café con leche Pan cascarita	Porción de mango	crema de ahuyama con papas fosforito Lentejas sudadas Pollo al horno Yuca con hogo Espaguetis Jugo de mora	leche banano Galleta integral	Sopa agudepanela galletas saltin
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
5/12/2025	Caldo de con papa Café con leche salchicha Pan cascarita	Porción uvas	Sopa de cebada Arroz con fideos Papa criolla al horno Carne sudada Garbanzo limonada	Avena Fruta Galleta integral	Sopa de avena agudepanela galletas saltin
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
6/12/2025	Mazamorra arepa agudepanela con leche salchicha	Porción de patilla	Sopa de cebada Arroz blanco Garbanzo a la madrileña Maduro cocido Naranjada		Sopa de fritas agudepanela Pan bomba
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
7/12/2025	Tamal chocolate queso Pan cascarita	porción de melón	Sopa de avena Lasaña Ensalada agridulce Papa en pera Jugo de maracuya Postre	Arroz en leche Galletas	Sopa de avena agudepanela Pan cascarita

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN

CENTRO DE BIENESTAR

MINUTAS: DESAYUNOS, MERIENDA, ALMUERZOS, ONCES Y CENA

CONVENIO N0. 211 DE 2025 DEL PERIODO COMPRENDIDO DEL 11 NOVIEMBRE AL 19 DICIEMBRE DE 2025

FECHA	DESAYUNO	MERIENDA	MINUTA ALMUERZO	ONCES	COMIDA
24/11/2025	Caldo de pollo agudepanela con leche arepa	Porción de fresas	Crema de ahuyama Papa en pastel con queso Carne en bistec Arroz con verduras Arveja sudada Jugo de mora	Pastel de pollo Jugo de maracuyá	Sopa de pastas agudepanela pan
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
25/11/2025	Mazamorra arepa agudepanela con leche salchicha	porción de melón	Sopa de verduras lomo de cerdo en salsa bbq Yuca con hogo Ensalada cruda con remolacha y zanahoria, tomate, perejil. Arroz con fideos Jugo de guayaba	Arroz con pollo pan jugo	Sopa agudepanela Pan
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
26/11/2025	Caldo con pollo arepa agudepanela con leche	Porción de papaya	Sopa de patacón Frijol sudado Papa con hogo Arroz con zanahoria Carne en albondigas Jugo de tomate de arbol	Yogur Galleta integral Fruta	caldo de papa agudepanela galletas saltin
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
27/11/2025	Caldo con carne Café con leche Pan cascarita	Porción de mango	Sopa de verduras Pechuga en cuadritos Arroz blanco Yuca con hogo Ensalada semirusa Jugo de maracuya	Yogur Fruta Galleta integral	Sopa agudepanela galletas saltin
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
28/11/2025	Mazamorra Café con leche huevos cocidos Pan cascarita	Porción uvas	Sopa de cebada con verdura Carne sudada Maduro cocido Arroz con fideos Arveja sudada Jugo de guayaba	Chocolate Mestiza	Sopa de pastas agudepanela galletas saltin
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
29/11/2025	Huevos revueltos arepa con queso agudepanela con leche	Porción de patilla	Sopa de verduras Garbanzos a la madrileña Maduro a horno Ensalada Tomate y cebolla arroz blanco Limonada	Masato Mantecada	Sopa de fritas agudepanela Pan bomba
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
30/11/2025	Changua arepa agudepanela con leche Huevos revueltos	porción de melón	Sopa de arroz con verdura Macarron con carne molida Papa con hogo Ensalada Jugo de mora	Empanadas gaseosa	Sopa de pastas agudepanela arepa

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN

CENTRO DE BIENESTAR

MINUTAS: DESAYUNOS, MERIENDA, ALMUERZOS, ONCES Y CENA

CONVENIO N0. 211 DE 2025 DEL PERIODO COMPRENDIDO DEL 11 NOVIEMBRE AL 19 DICIEMBRE DE 2025

FECHA	DESAYUNO	MERIENDA	MINUTA ALMUERZO	ONCES	COMIDA
18/11/2025	Café con leche arepa amarilla huevo cocido	porción de melón	Sopa de arveja Arroz con fideos Yuca con hogo lomo de cerdo con salsa bbq Ensalada cruda con remolacha y zanahoria, tomate, perejil. Jugo de papaya	Chocolate sandwich	Sopa de pastas agudepanela Pan
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
19/11/2025	Caldo de carne con papa Arepa Café con leche	Porción de papaya	Sopa de patacón Frijol sudado Yuca con hogo Arroz con verduras Carne molida Jugo de lulo	Gelatina Galletas	Sopa graniza agudepanela galletas saltin
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
20/11/2025	huevos pericos Café con leche salchicha Pan cascarita	Porción de mango	Sopa de verduras Arroz con zanahoria pollo al horno con salsa Papa Ensalada cruda con remolacha y zanahoria, tomate, perejil. Jugo se guayaba	sandwich gaseosa	Sopa de avena agudepanela galletas saltin
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
21/11/2025	Caldo de carne con papa Café con leche Pan cascarita	Porción uvas	Sopa de avena Arroz con verduras Carne en albondigas Maduro cocido Lentejas Limonada	Chocolate Mantecada	Sopa de fritas agudepanela pan
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
22/11/2025	Huevos revueltos arepa con queso Chocolate	Porción de patilla	Sopa de cebada con verdura Yuca con hogo Carne sudada Arroz con pimentón Garbanzo sudado Jugo de guayaba	Papas rellenas gaseosa	Sopa de avena agudepanela Pan bomba
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
23/11/2025	Mazamorra arepa agudepanela con leche salchicha	porción de melón	Sopa de arroz Espaguetis con pollo Lentejas Papa en puré Limonada Limonada	Jugo de mora Mantecada	Sopa de pastas agudepanela arepa

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN

CENTRO DE BIENESTAR

MINUTAS: DESAYUNOS, MERIENDA, ALMUERZOS, ONCES Y CENA

CONVENIO N0. 211 DE 2025 DEL PERIODO COMPRENDIDO DEL 11 NOVIEMBRE AL 19 DICIEMBRE DE 2025

FECHA	DESAYUNO	MERIENDA	MINUTA ALMUERZO	ONCES	COMIDA
11/11/2025	Mazamorra Aguadepanela con leche Huevos cocidos Arepa amarilla	Manzana roja	Sopa de arvejas Lomo de cerdo a la planca Mduro al horno Ensalada semirusa Arroz con fideos Limonada	Chocolate Mantecada	Sopa graniza Agudepanela Roscones
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
12/11/2025	Caldo de carne con papa Arepa Café con leche	Porción de mango	Sopa de patacón Papas saladas Trucha a la broaster Arroz blanco Frijol sudado Jugo de tomate de arbol	Colada de avena Mestiza Queso	Sopa de pastas Agudepanela pan hojaldrado
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
13/11/2025	huevos pericos Aguadepanela Avena Pan	Porcion de melón	Sopa de avena Aarroz con pollo Maduro al horno Ensalda Semirusa Jugo de lulo	Yogur galletas	Sopa de avena Agudepanela pan bomba
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
14/11/2025	Mazamorra Chocolate Huevos revueltos Pan cascarita	Fresas	Sopa de cebada con verdura Arroz con fideos Carne sudada Yuca con hogo Garbanzo sudado Naranjada	Chocolate Mantecada Queso	Sopa graniza Agudepanela pan hojaldrado
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
15/11/2025	Mazamorra aguadepanela con leche Cuajada	Porción de mango	Crema de ahuyama Arroz con sardinas Maduro cocido Lentejas Jugo de tomate de arbol	Arroz con leche galleta de soda Fruta	Sopa carmelita pan cascarita Agudepanela
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
16/11/2025	Caldo de papa con huevo Chocolate Arepa	Pera	Sopa de verduras Frijol sudado Carne molida Arroz con fideos Papa con hogo Limonada	Chocolate Mestiza Queso	Sopa de fritas Agudepanela pan bomba
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
17/11/2025	Mazamorra Café con leche Mestiza Salchichas fritas	Manzana roja	Sopa de arroz Macarron con crema de leche Maduro al horno Carne en bistec Arveja sudada Jugo de tomate de arboi	Avena fria Empanada	Sopa graniza agudepanela Pan meztiza

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN

CENTRO DE BIENESTAR

MINUTAS: DESAYUNOS, MERIENDA, ALMUERZOS, ONCES Y CENA

CONVENIO N0. 211 DE 2025 DEL PERIODO COMPRENDIDO DEL 11 NOVIEMBRE AL 19 DICIEMBRE DE 2025

FECHA	DESAYUNO	MERIENDA	MINUTA ALMUERZO	ONCES	COMIDA
8/12/2025	Caldo de carne con papa Café con leche salchicha Pan cascarita	Manzana roja	Sopa de verduras Arroz con pimentón Carne en pastel al horno Maduro al horno Verduras Jugo de lulo	Chocolate pan	Sopa graniza agudepanela Pan meztiza
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
9/12/2025	Mazamorra arepa agudepanela con leche salchicha	porción de melón	Sopa de cebada Papa en pastel con queso Lomo de cerdo a la planca Garbanzo sudado Yuca con hogo Limonada	Arroz con pollo pan galletas y jugo de caja	Sopa de avena agudepanela Pan
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
10/12/2025	Caldo con pollo arepa agudepanela con leche	Porción de papaya	Crema de ahuyama Pescado a la broaster Yuca con hogo Jugo de tomate de arbol arroz con verduras Jugo de piña	Yogur Galleta integral Fruta	caldo de papa agudepanela galletas saltin
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
11/12/2025	Caldo con carne Café con leche Pan cascarita	Porción de mango	Sopa de arveja Arroz con pollo Papa criolla al horno Ensalada semirusa Jugo de mora	Chocolate queso Galleta integral	Sopa agudepanela galletas saltin
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
12/12/2025	Caldo de carne con papa Café con leche salchicha Pan cascarita	Porción uvas	Sopa de avena Arroz con fideos Carne sudada Lentejas sudadas Yuca con hogo Jugo de lulo	Avena Fruta Galleta integral	Sopa de avena agudepanela galletas saltin
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
13/12/2025	Mazamorra arepa agudepanela con leche salchicha	Porción de patilla	Sopa de cuchuco arroz blaco Carne a la plancha arveja sudada Maduro cocido Limonada	Masato Mantecada	Sopa de fritas agudepanela Pan bomba
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
14/12/2025	Changua arepa agudepanela con leche Huevos revueltos	porción de melón	Sopa de arroz Espaguetis Carne de albondigas Yuca con hogo Ensalada cruda con remolacha y zanahoria, tomate, perejil. Jugo de mora	Empanadas gaseosa	Sopa de pastas agudepanela arepa

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN

CENTRO DE BIENESTAR

MINUTAS: DESAYUNOS, MERIENDA, ALMUERZOS, ONCES Y CENA

CONVENIO N0. 211 DE 2025 DEL PERIODO COMPRENDIDO DEL 11 NOVIEMBRE AL 19 DICIEMBRE DE 2025

FECHA	DESAYUNO	MERIENDA	MINUTA ALMUERZO	ONCES	COMIDA
15/12/2025	Caldo con carne Café con leche Pan cascarita	Porción de mango	Sopa de apio Arroz con verdura Carne desmechada Ensalad de remolacha Yuca con hogo Jugo de de lulo	Yogur Fruta Galleta integral	Sopa agudepanela galletas saltin
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
16/12/2025	Huevos revueltos Café con leche Pan cascarita	Porción uvas	Sopa de arvejas Lomo de cerdo a la plancha Yuca con hogo Garbanzo sudado Arroz con fideos Limonada	Avena Fruta Galleta integral	Sopa de avena agudepanela galletas saltin
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
17/12/2025	Mazamorra arepa agudepanela con leche	Porción de patilla	Mute Santandereano Arroz blanco Yuca al vapor Ensalada cruda con remolacha y zanahoria, tomate, perejil. jugo de tomate de arbol	Masato Mantecada	Sopa de fritas agudepanela Pan bomba
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
18/12/2025	Changua arepa agudepanela con leche Huevos revueltos	porción de melón	Sopa de cebada Pollo sudado Papa con hogo Ensalada semirrusa Arroz blanco Jugo de piña	Empanadas gaseosa	Sopa de pastas agudepanela arepa
FECHA	**DESAYUNO**	**MERIENDA**	**MINUTA ALMUERZO**	**ONCES**	**COMIDA**
19/12/2025	Mazamorra arepa agudepanela con leche huevos	porción de papaya	Sopa de verduras Pescado a la broaster Yuca con hogo Arroz con pimentón Lentejas sudadas Limonada	Avena Envuento mantecado	Sopa de pastas agudepanela arepa

Julana Pinto Alvarez
Nutricionista Dietista
RMND 02532 U. Nacional

MARTHA JULINA PINTO A
Nutricionista

Silvia R Bueno

SILVIA ROSA BUENO PARRA
MANIPULADORA DE ALIMENTOS

FUNDACIÓN HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDÉN

FUNDACIÓN HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDÉN – CHARALA

INFORME ACTIVIDADES DE NUTRICION

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA

5 DE DICIEMBRE DE 2025

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA- RMND.02532

OBJETIVO

Evaluar la fuerza prensil de cada adulto mayor del asilo mediante el uso de un dinamómetro manual, con el propósito de obtener un registro actualizado de su capacidad funcional y detectar posibles disminuciones de fuerza que requieran intervención a los beneficiarios de la Fundación Hogar del Adulto Mayor El Edén.

METODOLOGIA

Toma de la fuerza prensil con dinamómetro manual a cada beneficiario.

MARCO TEORICO

En el estado nutricional del anciano pueden influir varios factores, entre ellos, los cambios en el estilo de vida. Un adulto mayor puede tener hasta tres enfermedades o más en concomitancia con la polifarmacia, factores que también influyen en el estado nutricional. En el ámbito de las instituciones sociosanitarias, el deterioro de la deglución y la malnutrición son problemas que pueden prevenirse, diagnosticarse y tratarse. Es fundamental contar con personal sanitario cualificado y entrenado para estas labores, para asegurar el bienestar y seguridad del anciano.

La pérdida de masa corporal, sarcopenia, es especialmente notoria después de los 60 años, sobre todo por la disminución de la actividad física. La consecuencia más resaltante de la pérdida muscular es la influencia en las necesidades energéticas del individuo. Se estima que hay un déficit de 100 Kcal/década. Un problema frecuente en esta población es la desnutrición, la cual puede requerir el soporte nutricional.

Durante el envejecimiento, se producen cambios en la composición corporal, caracterizándose por la reducción en la masa muscular y aumento en la adiposidad corporal. En un estudio, en el que se comparó la composición corporal de adultos mayores del sexo masculino (60-79 años), institucionalizados y no institucionalizados, se reportó mayor circunferencia de pantorrilla y masa muscular total en aquellos no institucionalizados, y una mayor adiposidad corporal en los institucionalizados.

Los componentes que están relacionados con la progresión del envejecimiento son el estado funcional y la discapacidad. Niveles reducidos de fuerza, actividad, funcionalidad, función inmune y aumento del riesgo de morbilidad y mortalidad están estrechamente asociados a bajos niveles de masa muscular. La cantidad de masa muscular determina la fuerza, la cual es un excelente predictor de independencia y movilidad en ancianos. Por todo esto, medir la fuerza muscular es una herramienta eficaz para determinar la capacidad de las personas ancianas para vivir independientes.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

Un método de fácil aplicación y replicación para la estimación de la fuerza general y ejecución de los miembros superiores es la dinamometría isométrica de la mano (o fuerza prensil). Además, este método se correlaciona bien con masa muscular, porcentaje de grasa corporal, y densidad mineral ósea.

En cuanto a la alimentación en adultos mayores, un estudio realizado halló una situación nutricional desfavorable. El consumo energético no fue satisfactorio en la mayoría de los ancianos (94%), y estaba en situación muy crítica en el 36% de ellos. El consumo de proteínas fue deficitario en el 76% de los ancianos. El mayor aporte de las proteínas provenía de fuentes animales, excediendo las recomendaciones dietarias. La ingesta más baja de micronutrientes correspondió al zinc, ácido fólico, hierro y calcio. Según el IMC, se reportó 77% de ancianos malnutridos (63% por exceso y 14% por déficit).

Por todo lo mencionado, resulta necesario evaluar a los adultos mayores institucionalizados en cuanto a su estado nutricional, hábitos alimentarios, y fuerza prensil, con miras a mejorar el tratamiento y seguimiento nutricional de este grupo vulnerable.

Por ello es importante conocer el estado nutricional, hábitos alimentarios, y fuerza muscular de manera a que su valoración inmediata permita al médico tratante o nutricionista tener los datos exactos del estado nutricional del paciente. De esta forma, se evitarían complicaciones o estudios prolongados que por la edad de los adultos mayores ya no son recomendables, además de mejorar el tratamiento y seguimiento nutricional de este grupo vulnerable.

Adulto mayor

Concepto de adulto mayor

No hay actualmente una definición consistente de lo que un adulto mayor o anciano es. Una de las definiciones más frecuentes considera a la edad cronológica de 60 años y más. La ONU supone que el umbral de la vejez es una edad cronológica fija. No depende del tiempo, lugar, educación u otras características consideradas. Sin embargo, Ryder (1975) cuestionó esta suposición del umbral de vejez, definiendo a la edad no en términos de años transcurridos desde el nacimiento, sino en términos del número de años que quedan hasta la muerte.

Sanderson y Scherbov (2005) definieron como edades cronológicas en las que una medida de alguna característica se mantiene constante, por ejemplo, como la esperanza de vida en el envejecimiento de la población anciana. Gorman (1999) dijo que el comienzo de la vejez es la edad de 60 o 65 años, aproximadamente equivalente a la edad de jubilación y que el tiempo cronológico tiene poca importancia en el significado de la vejez. Agregó que la vejez en muchos países en desarrollo comienza en el momento en que la contribución activa ya no es posible.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

La OMS propone que las personas de 60 a 74 años sean consideradas de edad avanzada, de 75 a 90 viejas o ancianas, y las que sobrepasen los 90 se les denomine grandes viejos o grandes longevos. A toda persona mayor de 60 años de edad se le llamará de forma indistinta persona de la tercera edad. En síntesis, la definición de adulto mayor, llamada persona de la tercera edad, se considera a partir de la edad de los 60 años en adelante.

Envejecimiento

El envejecimiento es un proceso fisiológico, que tiene lugar a partir de la tercera década de la vida, en donde el organismo atraviesa una serie de cambios sistémicos, que conlleva a una pérdida progresiva de la capacidad funcional.

Uno de esos cambios más significativos se produce en la composición corporal, que se caracteriza por una pérdida de la masa magra y un incremento análogo de la masa grasa. Esta disminución de la masa muscular se asocia a una pérdida de aproximadamente 1-2% anual a partir de los 50 años. Como consecuencia, también hay una depreciación de la fuerza muscular de 1.5-3% a partir de los 60 años. Esta pérdida tiende a acentuarse después de los 70 años aproximadamente. En hombres esta pérdida es progresiva, pero en las mujeres, debido a la menopausia, es más brusca.

La pérdida de la masa muscular y la fuerza relacionada con el envejecimiento se conoce como *sarcopenia*, que es una causa del envejecimiento normal. Esta pérdida puede acentuarse si coexiste con otras enfermedades crónicas. También está implicada en varios procesos como alteraciones en la síntesis y degradación de proteínas, inflamación, las alteraciones hormonales, y la disfunción mitocondrial, entre otras.

En relación al envejecimiento, está descrito lo que se denomina *estado de fragilidad*. El estado de fragilidad es realmente un síndrome, de carácter clínico-biológico. El síndrome de fragilidad se caracteriza por una disminución de la resistencia y de las reservas fisiológicas, y por consecuencia el desgaste fisiológico. A causa de esta incapacidad para renovar los recursos biológicos, la misma posee dos aspectos los cuales son: 1) la disminución de las reservas fisiológicas que ocasiona, disminución de la resistencia, la flexibilidad y la fuerza muscular, el balance o equilibrio, el tiempo de reacción, coordinación, funcionamiento cardiovascular, audición, visión, nutrición, y funcionamiento cognitivo; 2) incapacidad para manejar las situaciones estresantes de la vida cotidiana, donde la magnitud de la situación no siempre está en relación con la respuesta del organismo a dicha situación.

El estado de fragilidad, es considerado como un riesgo de morbilidad y mortalidad. No se han establecido criterios clínicos o de diagnóstico estándar, pero incluye pérdida de peso, pérdida de masa corporal magra (sarcopenia), fatiga, y pérdida de fuerza o resistencia como parte del síndrome de fragilidad.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA- RMND.02532

Teorías del envejecimiento

Existen dos tipos de teorías del envejecimiento, las teorías estocásticas (o deterministas) y la teoría de los radicales libres. Las teorías estocásticas engloban fenómenos en variables aleatorias, siendo necesarios cálculos probabilísticos para estudiarlas. Las teorías deterministas del envejecimiento engloban fenómenos, mediante un numero de variables conocidas que tienen el mismo comportamiento una vez que son reproducidas.

En las teorías estocásticas, se consideran al genoma y al ambiente dentro de las cual se describen tres teorías genéticas, las cuales son: 1) teoría de la regulación génica: el envejecimiento es el desequilibrio entre los diferentes factores que han permitido el mantenimiento de la fase de reproducción; 2) teoría de la diferenciación terminal: se hace especial hincapié en los efectos adversos del metabolismo sobre la regulación genética; 3) teoría de la inestabilidad del genoma: modificación del ADN, afectando la expresión de los mismos.

Harman en 1956 propuso la teoría de los radicales libres. Esta teoría postula que el envejecimiento resulta de los efectos perjudiciales fortuitos causados a tejidos por reacciones de radicales libres. Estas reacciones pueden estar implicadas en la producción de los cambios del envejecimientos. Los radicales libres son sustancias capaces de oxidar biomoléculas y causar la muerte celular.

Muchos autores describieron la teoría del daño mitocondrial, la cual expresa que existe un daño en la replicación del ARN mitocondrial al pasar los años.

Cambios durante el envejecimiento

El proceso del envejecimiento provoca cambios en la composición corporal, en donde se produce un aumento de la masa grasa y una disminución de la masa magra y la densidad ósea. Este aumento de la masa grasa generalmente se distribuye en la región abdominal, donde se le relaciona con un alto riesgo metabólico y cambios en la función física.

También los huesos pierden algunos de sus minerales y se vuelven menos densos. Estas atrofias provocan que disminuya la cantidad de agua en el cuerpo. Todos estos cambios producidos en el hueso, el músculo, y articulaciones generan en los adultos mayores una disminución de la estatura de manera progresiva que se asocia con un incremento de fracturas vertebrales. A su vez, esto también provoca un aumento del peso que se debe a los cambios ya mencionados anteriormente.

Los cambios fisiológicos normales durante el envejecimiento ocurren en el sistema cardiovascular. Hay una pérdida progresiva de los miocitos y un engrosamiento de las paredes de las arterias con hiperplasia en íntima, fibrosis y acumulación de calcio, fosfato, y colesterol en las fibras elásticas.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

Debido a estos cambios producidos en la pared de los vasos sanguíneos, la aorta se vuelve más gruesa y rígida, provocando una mayor eyección sanguínea e hipertrofia cardiaca, y un aumento de la presión sanguínea. La capacidad de respuesta β-adrenérgica del corazón disminuye, limitando la frecuencia cardiaca. Además, el número de células marcapasos en el nódulo sinusal disminuye con la edad. La duración de la contractilidad miocárdica se alarga, pero la fuerza no disminuye significativamente en las personas mayores.

El envejecimiento causa una variedad de cambios fisiológicos en la orofaringe, el esófago, y el estómago que incrementan la probabilidad de trastornos en estos. Todo esto porque hay alteraciones en la regulación de los mecanismos neurogénicos. Con la edad, la contracción y la relajación se desincronizan, lo que lleva a una deglución, salivación, y vaciado esofágico menos eficiente. También se produce una disminución de la secreción del ácido clorhídrico, la pepsina y un pequeño aumento asociado en el pH gástrico. Además, esta disminuida la sensación del gusto, debido a la pérdida de las papilas gustativas, lo que conlleva a una pérdida del apetito.

Los efectos del envejecimiento en el sistema inmunitario incluyen una producción reducida de células B y T en la médula ósea y el timo, mayor susceptibilidad a infecciones, mala respuesta a la vacunación, y el estado inflamatorio crónico. Hay pruebas que un sistema inmunitario mal funcionante puede contribuir a la disminución de la resistencia a las enfermedades y a la reducción de la esperanza de vida en las personas mayores. También se asocia con una mayor probabilidad de morir por infecciones y mayor riesgo de sepsis por desnutrición en personas mayores.

El envejecimiento no se produce de forma selectiva o aislada, sino que altera la funcionalidad de los tejidos de todo el cuerpo, en diferentes ritmos. En particular, la evidencia sugiere que el sistema nervioso central (SNC) es especialmente vulnerable a los efectos del envejecimiento, experimentando una pérdida gradual en la capacidad de adaptarse física y funcionalmente a las nuevas experiencias con la edad. En consecuencia, da como resultado una capacidad regenerativa disminuida para la reparación y un mantenimiento deficiente de las funciones sinápticas y cognitivas. Esta influencia es perjudicial cuando se considera el papel del SNC en la regulación de la homeostasis general y también en la regulación de los procesos fisiológicos, incluidos el crecimiento, el metabolismo, y la reproducción.

La nutrición cambia a lo largo de la vida y sobre todo durante el envejecimiento. Este hecho se debe a que hay una disminución gradual de las reservas funcionales que reducen la capacidad de mantener la homeostasis. Estos cambios ocurren en todo el sistema digestivo, provocando una disminución en la secreción de ácido gástrico, que puede limitar la absorción de hierro y vitamina B12. La producción de saliva disminuye, llevando a un peristaltismo más lento y estreñimiento. También se produce una desregulación del apetito y la sed. Los cambios sensoriales, gustativos,

olfativos, la mala salud dental, como la pérdida de la visión, disminuyen la ingesta de alimentos e influyen en la selección de alimentos.

Estos cambios suelen alterar los hábitos alimenticios y reducir la disponibilidad de nutrientes y la absorción, lo que puede conducir a deficiencias nutricionales y diversos problemas de salud. También da como resultado una disminución de la masa muscular, debido a la carencia de nutrientes energéticos requeridos. Los datos de *National Health and Nutrition Examination Survey* de Estados Unidos (NHANES III) muestran que hay una reducción importante relacionada con la edad en la ingesta media de proteínas y zinc, así como la ingesta de calcio, vitamina E y otros nutrientes.

Evaluación nutricional y fuerza muscular

Evaluación nutricional en el adulto mayor

Las mediciones antropométricas más utilizadas para evaluar el estado nutricional son el peso y la talla, y a partir de ellos se obtiene el IMC, además de los perímetros y pliegues cutáneos. El peso y la talla son las dos medidas antropométricas más afectadas a medida que avanza la edad. El peso generalmente se encuentra disminuido en esta población, viéndose más afectado en el sexo masculino. Podría deberse a la disminución general del tejido magro a consecuencia del envejecimiento. En cuanto a la talla, también se ve disminuida y más en adultos en edades muy avanzadas debido a la reducción de la longitud de la columna vertebral por estrechamiento de los discos vertebrales y por cifosis.

En los adultos mayores que presenten dificultades como el no poder permanecer parado y con postura erguida, si padecen algún problema a nivel de la columna o bien si se encuentran encamados, la medición de la talla podría resultar complicada. Por tal motivo, algunos investigadores desarrollaron técnicas para poder estimar la estatura de estas personas. Algunas técnicas para estimar la talla son la brazada, la media brazada, y la altura talón-rodilla.

La brazada consiste en extender los brazos de manera lateral a la altura de los hombros y luego se debe medir la distancia que hay entre la punta de los dedos más largos de ambas manos, sin tener en cuenta las uñas. Una limitación de esta técnica podría ser en que no pueda ser aplicada en aquellos individuos que se encuentren hospitalizados y además que estén conectados con aparatos que no les permitirán extender adecuadamente los brazos o simplemente no se encuentren físicamente estables para realizarlo.

La media brazada es parecida a la brazada. Tiene el objetivo de medir el centro de la escotadura esternal con la punta del dedo largo de la mano izquierda o derecha según la referencia que se tome y multiplicar por dos para estimar la talla.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

La altura talón-rodilla es una técnica propuesta por Chumlea et al. (1985) para estimar la talla a partir de la altura talón-rodilla por medio de un antropómetro. Consiste en medir acostada a la persona en posición supina, flexionando las piernas formando un ángulo de 90°. Allí se coloca la base del antropómetro de huesos largos por debajo del talón y por arriba de la rótula, ajustando la cabeza de ella. Una vez obtenida la medida, se carga el dato en las siguientes fórmulas: para las mujeres, 1.83 por altura de la rodilla (cm) menos 0.24 por edad (años) más 84.88; para los hombres, 2.02 por altura de la rodilla (cm) menos 0.04 por edad (años) más 64.19.

Debido a los cambios que se presentan en el cuerpo del anciano a consecuencia del envejecimiento, sumado a esto la falta de actividad física, la mala alimentación y la presencia de enfermedades como la hipertensión arterial, enfermedad renal, enfermedad hepática y la presencia de desnutrición e inflamación, se podría sobrestimar los resultados del IMC para adultos jóvenes. Por eso se vio la necesidad de realizar un IMC acorde para adultos mayores.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), lanzó la clasificación de IMC determinar el estado nutricional en la población geriátrica (Organización Panamericana de la Salud, 2003). Esta clasificación incluye las siguientes categorías y valores: delgadez: ≤ 23 kg/m²; normopeso: > 23 a < 28 kg/m²; sobrepeso: ≥ 28 a 32 kg/m²; obesidad: ≥ 32 kg/m².

Por último, se puede usar la circunferencia de pantorrilla. En comparación con la circunferencia del brazo, la circunferencia de pantorrilla detecta de manera más sensible la pérdida de masa muscular, cuando la actividad física del individuo se ve disminuida.

Fuerza muscular

Hay varias técnicas para medir la fuerza muscular, sobre todo si las mediciones se hacen en las extremidades inferiores, ya que ellas se encargan del mayor uso funcional tanto físico como de la fuerza muscular. Los estudios que han valorado los métodos para medir la fuerza muscular son la fuerza prensil y la flexoextensión de la rodilla.

La fuerza prensil, fuerza de presión manual isométrica, o fuerza de agarre es la más usada en ensayos no sólo debido a su simplicidad y confiabilidad, sino también porque es un predictor válido de discapacidad física y limitación de movilidad. Hay relación entre la fuerza de presión basal y la aparición de discapacidad en actividades cotidianas. También se ha usado para detectar trastornos relacionados con la edad, como la fragilidad y la sarcopenia. Otros estudios han identificado que la fuerza de agarre está relacionada con la demencia en los adultos mayores y mayor riesgo de mortalidad cardiovascular y accidente cerebrovascular. La fuerza prensil es una herramienta válida en la práctica clínica y de investigación por su forma fácil y barata de evaluar en los adultos mayores.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA- RMND.02532

La potencia en la pierna es un factor muy importante que influye en el rendimiento físico, con disminución en la movilidad y la fuerza en los adultos mayores. Esta fuerza se puede medir de manera isométrica. La flexoextensión de la rodilla es la fuerza aplicada en el tobillo, sin mover el músculo o las articulaciones. El sujeto debe estar sentado recto, con su pierna sin apoyar y la rodilla flexionada a 90°. En cambio, la fuerza isocinética es lo mismo, pero con contracción muscular medida por dinamometría comercial moderna. Esta última está valorada en el diagnóstico del rendimiento con la fuerza, ya que es viable, confiable y de validez en aplicaciones específicas, como son los adultos mayores frágiles.

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS









Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA- RMND.02532









Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460









ELABORADO POR



JULIANA PINTO ÁLVAREZ

NUTRICIONISTA DIETISTA

RMND. 02532

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

FUNDACIÓN HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDÉN

FUNDACIÓN HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDÉN – CHARALA

INFORME ACTIVIDADES DE NUTRICION

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA
UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA

20 DE NOVIEMBRE DE 2025

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA- RMND.02532

OBJETIVO

Lograr que los asistentes identifiquen el papel de la nutrición en la prevención y manejo de la sarcopenia en el adulto mayor a los beneficiarios de la Fundación Hogar del Adulto Mayor El Edén.

METODOLOGIA

Exponer qué papel juega la nutrición en la masa y fuerza muscular.

Destacar nutrientes clave de manera comprensible:

- Proteínas (carnes, huevos, lácteos, legumbres).
- Vitamina D (lácteos fortificados, sol moderado).
- Calcio (lácteos, verduras verdes).
- Hidratación.

MARCO TEORICO

La sarcopenia es definida como una condición caracterizada por la pérdida de masa muscular esquelética y de funcionalidad. Su presencia se asocia con disminución de la densidad mineral ósea, resistencia a la insulina y disminución en la capacidad para realizar esfuerzo físico. Su descripción data de 1931, fecha en que MacDonald Critchley describió por primera vez una relación inversa entre la masa muscular y la edad. En los 70's, Nathan Sock, describió la fisiopatología del envejecimiento, siendo Irwin Rosenberg en 1989 quien propuso el término de sarcopenia (del griego sarx carne y penia pérdida) para describir dicha entidad clínica.

La sarcopenia se caracteriza por la disminución de tres aspectos asociados a la masa muscular: cantidad, fuerza y funcionalidad, lo que hace fundamental la medición o cuantificación de los mismos, considerando que en algunos casos no se presenta una disminución de peso o del índice de masa corporal (IMC) debido a un incremento en la masa grasa, condición a la que se le denomina obesidad sarcopénica, la cual se ha asociado a un incremento en la mortalidad

EPIDEMIOLOGÍA

La prevalencia de sarcopenia en adultos mayores varía dependiendo del criterio diagnóstico utilizado. Diversos autores han encontrado prevalencias más elevadas en adultos mayores de 80 años, al compararlos con personas menores de 70, lo cual resulta alarmante considerando el incremento en la población geriátrica. En el 2017 se reportó que un 10% de hombres y mujeres tenían la condición, estimándose que cerca de 50 millones de personas cursan con sarcopenia a nivel mundial.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

FACTORES ETIOLÓGICOS

La etiología es multifactorial, siendo la edad, el género y el nivel de actividad física algunos de los factores de riesgo identificados. Entre otros aspectos implicados en su desarrollo destacan: el consumo insuficiente de energía y/o proteínas, la presencia de enfermedades crónicas que se acompañan de un proceso inflamatorio de bajo grado, la disminución de hormonas sexuales (estrógenos y andrógenos) y el sedentarismo. Una de las complicaciones de esta entidad clínica es la discapacidad, de ahí la importancia de su prevención, diagnóstico y tratamiento.

Aspectos musculares

Conforme el individuo envejece se va presentando una disminución en el número y tamaño de las fibras musculares, ocurriendo una pérdida gradual de la fuerza intrínseca de cada miofibrilla acompañada de un incremento en la infiltración de los ácidos grasos y colágeno, alterándose también la modulación neurológica de la contracción. Existe controversia respecto al impacto clínico de la pérdida de masa muscular, ya que algunos autores han documentado que la pérdida de la fuerza muscular y no de la masa, es un determinante de la limitación funcional y de la disminución del estado de salud en el adulto mayor.

Según su estructura y función, las fibras musculares de forma general, se dividen en dos tipos; las fibras rojas tipo I (aerobias o de contracción lenta) y fibras blancas tipo II (anaerobias o de contracción rápida), las cuales son las que van disminuyendo de forma gradual con la edad, al verse disminuidas las actividades de alta intensidad o de fuerza. Algunas estimaciones reportadas en la literatura mencionan que después de los 35 años, la tasa anual de pérdida de masa muscular es de 1-2%, disminuyendo un 1,5% la fuerza, resultando en una disminución del 40% de la masa muscular entre los 20 y 60 años de edad.

La pérdida cuantitativa ocurre debido a la disminución en la cantidad de miocitos y a la reducción en el contenido de proteínas de las células musculares restantes. A medida que disminuye la cantidad de músculo, se acompaña de una disminución en la fuerza muscular, así como de su funcionalidad.

Otros factores

El envejecimiento se suele acompañar de una disminución en el consumo de alimentos debido a la pérdida del apetito. Algunas otras condiciones involucradas en la disminución del consumo alimentario son la presencia de alteraciones para masticar y/o deglutir los alimentos y la anorexia asociada al uso crónico de algunos medicamentos. Un aspecto relevante a tener en cuenta es que la pérdida de masa muscular se produce de manera distinta en función del sexo; en hombres la disminución de masa muscular se presenta de forma gradual, mientras que en la mujer se produce un descenso abrupto de la masa muscular al llegar a la menopausia.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA- RMND.02532

SARCOPENIA Y SU RELACIÓN CON OTRAS ENTIDADES CLÍNICAS

La sarcopenia por lo general se encuentra presente en otras condiciones clínicas, principalmente en enfermedades crónicas que se acompañan de un estado inflamatorio.

Caquexia

Es una entidad que se presenta como un desgaste severo, acompañado de alguna enfermedad, como puede ser cáncer, miocardiopatía, enfermedad renal crónica terminal y SIDA, entre otras. Se caracteriza por un síndrome complejo, con pérdida de masa muscular acompañado o no de pérdida de masa grasa. Su relación con la sarcopenia es que ésta es uno de los elementos que debe de estar presente para la definición de caquexia, es decir, todos los pacientes con caquexia tienen algún grado de sarcopenia, pero no todos los pacientes con sarcopenia presentan caquexia.

Fragilidad

La fragilidad se define por la presencia de tres o más de las siguientes alteraciones: pérdida de peso involuntaria, agotamiento, debilidad, velocidad de marcha lenta o diminución en la capacidad física. Una proporción importante de adultos mayores que presentan fragilidad presentan sarcopenia y algunos sujetos con sarcopenia presentan fragilidad. No obstante, la definición de fragilidad va mucho más allá de solo evaluar el aspecto físico, al considerar factores psicológicos, cognitivos, sociales y del medio ambiente.

Obesidad sarcopénica

Durante el envejecimiento, la pérdida de masa muscular se hace presente pero se conserva la masa grasa, pudiendo incluso aumentar y redistribuirse en zonas periféricas como brazos, piernas, caderas y en la zona abdominal, condición que se denomina obesidad sarcopénica.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA- RMND.02532

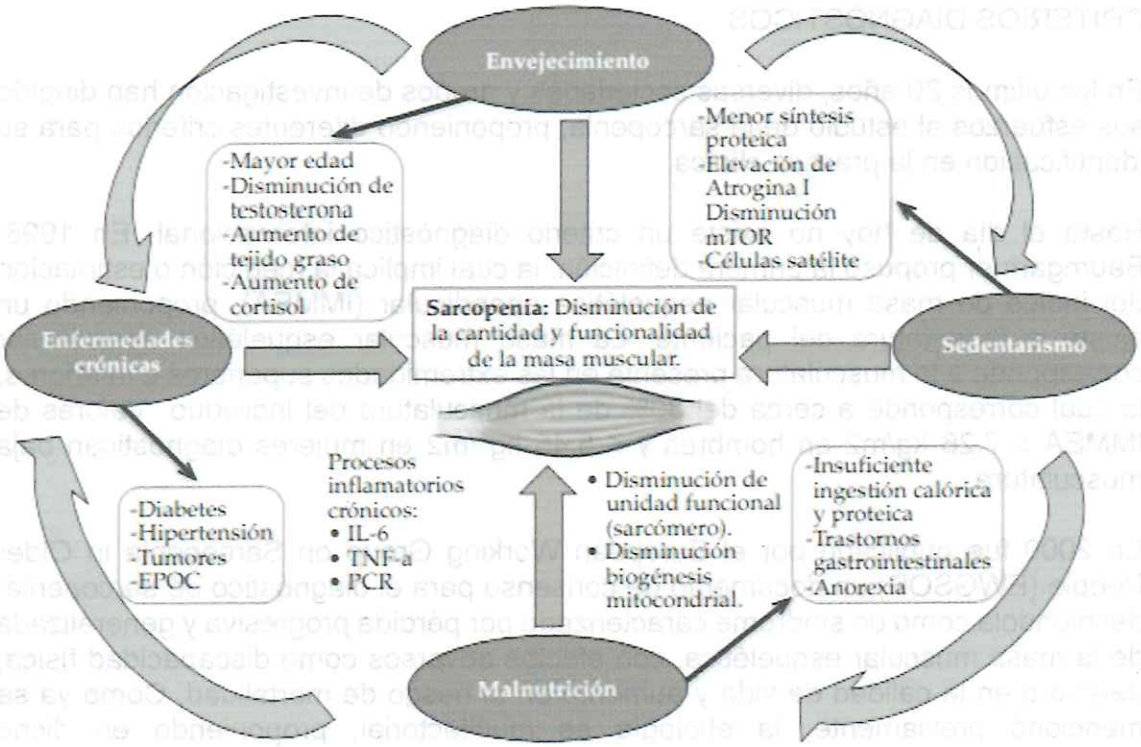


TABLA I. FACTORES DE RIESGO PARA EL DESARROLLO DE SARCOPENIA

Factor	Descripción
Mecanismos de estilo de vida	La disminución en el tamaño de la fibra muscular es directamente proporcional al envejecimiento, sin embargo la pérdida muscular es más pronunciada en aquellas personas que llevan un estilo de vida sedentario.
Mecanismos hormonales e inflamatorios	Existe una disminución en las concentraciones de hormonas anabólicas (hormona de crecimiento, factor de crecimiento similar a la insulina, hormonas tiroideas y testosterona) conforme avanza la edad. Aunado a ello, se presenta un incremento en la degradación proteica asociada a mayores concentraciones de citocinas inflamatorias (IL-1, IL-6 y TNF-α).
Mecanismos celulares	Las células satélite normalmente se activan tras una lesión o ejercicio físico. En respuesta a estas señales, las células satélites se diferencian y se fusionan en la fibra muscular, ayudando a mantener la función muscular al generar adaptaciones fisiológicas. Se ha identificado una disminución en la activación de dichas células en pacientes con sarcopenia.
Mecanismos de evolución	Se ha propuesto una disminución en la expresión de genes cuya función es el mantenimiento de la masa muscular.
Mecanismos de crecimiento/ desarrollo en la infancia	La exposición a diferentes factores en la etapa temprana de la vida se asocia a cambios musculares en la etapa adulta. El bajo peso al nacer se ha asociado con una disminución en la masa muscular en la vida adulta, lo que sugiere que dicho factor es crítico para generar un cambio en la morfología muscular a través de los años.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA- RMND.02532

CRITERIOS DIAGNÓSTICOS

En los últimos 20 años, diversas sociedades y grupos de investigación han dirigido sus esfuerzos al estudio de la sarcopenia, proponiendo diferentes criterios para su identificación en la práctica clínica.

Hasta el día de hoy no existe un criterio diagnóstico internacional. En 1998, Baumgartner propuso la primera definición, la cual implica la medición o estimación del índice de masa muscular esquelética apendicular (IMMEA), proponiendo un ajuste a la estatura del paciente. La masa muscular esquelética apendicular corresponde a la musculatura presente en las extremidades superiores e inferiores, la cual corresponde a cerca del 80% de la musculatura del individuo. Valores de IMMEA ≤ 7,26 kg/m2 en hombres y ≤ 5,45 kg /m2 en mujeres diagnostican baja musculatura.

En 2009 fue publicado por el European Working Group on Sarcopenia in Older People (EWGSOP) un documento de consenso para el diagnóstico de sarcopenia, definiéndola como un síndrome caracterizado por pérdida progresiva y generalizada de la masa muscular esquelética, con efectos adversos como discapacidad física, deterioro en la calidad de vida y aumento en el riesgo de mortalidad. Como ya se mencionó previamente, la etiología es multifactorial, proponiendo en dicho documento cuatro diferentes causas.

Para el diagnóstico de sarcopenia este grupo recomendó la identificación de dos aspectos: masa muscular disminuida y bajo rendimiento muscular (fuerza o funcionalidad). Los posibles hallazgos a encontrar en la evaluación de la masa, la fuerza y la funcionalidad se presentan en la tabla III, sugiriendo diferentes etapas acorde a la severidad.

El estandar de oro para la medición de la masa muscular esquelética apendicular es la absorciometría de rayos X de energía dual (DEXA), sin embargo, es un equipo con poca disponibilidad en el contexto hospitalario, además de tener costos elevados. Se han propuesto otras herramientas con mayor disponibilidad para la medición de la masa muscular, la fuerza y la funcionalida.

En 2009, el International Working Group on Sarcopenia (IWGS) publicó un documento de consenso para la identificación de sarcopenia, donde proponen evaluar a los adultos mayores en quienes se observe una disminución en la capacidad física, fuerza y estado de salud en general, es decir, pacientes con dificultades para realizar actividades de la vida diaria, historia recurrente de hospitalizaciones, pérdida de peso reciente o enfermedades crónicas que promuevan la pérdida de tejido muscular (diabetes tipo 2, enferme dad renal crónica, enfermedad pulmonar obstructiva crónica, tumores malignos, entre otras).

En 2011 la Sociedad de Sarcopenia, Caquexia y Desordenes de Desgaste (SCWD) definió la sarcopenia con movilidad limitada como la pérdida de masa muscular (dos

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

desviaciones estándar por debajo de la media para población sana de 20-30 años de edad del mismo grupo étnico) acompañada de una velocidad de marcha menor a 1 metro/segundo o aquellos que caminan menos de 400 m durante una marcha de 6 minutos.

TRATAMIENTO NO FARMACOLÓGICO

La principal meta en la prevención de la sarcopenia es retrasar el desgaste y la pérdida de la masa muscular asociada al envejecimiento, dos de los factores involucrados en dicha disminución son la ingestión subóptima de proteínas y la inactividad física. Las intervenciones no farmacológicas representan la estrategia más eficaz en el manejo de la sarcopenia, las cuales consisten en asegurar un consumo adecuado de energía y proteínas, además de la promoción del ejercicio físico con la finalidad de mejorar la cantidad y calidad de la masa muscular, asegurando una provisión óptima de vitaminas y minerales.

El rol del profesional de la nutrición consiste en primera instancia en corregir los factores que dificultan la ingestión de alimentos, como la escasa higiene bucal o la falta de dientes, y reestructurar los hábitos alimentarios, estableciendo horarios de alimentación y orientando al paciente a una selección de alimentos con alto valor nutricional, entre otros. El abordaje nutricional deberá incluir recomendaciones sobre estilos de vida saludable, como la realización de ejercicio físico regular, haciendo uso de suplementos nutricionales solo en casos específicos.

ABORDAJE NUTRICIONAL

Proteínas

El consumo subóptimo de proteínas es una situación común en el adulto mayor, documentándose que un 40% de la población tiene un consumo menor a la ingesta diaria recomendada (0.8 g/ kg/día). Algunos autores han documentado que la recomendación de 0.8 g/kg puede ser insuficiente para este grupo poblacional, ya que se ha observado que la ingestión de 1.2 g/kg de peso/ día disminuye la pérdida de masa muscular en un 40%, en comparación con una ingestión de 0.8g/kg, proponiendo un consumo de 1.0 a 1.5 g/kg/día, buscando un consumo de 25-30 g de proteína en cada tiempo de comida, lo cual favorece un balance de nitrógeno positivo sin tener repercusiones en la función renal.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

TABLA II. ETIOLOGÍA DE SARCOPENIA SEGÚN EL *EUROPEAN WORKING GROUP ON SARCOPENIA IN OLDER PEOPLE*

Etiología	Descripción
Sarcopenia *primaria* (relacionada con la edad)	Ninguna otra causa evidente que desencadene dicho trastorno, solo el propio envejecimiento.
Sarcopenia *secundaria* (relacionada con la actividad)	Una o más causas evidentes para el desarrollo del trastorno (postración en cama, estilo de vida sedentario, etc.)
Sarcopenia relacionada con la enfermedad	Fallo del algún órgano (corazón, pulmón, hígado, riñón, etc.), enfermedades crónicas que se acompañan de un estado inflamatorio, neoplasias.
Sarcopenia relacionada con la nutrición	Ingestión insuficiente de energía y/o proteína, trastornos gastrointestinales (diarreas) que provocan malabsorción, y medicamentos anorexígenos, entre otras causas.

TABLA III. CLASIFICACIÓN DE LA SARCOPENIA

Variable	Presarcopenia	Sarcopenia	Sarcopenia Severa
Masa muscular	↓	↓	↓
Fuerza	Se mantiene	↓	↓
Funcionalidad	Se mantiene	Se mantiene o ↓	↓

Energía

Gran parte de la investigación en materia de abordaje nutricional está enfocada en la cantidad de proteínas que necesita el adulto con sarcopenia, subestimándose la importancia del requerimiento energético en dicha condición. Cuando la ingestión calórica total se ve disminuida se merma con ello el consumo de vitaminas y minerales, condicionando el desarrollo de deficiencias nutricionales.

La disminución en la masa muscular se asocia con una disminución en el gasto energético, de ahí la importancia de realizar medición del mismo a través de calorimetría indirecta. En caso de no contar con este equipo, los requerimientos energéticos oscilan entre 20-28 kcal/kg de masa libre de grasa o 24-36 kcal/kg de peso corporal. Ponce y cols. realizaron un estudio en población mexicana con adultos mayores que presentaban sarcopenia, reportando un consumo de 1975.8 kcal en hombres y 1,517.2 kcal en mujeres.

PATRONES ALIMENTARIOS

Es importante asegurar la provisión a través de la alimentación de cantidades suficientes de vitamina D, ácidos grasos omega 3 y antioxidantes, promoviendo una alimentación abundante en vegetales y frutas, cereales de grano entero, fuentes de proteína animal como carnes magras, huevo, pescado y lácteos, lo cual ha mostrado beneficios en lo que respecta a ganancia de fuerza muscular, además de mejor función física y menor riesgo de fragilidad en adultos mayores. La instauración de un patrón mediterráneo ha demostrado algunos beneficios clínicos, entre ellos un

menor declive en la función física y menor riesgo de discapacidad, posiblemente al aportar una mayor cantidad de nutrimentos y bioactivos que ejercen un efecto positivo sobre el paciente.

ESTRATEGIAS DE SUPLEMENTACIÓN NUTRICIONAL

Aminoácidos esenciales

Diversos autores han evaluado el impacto de la suplementación de diferentes aminoácidos (en especial los de cadena ramificada isolecucina, leucina y valina) sobre la masa muscular, ya que se ha descrito que, en adultos mayores, se presenta una resistencia anabólica (término que hace referencia a una menor respuesta a estímulos anabólicos por parte del musculo), viéndose disminuida la síntesis proteica, según lo demostrado por Wall y cols., quienes compararon la síntesis proteica muscular en adultos mayores contra adultos jóvenes después de una ingestión de 20 gramos de proteína, observando una disminución de 16% en la síntesis proteica muscular en el estado postprandial en los adultos mayores.

Kim y cols. observaron un incremento en la masa muscular en piernas tras la suplementación de aminoácidos esenciales (6 g/día durante 3 meses) en un grupo de mujeres japonesas. Katsanos y cols. suplementaron 6.7 g de aminoácidos esenciales (2.7 g de leucina) encontrando mejorías en la síntesis proteica muscular. Las recomendaciones actuales proponen incrementar la ingestión de alimentos con alto contenido proteico, incluyendo carne magra y productos lácteos, carne de vaca y alimentos ricos en leucina (soya, lentejas, frijoles), aportando por lo menos 4 gramos del aminoácido leucina en cada tiempo de comida por lo menos 3 veces al día, suplementando en aquellos casos donde no se logra cubrir la ingesta diaria recomendada.

Proteína

Diversos estudios han demostrado que la suplementación proteica tiene efectos positivos en la masa muscular, fuerza, síntesis proteica y funcionalidad en adultos mayores. Scott y cols. reportaron que la cantidad ingerida de proteínas es un predictor independiente de la masa muscular esquelética apendicular. Pennings y cols. han demostrado recientemente que la ingestión de proteínas de suero de leche estimula la acumulación de proteínas musculares postprandiales en hombres mayores de manera más eficiente que la caseína o el hidrolizado de caseína.

Tieland y cols. suplementaron 15 g de proteína en el desayuno y la comida durante 24 semanas en adultos mayores de 65 años de edad, observando mejorías en la condición física sin observar efectos adversos. Pennings y cols. evaluaron el efecto de la suplementación de proteína de suero de leche a diferentes dosis (10, 20 y 35 gramos), observando una mejor absorción y síntesis proteica tras el consumo de 35 g. Se necesitan más estudios para establecer la cantidad y el momento adecuado para ingerirlas, valorando la seguridad de la suplementación a largo plazo.

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

JULIANA PINTO ÁLVAREZ
NUTRICIONISTA DIETISTA- RMND.02532

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS










Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

ELABORADO POR



JULIANA PINTO ÁLVAREZ

NUTRICIONISTA DIETISTA

RMND. 02532

Julianapinto19@hotmail.com
Cel. 3102667460

INFORME

ATENCION PRIMARIA EN SALUD SERVICIOS DE PROMOCION Y PREVENCIÓN

ENFERMERÍA TURNO DIA

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN

POBLACIÓN OBJETO: Adultos Mayores Municipio de Charalá

POBLACIÓN ATENDIDA: 35 Adultos Mayores

LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Centro de Bienestar C.B.A.

DIAS DE ANTENCION: 39 Días

TIEMPO DE SERVICIO: Correspondiente del 11 de noviembre al 19 de diciembre de 2025

CONVENIO DE ASOCIACION 211 -2025.

OBJETIVO:

Ofrecer servicios de promoción – prevención y asistencia en la salud de los Adultos Mayores, dirigida a mejorar y mantener la salud en el más alto nivel de función con la meta de mayor independencia posible.

INTRODUCCIÓN

La promoción de la salud y la prevención de la enfermedad comprenden todas aquellas acciones, procedimientos e intervenciones integrales orientadas a que la población, tanto a nivel individual como familiar, mejore sus condiciones de vida, disfrute de una existencia saludable y mantenga su bienestar.

El propósito de los programas de Promoción y Prevención es ofrecer servicios integrales que fortalezcan la salud de los afiliados y sus familias, fomentando en ellos una vida sana, feliz, placentera y productiva. Por su naturaleza, estos programas constituyen una responsabilidad compartida entre las personas y sus familias.

MATERIALES Y HERRAMIENTAS:

- ✓ Tensiómetro
- ✓ Insumos hospitalarios (gasa, guantees, tapabocas)
- ✓ Insumos de aseo (jabón líquido, cremas hidratantes, máquinas de afeitar, talcos y desodorante)
- ✓ Sacar citas con medico general, llevarlos a la respectiva cita.
- ✓ Suministro de medicamentos (tratamientos ordenados por el médico tratante)
- ✓ Nebulizador
- ✓ Glucómetro

ACTIVIDADES REALIZADAS:

1. Asistencia o baño a los Adultos Mayores
2. Asistencia en vestuario al Adulto Mayor
3. Hidratación con cremas en piel de Adulto mayor
4. Corte de uñas y cabello
5. Arreglo de habitación
6. Suministro y asistencia de alimentos
7. Toma diaria de tensión arterial (T.A.)

8. Realización de curaciones
9. Suministro de medicamentos esenciales
10. Inyectología (orden médica)
11. Seguimiento y control de medicamentos (orden médica)
12. Nebulizaciones
13. Orientación en juegos de mesa y recreación
14. Charlas de autocuidado.

LOGROS:

Se brindo servicios especiales de enfermería a los Adultos mayores de forma continua, permanente e inmediata:

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	ACTIVIDADES REALIZADAS
Toma de signos vitales	1365
Nebulizaciones	10
Inyectología	5
Corte de unas y cabello	1 (1 al mes por adulto mayor)
Charlas de autocuidado	1 (1 al mes)
Suministro de medicamentos	Diario
Baño o ducha al paciente	Diario
Cambio de vestuario	Diario
Cambio de pañal	4 veces al día

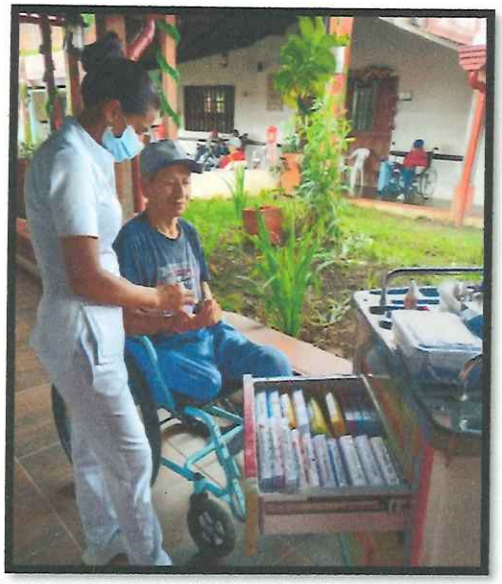
OBSERVACIONES:

Nuestro propósito establecer, retardar o mantener la salud y la calidad de vida de los Adultos Mayores de acuerdo con los requerimientos en cada una de las etapas de su ciclo vital.

Maribel Diaz

MARIBEL DIAZ HOLGUIN
Auxiliar de Enfermería
TP. 00626

ADMINISTRACION DE MEDICAMENTOS







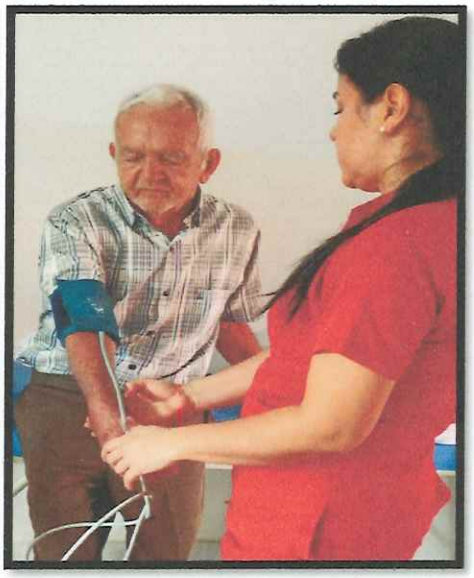
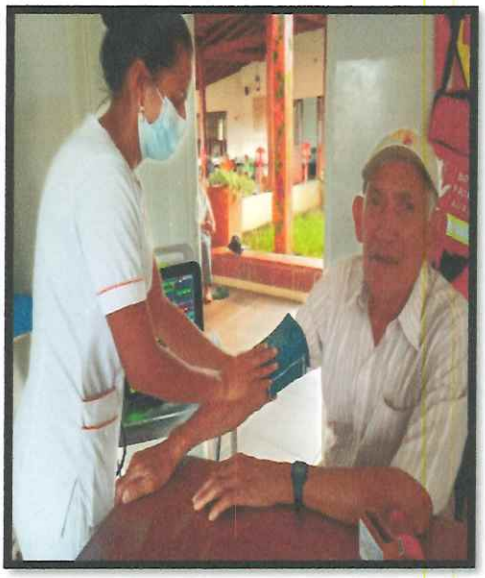




TOMA DE SIGNOS VITALES








LUBRICACION E HIDRATACION DE PIEL











CORTE DE UÑAS



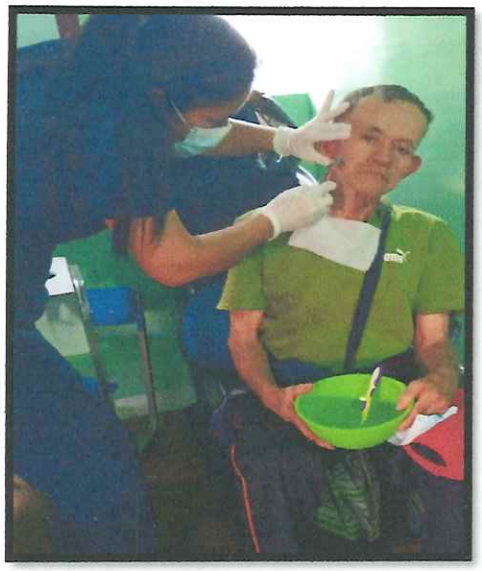
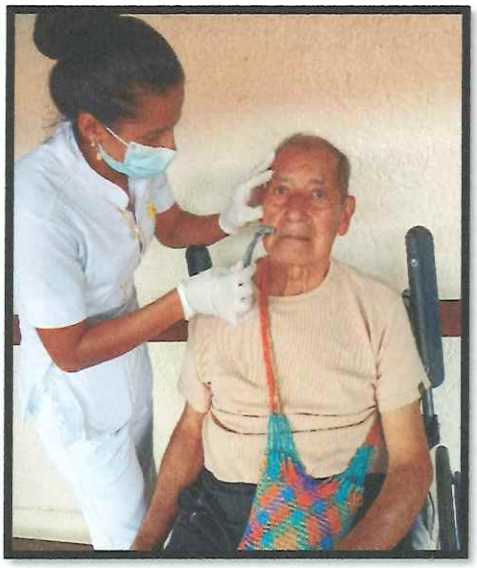
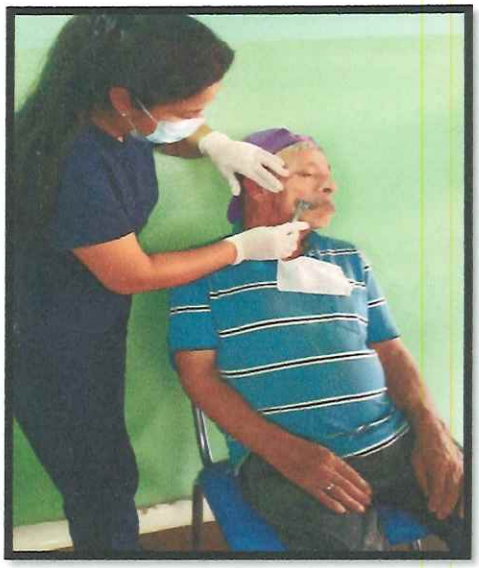


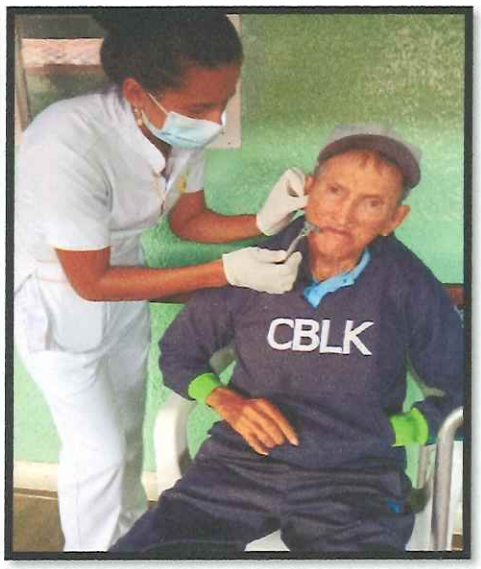


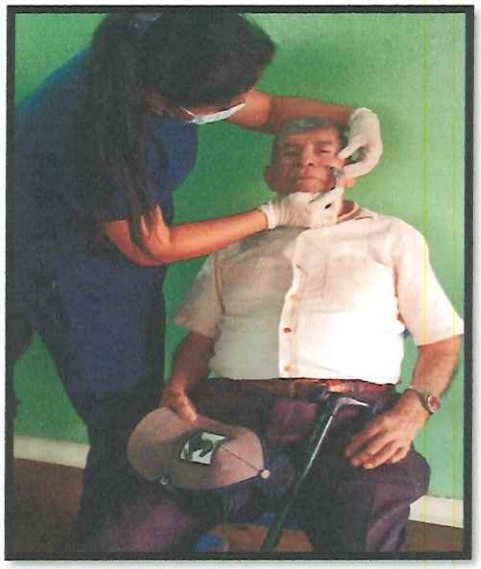
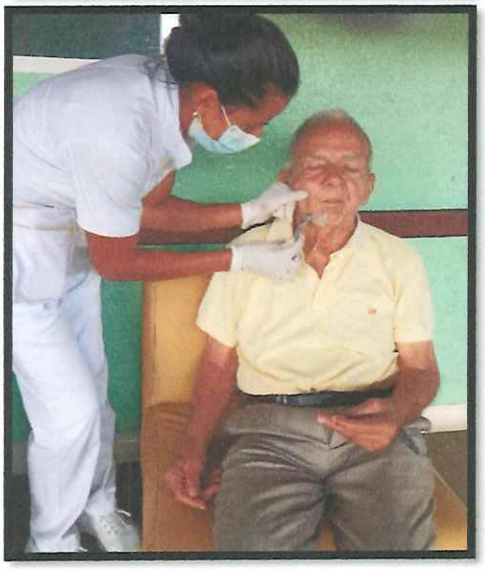


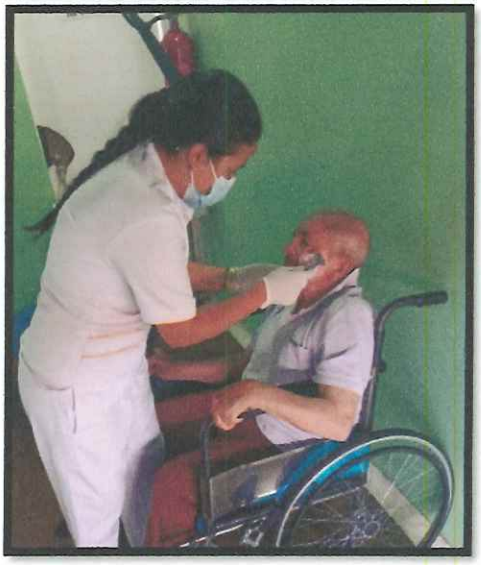


AFEITADA

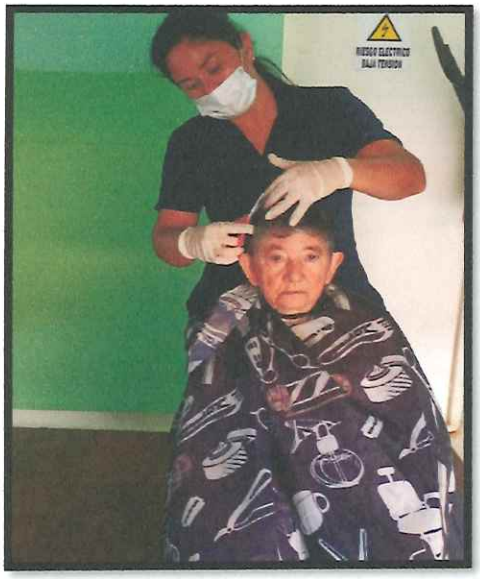






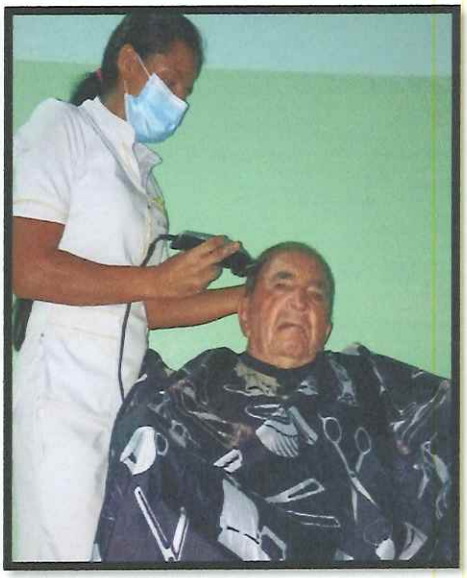





CORTE DE PELO

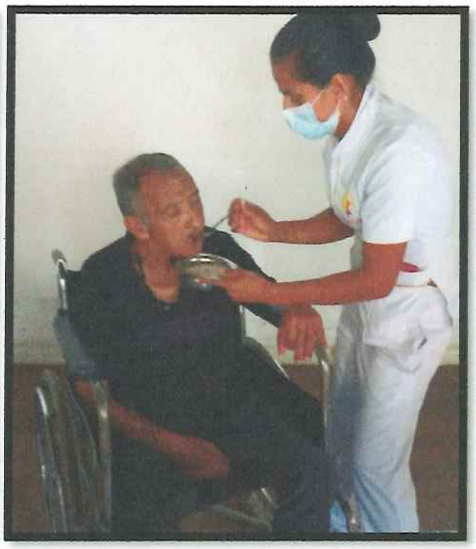




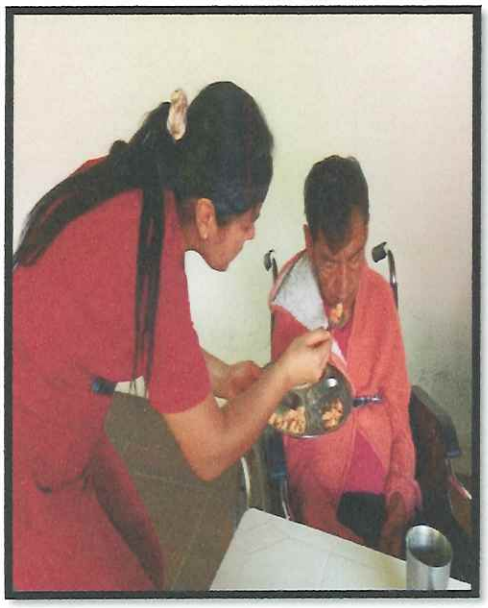



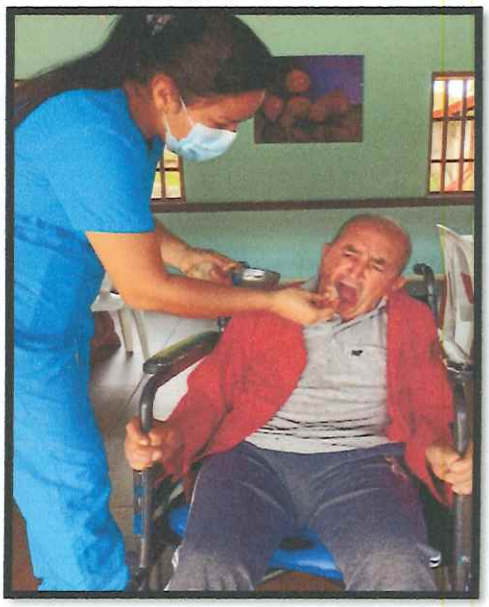



ASISTENCIA ALIMENTICIA



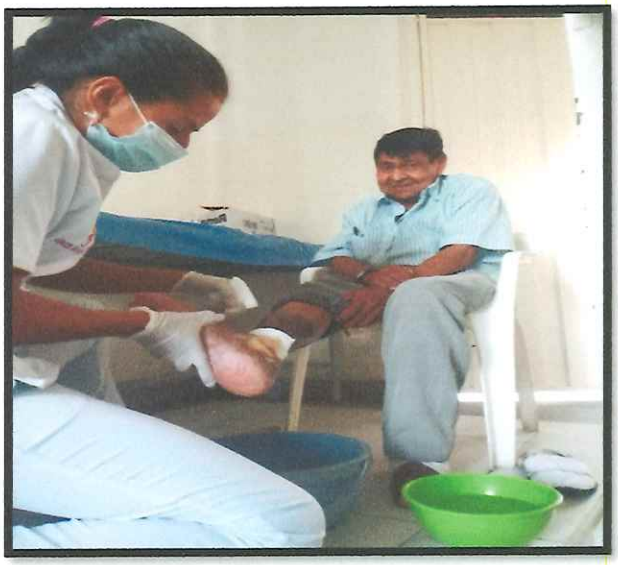


ARREGLO DE UNIDAD



CURACIONES













INFORME

ACTIVIDAD

AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN

POBLACIÓN OBJETO: Adultos Mayores Municipio de Charalá

POBLACIÓN ATENDIDA: 35 Adultos Mayores

LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Centro de Bienestar C.B.A.

DIAS DE ANTENCION: 39 Días

TIEMPO DE SERVICIO: Correspondiente del 11 noviembre al 19 diciembre de 2025.

CONVENIO DE ASOCIACION 211 -2025.

OBJETIVO:

Garantizar la limpieza, higiene y mantenimiento de las instalaciones de la Fundación y de las áreas asignadas, contribuyendo a un ambiente seguro y saludable para los Adultos Mayores, los visitantes y el personal que allí labora.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS Y RESPONSABILIDADES:

1. Limpieza y desinfección de áreas y superficies.
2. Mantenimiento de la higiene y organización de áreas comunes.

3. Recolección y disposición de residuos.
4. Limpieza de equipo y mobiliario.
5. Cumplimiento de normas y protocolos de higiene y seguridad.
6. Lavado y desinfección de ropa.
7. Informar sobre necesidades de mantenimiento y reparaciones.

BENEFICIOS:

- ✓ Reducción de costos por enfermedades y ausentismo.
- ✓ Ahorro en gastos de limpieza y mantenimiento.
- ✓ Mejora de la productividad y eficiencia del personal.
- ✓ Incremento de la satisfacción del cliente/paciente.
- ✓ Cumplimiento de estándares de calidad y seguridad.
- ✓ Reducción del riesgo de accidentes y incidentes.
- ✓ Mejora de la atención y cuidado del Adulto Mayor
- ✓ Incremento de la eficacia de los procesos y procedimientos.
- ✓ Mejora de la gestión de riesgos y emergencias.
- ✓ EL Aseo tiene un impacto positivo en la operación, imagen y reputación de la institución.

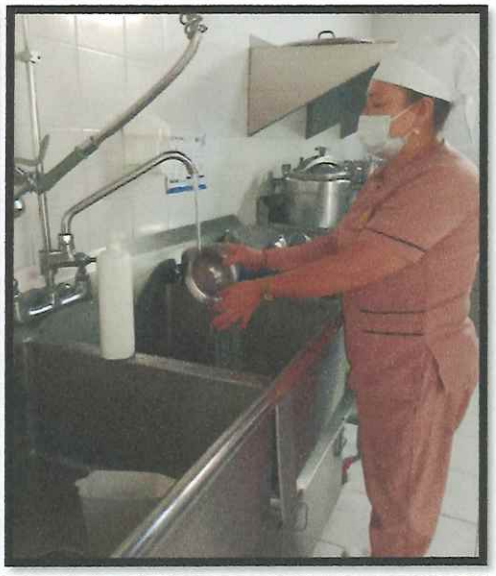
RESPONSABLE:

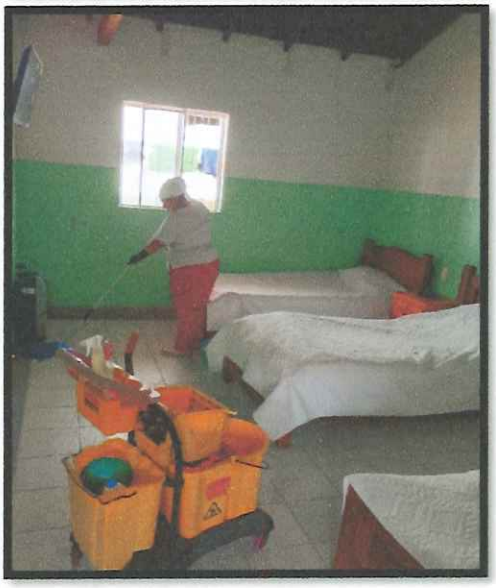
Myriam Tabares Meza

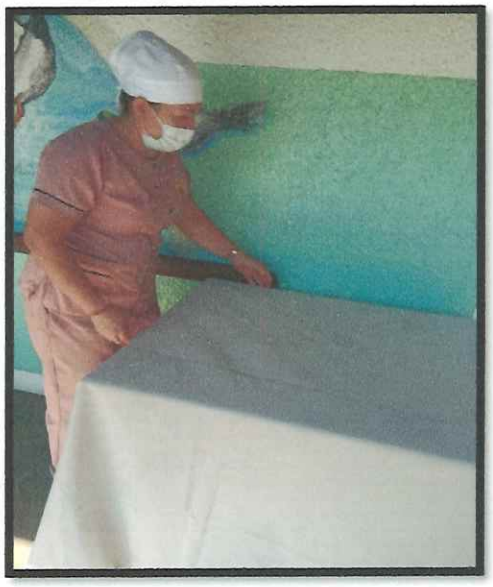
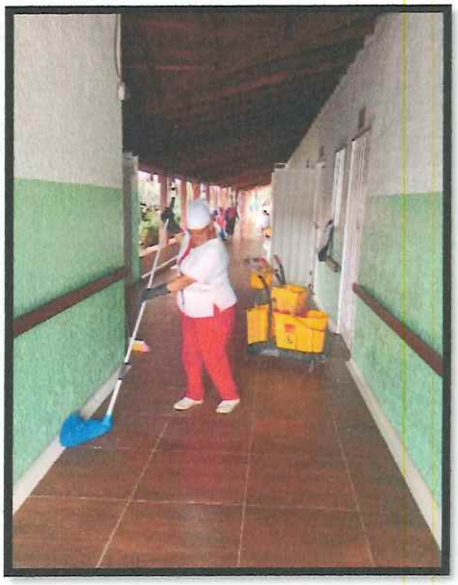
MIRYAM TABARES MEZA

Auxiliar de Servicios Generales

SERVICIO GENERALES TIEMPO COMPLETO

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN

NIT. 890.205.168-9

ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA

INTRODUCCIÓN

El presente informe detalla las actividades desarrolladas en el *Centro Vida* Rayos de Esperanza desde el área de psicología, enfocadas en la atención integral de los adultos mayores.
El envejecimiento es una etapa natural del ciclo vital que conlleva una serie de desafíos emocionales, cognitivos y sociales. Desde esta perspectiva, el trabajo psicológico busca promover el bienestar emocional, fortalecer las habilidades cognitivas y favorecer la integración social de los participantes. A través de intervenciones grupales e individuales, se han implementado estrategias que fomentan la autoestima, el manejo de emociones, la estimulación cognitiva y la creación de redes de apoyo, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los adultos mayores y potenciar su sentido de pertenencia y autonomía en esta etapa.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

Presentar el respectivo informe de las actividades desarrolladas dando cumplimiento a los lineamientos técnicos y operativos requeridos por el área de psicología con la población beneficiaria, participando activamente durante el mes de junio a julio del año 2025 como profesional encargada del área de psicología en el centro vida Rayos de Esperanza del municipio de Charalá

OBJETIVOS ESPECIFICOS.

- Brindar espacios para todos los asistentes con el fin de compartir momentos de integración donde se refleje la unión y el trabajo en equipo.
- Desarrollar oportuna y adecuadamente los encuentros grupales con todas las actividades asignadas y planeadas a ejecutar.
- Cultivar acciones positivas que se puedan poner en práctica entre cada uno de los asistentes.

OBJETIVO GENERAL:

Brindar un espacio individual de acompañamiento psicológico a los participantes, permitiendo conocer aspectos personales, emocionales y familiares relevantes, con el fin de ofrecer recomendaciones orientadas al bienestar integral y favorecer procesos de escucha, comprensión y apoyo personalizado.

Desarrollo de la actividad:

1. La actividad se desarrolló en modalidad individual, garantizando un espacio privado, tranquilo y respetuoso para cada uno de los asistentes. El objetivo fue generar un momento de escucha activa,

contención emocional y orientación personalizada, facilitado por la profesional del área psicosocial.

Cada encuentro tuvo una duración que fuese significativa para cada persona, enfocándose en indagar aspectos relevantes de la vida del participante, como:

- Estado emocional general.
- Relaciones familiares y sociales.
- Actividades cotidianas y nivel de satisfacción personal.
- Situaciones o preocupaciones actuales.
- Recursos personales y necesidades sentidas.

2. A través de preguntas abiertas, observación del lenguaje verbal y no verbal, y un enfoque centrado en la persona, se buscó generar confianza y apertura, sin invadir, pero sí permitiendo que cada adulto mayor se sintiera escuchado, comprendido y acompañado.

3. Con base en lo compartido por cada persona, se realizaron recomendaciones puntuales orientadas al fortalecimiento emocional, la resolución de conflictos, el mejoramiento de su calidad de vida o la derivación a otros servicios si se identificaban necesidades particulares (como atención médica, apoyo familiar, seguimiento psicológico más profundo, etc.).

4. Este tipo de intervención no solo favorece el abordaje individualizado, sino que también permite identificar patrones o situaciones comunes dentro del grupo, lo cual aporta elementos claves para diseñar futuras actividades grupales con mayor pertinencia y enfoque. La orientación psicológica se convierte así en una herramienta de cuidado emocional, prevención de problemáticas mayores y promoción del bienestar, especialmente importante en la etapa de adultez mayor, donde muchas veces las personas cargan con historias personales profundas que no han tenido espacio para ser expresadas o acompañadas.

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR
EL EDEN
NIT. 890.205.168-9

RELACIÓN ADULTOS MAYORES ATENDIDOS

22 DE NOVIEMBRE DEL 2025	ALFREDO LANCHEROS
	ANA ADELINA RANGEL MONSALVE
	ANA DOLORES RODRIGUEZ
29 DE NOVIEMBRE DEL 2025	ANTONIO MARIA GOMEZ PORRAS
	ARCADIO BAUTISTA LÓPEZ
	DANIEL DUEÑAS CASTRO
06 DE DICIEMBRE DEL 2025	EDUVIGIS BARÓN DE CASTILLO
	GENARO MAYORGA
	JOSÉ ANTONIO GALLO ROJAS
13 DE DICIEMBRE DEL 2025	LUIS ALEJANDRO CHACÓN MALDONADO
	LUIS ALEJANDRO SILVA
	MIGUEL ANTONIO FONSECA CASTRO
	PABLO ANTONIO PINTO

SANDRA LILIANA CASTRO PACHÓN
PSICÓLOGA
TP: 127022

FUNDACIÓN HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDÉN MODALIDAD, CENTRO DE BIENESTAR DEL ADULTO MAYOR – "CBA"

INFORME DE ATENCIÓN RECREATIVA, ACTIVIDADES FISICAS Y DE INTERACCIÓN SOCIAL USUARIOS "CBA" DEL MUNICIPIO DE CHARALÁ

PROFESIONAL RESPONSABLE:
LILIANA AMPARO GÓMEZ GUTIÉRREZ
FISIOTERAPEUTA.

MUNICIPIO DE CHARALÁ
NOVIEMBRE DE 2.025

1. INTRODUCCIÓN

El presente informe describe las acciones desarrolladas en el marco del ítem "Atención recreativa y cultural, actividades físicas y de interacción social" en el Centro de Bienestar del Adulto Mayor (CBA – El Edén).

Estas actividades fueron diseñadas y ejecutadas con el propósito de promover el envejecimiento activo, fortalecer la funcionalidad física y favorecer la interacción social de las personas adultas mayores, a través de estrategias dinámicas, participativas y adaptadas a sus capacidades.

La intervención se fundamenta en el enfoque fisioterapéutico, integrando el movimiento corporal, la estimulación neuromotora y los espacios de participación grupal como herramientas para mejorar la calidad de vida de esta población.

2. MARCO CONCEPTUAL

La atención integral al adulto mayor contempla la implementación de actividades recreativas, físicas y sociales que permitan mantener y mejorar las capacidades funcionales, cognitivas y emocionales durante el proceso de envejecimiento.

La actividad física terapéutica constituye un componente esencial para prevenir el deterioro funcional, favorecer la movilidad, el equilibrio y la coordinación, y reducir el riesgo de dependencia. Desde la fisioterapia, las actividades físicas en el adulto mayor se orientan al fortalecimiento muscular, la movilidad articular, la activación neurológica y el control postural, integrando dinámicas lúdicas y recreativas que facilitan la adherencia y la participación activa. De igual manera, la interacción social cumple un papel fundamental en el bienestar emocional, la autoestima y la integración comunitaria, aspectos indispensables para un envejecimiento saludable y digno.

3. OBJETIVO GENERAL

Promover el bienestar integral, la funcionalidad física y la interacción social de los adultos mayores del Centro de Bienestar del Adulto Mayor (CBA – El Edén), mediante la implementación de actividades recreativas, culturales y físicas con enfoque terapéutico.

4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Estimular la movilidad, la fuerza y la coordinación motora de los adultos mayores.
- Favorecer el equilibrio, el control postural y la funcionalidad durante actividades físicas adaptadas.
- Potenciar la activación neuromotora y cognitiva a través de dinámicas recreativas.
- Fortalecer la interacción social, la comunicación y el trabajo grupal entre los participantes.
- Contribuir al bienestar emocional y a la participación activa dentro del entorno institucional.

5. JUSTIFICACIÓN

La ejecución de actividades recreativas, físicas y de interacción social en el Centro de Bienestar del Adulto Mayor (CBA – El Edén) responde a la necesidad de atender de manera integral a la población adulta mayor, promoviendo su autonomía, funcionalidad y calidad de vida.

Estas acciones permiten prevenir el deterioro físico y neurológico asociado al envejecimiento, disminuir el riesgo de caídas y fomentar la participación social, fortaleciendo la autoestima, la motivación y el sentido de pertenencia de los usuarios dentro del centro.

6. CONTEXTO INSTITUCIONAL

El Centro de Bienestar del Adulto Mayor (CBA – El Edén) es una institución orientada a la atención integral de la población adulta mayor, mediante programas y actividades que promueven la salud, el bienestar y la inclusión social.

Dentro de este contexto, el desarrollo de actividades recreativas, culturales, físicas y de interacción social hace parte de las estrategias institucionales encaminadas a garantizar un envejecimiento activo, participativo y con enfoque de derechos.

7. DESCRIPCIÓN GENERAL DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS

Las actividades desarrolladas en el marco de este ítem se caracterizaron por ser dinámicas, participativas y adaptadas a las condiciones funcionales de los adultos mayores.

Se implementaron ejercicios físicos terapéuticos, juegos motores y dinámicas grupales que estimularon la movilidad, la coordinación, el equilibrio y la activación neuromotora, integrando espacios de interacción social y recreación.

Cada actividad fue dirigida y supervisada por el profesional de fisioterapia, garantizando la seguridad, el respeto por los ritmos individuales y la correcta ejecución de los movimientos, promoviendo así la participación activa y el bienestar integral de los usuarios.

8. FICHAS TÉCNICAS DE LAS ACTIVIDADES

FICHA TÉCNICA

"EJERCICIOS FUNCIONALES CON PELOTAS LIVIANAS DE COLORES"

1. **Fecha de realización:**

Noviembre: 26 de 2.025

2. **Lugar:**

- Instalaciones del Centro de Bienestar del Adulto Mayor El Edén

3. **Profesional responsable:** Fisioterapeuta, Dra. Liliana Amparo Gómez Gutiérrez con T.P 02416-99.

4. **Descripción de la actividad:**

La actividad física terapéutica se desarrolló con adultos mayores del Centro de Bienestar del Adulto Mayor (CBA), utilizando pelotas plásticas livianas de colores como elemento principal.

La sesión inició con un calentamiento dirigido por la profesional en fisioterapia, enfocado en la movilidad articular del cuello y en movilizaciones generales, con el fin de preparar al cuerpo para las actividades posteriores y prevenir lesiones.

Posteriormente, a cada adulto mayor se le entregó una pelota plástica liviana, la cual fue utilizada para realizar ejercicios dirigidos que promovieron el movimiento activo de miembros superiores, la coordinación y la participación funcional, adaptados a las capacidades funcionales individuales de los participantes.

A continuación, los adultos mayores se organizaron en parejas, ubicándose frente a frente. La mayoría de los participantes se encontraban en silla de ruedas, por lo que la dinámica fue adaptada a esta condición. En esta fase, los participantes realizaron lanzamientos suaves de la pelota del uno al otro, favoreciendo la interacción social, la coordinación óculo-manual y la movilidad activa de los brazos.

Finalmente, los adultos mayores se organizaron en círculo en un patio, y en el centro del círculo se ubicó una canasta; el reto consistía en que cada adulto mayor desde sus

respectivos lugares debía lanzar la pelota con el objetivo de que esta cayera dentro de la canasta.

Esta dinámica permitió trabajar la precisión, el control del movimiento, la atención y la participación grupal, promoviendo un ambiente lúdico y motivador.

5. Objetivo general

Promover la movilidad funcional, la coordinación y la participación activa de los adultos mayores mediante ejercicios terapéuticos con pelotas, favoreciendo el bienestar físico y la interacción social.

6. Objetivos específicos

- Estimular la movilidad articular y muscular de los miembros superiores.
- Favorecer la coordinación óculo-manual a través de ejercicios de lanzamiento y recepción.
- Promover la interacción social y el trabajo en pareja y en grupo.
- Incentivar la participación activa y el disfrute de la actividad física en un entorno seguro.

7. Población beneficiada

Adultos mayores del Municipio de Charalá, usuarios del Centro de Bienestar del Adulto Mayor (CBA) El Edén.

8. Metodología

La actividad se desarrolló de manera grupal y participativa, iniciando con un calentamiento dirigido para la preparación corporal.

Posteriormente, se realizaron ejercicios individuales con pelota, seguidos de dinámicas en parejas y una actividad grupal en círculo. Todas las actividades fueron adaptadas a las capacidades funcionales de los adultos mayores, priorizando la seguridad, la motivación y la participación activa durante toda la sesión.

9. Recursos materiales

- Pelotas plásticas livianas de colores

- Canasta o cesta
- Sillas de ruedas
- Sillas plásticas
- Espacio amplio (patio del CBA)

10. Resultados esperados

- Mejora en la movilidad y control de los movimientos de miembros superiores.
- Incremento de la coordinación y la atención durante la actividad.
- Fortalecimiento de la interacción social y el trabajo en grupo.
- Mayor motivación y participación en actividades físicas terapéuticas.

11. Evidencias fotográficas:





















Profesional Responsable:

Dra. Liliana A. Gómez Gutiérrez
Fisioterapeuta, Esp. en SST. T.P. 02416-99

FICHA TÉCNICA

"EJERCICIOS FUNCIONALES, DE COORDINACIÓN Y PRECISIÓN CON AROS PALSTICOS DE COLORES"

1. **Fecha de realización:**

Diciembre: 3 de 2.025

2. **Lugar:**

- Instalaciones del Centro de Bienestar del Adulto Mayor El Edén

3. **Profesional responsable:** Fisioterapeuta, Dra. Liliana Amparo Gómez Gutiérrez con T.P 02416-99.

4. **Descripción de la actividad:**

La actividad física terapéutica se desarrolló con los adultos mayores del Centro de Bienestar del Adulto Mayor (CBA) El Edén, utilizando aros plásticos y elementos de apoyo como material principal. La sesión inició con un calentamiento previo dirigido por la profesional en fisioterapia, enfocado en la movilidad articular general y específicamente en la preparación de los miembros superiores, con el objetivo de acondicionar el cuerpo para las actividades funcionales a desarrollar.

Posteriormente, a cada adulto mayor se le entregó un aro plástico, con el cual se llevó a cabo la primera fase de ejercicios funcionales. En esta etapa se realizaron movimientos orientados a la movilidad de los miembros superiores, la manipulación del aro en diferentes direcciones y ejercicios de soltar y volver a tomar el aro, promoviendo el control del movimiento, la coordinación y la destreza manual.

En la segunda dinámica se utilizó un flotador tubular de espuma (Se usa para aprendices de Natación), empleado comúnmente en actividades de natación, al cual se introdujeron seis aros plásticos.

Los aros se ubicaron inicialmente en un extremo y cada adulto mayor, desde su silla de ruedas, en posición sentada o de pie según su capacidad funcional, debía transportar los aros de uno en uno hacia el lado contrario.

Una vez completado el traslado, debía realizar el recorrido inverso regresando nuevamente los aros hasta el punto inicial. Esta dinámica permitió trabajar la movilidad funcional, la coordinación y la atención sostenida.

Como tercera dinámica, los adultos mayores se organizaron en círculo dentro del área de trabajo. A cada participante se le entregó un aro plástico, el cual debía lanzar de manera dirigida hacia el centro del círculo. En el centro se ubicó una cesta o caneca plástica colocada boca abajo, formando una estructura similar a un cono grande y estable. El objetivo de esta actividad fue que el aro lograra encajar sobre la cesta, adaptando la distancia y la posición de ejecución según la capacidad funcional del adulto mayor.

Finalmente, se desarrolló una cuarta dinámica en la cual se colocó un aro frente a cada adulto mayor. A cada participante se le entregó un palo de escoba, con el cual debía desplazar el aro realizando movimientos de derecha a izquierda y de izquierda a derecha.

Los movimientos se ejecutaron primero con el miembro superior derecho y posteriormente con el miembro superior izquierdo, favoreciendo la movilidad unilateral, el control del movimiento y la coordinación.

5. Objetivo general

Promover la movilidad funcional, la coordinación, la precisión y el control de los movimientos de los miembros superiores en los adultos mayores, mediante ejercicios terapéuticos con aros adaptados a sus capacidades funcionales.

6. Objetivos específicos

- Estimular la movilidad articular y muscular de los miembros superiores.
- Favorecer la coordinación óculo-manual y la destreza en la manipulación de objetos.
- Fortalecer la precisión y el control del movimiento a través de actividades de lanzamiento dirigidas.
- Promover la atención, la participación activa y el trabajo grupal.
- Adaptar la actividad física a las capacidades funcionales individuales de los adultos mayores.

7. Población beneficiada

Adultos mayores del Municipio de Charalá, usuarios del Centro de Bienestar del Adulto Mayor (CBA) El Edén.

8. Metodología

La actividad se desarrolló de manera grupal y dirigida, así:

a) PRIMERA PARTE: CALENTAMIENTO PREVIO

La sesión inició con un calentamiento dirigido por la profesional en fisioterapia, enfocado en la movilidad articular general y específicamente en la preparación de los miembros superiores. Se realizaron movimientos suaves y controlados, adaptados a las capacidades funcionales de los adultos mayores, con el fin de acondicionar el cuerpo y prevenir lesiones.

b) SEGUNDA PARTE: EJERCICIOS FUNCIONALES CON ARO (MANIPULACIÓN)

A cada adulto mayor se le entregó un aro plástico, con el cual se realizaron ejercicios funcionales orientados a la movilidad de los miembros superiores. Se trabajó la manipulación del aro en diferentes direcciones, así como ejercicios de soltar y volver a tomar el aro, favoreciendo el control del movimiento, la coordinación y la destreza manual.

c) TERCERA PARTE: TRANSPORTE DE AROS CON FLOTADOR DE ESPUMA

Se utilizó un flotador tubular de espuma (de uso en natación), en el cual se introdujeron seis aros plásticos. Los adultos mayores, desde su silla de ruedas, en posición sentada o de pie según su capacidad funcional, debían transportar los aros de uno en uno desde un extremo hasta el lado contrario y posteriormente realizar el recorrido inverso. Esta dinámica permitió trabajar la movilidad funcional, la coordinación y la atención sostenida.

d) CUARTA PARTE: LANZAMIENTO DE AROS A LA CESTA

Los adultos mayores se organizaron en círculo dentro del área de trabajo. En el centro se ubicó una cesta o caneca plástica colocada boca abajo, formando una estructura similar a un cono. Cada participante debía lanzar el aro de manera dirigida con el objetivo de encajarlo sobre la cesta, adaptando la distancia y la posición de ejecución según su capacidad funcional, favoreciendo la precisión y el control del movimiento.

e) QUINTA PARTE: DESPLAZAMIENTO DEL ARO CON PALO DE ESCOBA

Se colocó un aro frente a cada adulto mayor y se entregó un palo de escoba. El participante debía desplazar el aro realizando movimientos de derecha a izquierda y de izquierda a derecha, ejecutando los movimientos primero con el miembro superior derecho y posteriormente con el izquierdo, promoviendo la movilidad unilateral, la coordinación y el control del movimiento.

9. Recursos materiales

- Aros plásticos
- Flotador Tubular de espuma
- Palos de escoba
- Cesta o caneca plástica
- Sillas de ruedas
- Sillas plásticas
- Espacio amplio y seguro

10. Resultados esperados

- Mejora en la movilidad y control de los miembros superiores.
- Incremento de la coordinación, la precisión y la destreza manual.
- Mayor atención y participación durante la actividad física terapéutica.
- Fortalecimiento de la funcionalidad en actividades de la vida diaria.

11. Evidencias fotográficas:

















Profesional Responsable:

Dra. Liliana A. Gómez Gutiérrez
Fisioterapeuta, Esp. en SST. T.P. 02416-99

FICHA TÉCNICA

"TRABAJO FUNCIONAL CON FITBALL Y BALÓN DE BALONCESTO"

1. Fecha de realización:

Diciembre: 10 de 2.025

2. Lugar:

- Instalaciones del Centro de Bienestar del Adulto Mayor El Edén

3. Profesional responsable: Fisioterapeuta, Dra. Liliana Amparo Gómez Gutiérrez con T.P 02416-99.

4. Descripción de la actividad:

La actividad se desarrolló con los adultos mayores residentes del Centro de Bienestar del Adulto Mayor (CBA) El Edén, quienes permanecen de manera permanente en la institución y presentan, en su mayoría, con alteraciones en la movilidad y la funcionalidad.

En esta sesión, se introdujo nuevos elementos: el fitball (balón terapéutico) y el balón de baloncesto, con el propósito de favorecer la familiarización, el reconocimiento y el uso funcional de diferentes tipos de balones.

Durante la sesión, se explicó a los participantes que el balón de baloncesto ha sido diseñado principalmente para la práctica deportiva, caracterizándose por su mayor rigidez y peso, lo cual exige mayor control y cuidado durante su manipulación.

Por su parte, el fitball fue presentado como un elemento diseñado con enfoque terapéutico y de rehabilitación, utilizado frecuentemente en fisioterapia para trabajar movilidad, fuerza, equilibrio, coordinación y control postural de manera segura.

5. Objetivo general

Estimular la movilidad articular, la fuerza muscular y la coordinación de los adultos mayores institucionalizados mediante ejercicios terapéuticos con balón, adaptados a sus capacidades físicas.

6. Objetivos específicos

- Activar la musculatura global mediante ejercicios de calentamiento.
- Mejorar la amplitud del movimiento articular de miembros superiores e inferiores.
- Favorecer la coordinación óculo-manual y bilateral.
- Fortalecer el control postural y la funcionalidad en posición sedente.
- Promover la participación activa, la confianza y la integración grupal.

7. Población beneficiada

Adultos mayores del Centro de Bienestar del Adulto Mayor El Edén (C.B.A.).

8. Metodología

A) PRIMERA ETAPA: CALENTAMIENTO GENERAL

Los adultos mayores se ubicaron en círculo dentro del salón donde se realizó la sesión. Se llevó a cabo un calentamiento general en posición sedente, enfocado en la activación muscular y la preparación articular para el desarrollo de las dinámicas posteriores.

B) SEGUNDA ETAPA: ACTIVIDADES CON FITBALL (BALÓN TERAPÉUTICO)

- **Familiarización y reconocimiento del fitball**

El fitball se pasó de mano en mano entre los participantes para que reconocieran su tamaño, peso y textura, resaltando que es un balón liviano y seguro, lo cual generó confianza en su uso.

- **Elevación de brazos con fitball**

Cada adulto mayor sostuvo el fitball y elevó los brazos llevando el balón lo más alto posible según su capacidad, descendiendo luego de manera controlada. Este ejercicio permitió activar la musculatura de miembros superiores, mejorar la amplitud del movimiento articular de hombros y fortalecer la función.

- **Movilidad de tronco con apoyo en fitball**

Con el fitball ubicado al frente, los participantes colocaron ambas manos sobre el balón y realizaban flexión de tronco hacia adelante, regresando posteriormente a la posición inicial, favoreciendo la movilidad de columna y el control postural.

- **Empuje cooperativo con fitball**

El fitball fue empujado con ambas manos hacia el compañero ubicado al frente, promoviendo la coordinación, la fuerza funcional leve y el trabajo cooperativo, y su compañero al recibirlo debía regresarlo de la misma manera (empuje manual).

- **Trabajo funcional de miembros inferiores en sedente con fitball**

Con el adulto mayor en posición sedente y el fitball al frente, se indicó elevar primero el pie derecho y colocarlo sobre el balón, regresarlo al suelo y luego repetir el ejercicio con el pie izquierdo. Debido a la altura del balón, esta actividad representó un reto funcional orientado a mejorar la movilidad, coordinación y confianza en el movimiento.

C) Tercera etapa: Actividades con balón de baloncesto

- **Reconocimiento del balón de baloncesto**

Se presentó el balón de baloncesto explicando sus características de mayor rigidez y peso, haciendo énfasis en la necesidad de mayor cuidado al recibirlo y lanzarlo para evitar molestias o lesiones.

- **Pases dirigidos individualizados**

Debido a las dificultades de desplazamiento de los adultos mayores, la fisioterapeuta se ubicó frente a cada participante realizando pases directos, los cuales eran devueltos por el adulto mayor, trabajando coordinación óculo-manual, fuerza leve y atención.

- **Ejercicios de pivoteo y coordinación bilateral**

Cada participante realizó ejercicios de pivoteo del balón, primero utilizando una mano de manera individual y posteriormente alternando mano derecha e izquierda, favoreciendo la coordinación bilateral y el control motor.

9. Recursos materiales

- Fitball (balón terapéutico)
- Balón de baloncesto
- Sillas plásticas
- Sillas de Ruedas
- Espacio amplio y seguro

10. Resultados esperados

- Mejora de la movilidad articular de hombros, tronco y miembros inferiores.
- Incremento de la fuerza funcional y del control postural en sedente.

- Aumento de la coordinación óculo-manual y bilateral.
- Mayor confianza en la ejecución de movimientos funcionales.
- Participación activa y motivación durante la actividad.

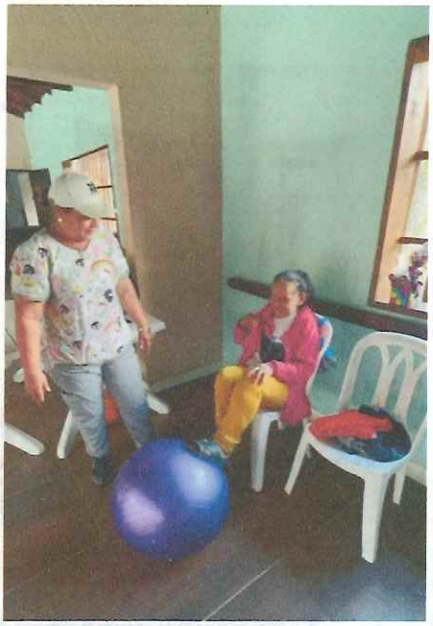
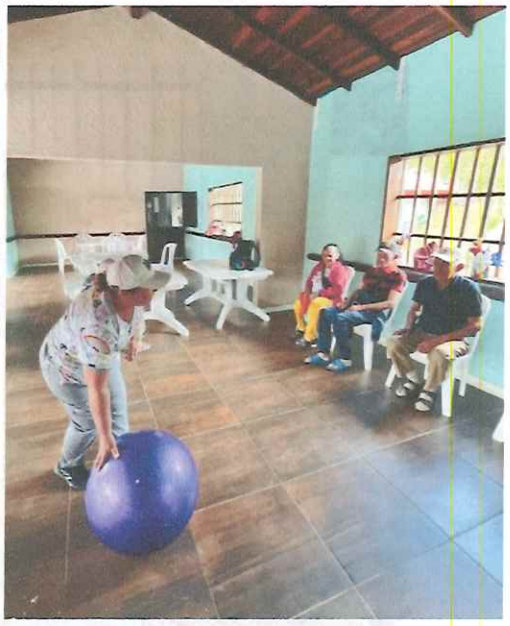
11. Evidencias fotográficas:



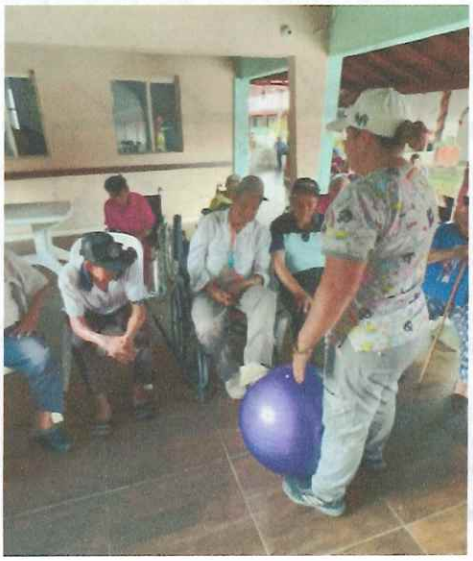


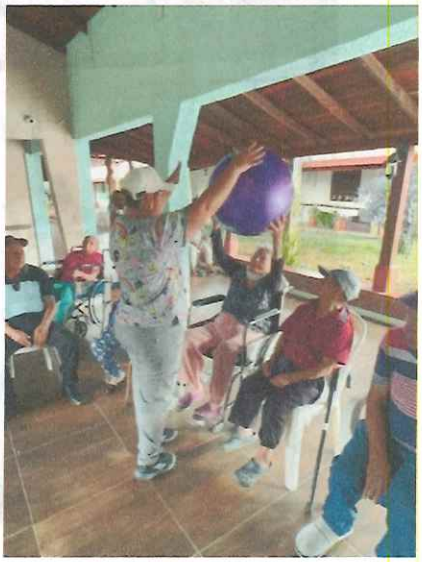














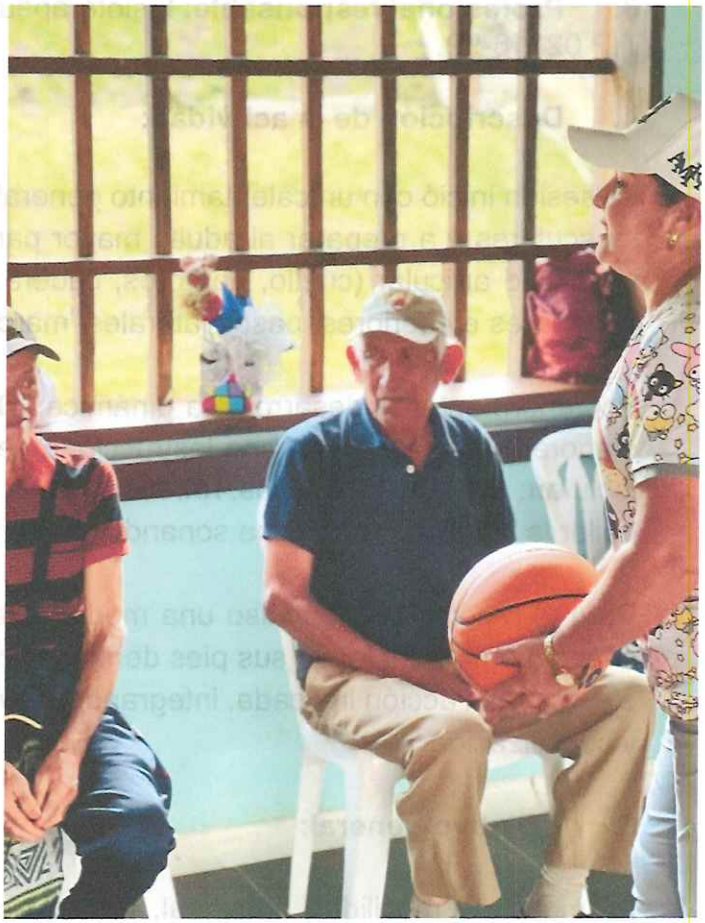












Profesional Responsable:

Dra. Liliana A. Gómez Gutiérrez
Fisioterapeuta, Esp. en SST. T.P. 02416-99

FICHA TÉCNICA
ACTIVIDAD FÍSICA TERAPÉUTICA

"DADO FUNCIONAL "AVANZA Y ACTUA"

1. **Fecha de realización:**

Diciembre: 17 de 2.025

2. **Lugar:**

- Patio Central del Centro Vida El Edén

3. **Profesional responsable:** Fisioterapeuta, Dra. Liliana Amparo Gómez Gutiérrez con T.P 02416-99.

4. **Descripción de la actividad:**

La sesión inició con un calentamiento general dirigido, orientado a activar todos los grupos musculares y a preparar al adulto mayor para el movimiento. Se realizaron ejercicios de movilidad articular (cuello, hombros, cadera, rodillas y tobillos), activación de miembros superiores e inferiores, pasos laterales, marcha suave y ejercicios respiratorios.

Posteriormente se desarrolló la dinámica **"Dado Funcional Activo"**, utilizando un dado elaborado manualmente con instrucciones en cada una de sus caras. Las instrucciones incluían: avanzar tres pasos, retroceder uno, cantar una canción, decir una copla o chiste, bailar la canción que estaba sonando, o avanzar uno o varios aros según indicación.

Para el recorrido se dispuso una media luna de aros, por los cuales cada adulto mayor avanzaba introduciendo sus pies dentro de cada aro. Cada participante lanzaba el dado y ejecutaba la acción indicada, integrando movilidad, equilibrio, coordinación, expresión oral y socialización.

5. **Objetivo general:**

Promover la movilidad funcional, la activación muscular y la integración social de los adultos mayores mediante un calentamiento global y una dinámica participativa guiada por instrucciones aleatorias.

6. Objetivos específicos:

- Estimular la movilidad articular y la activación muscular general.
- Favorecer la coordinación motora y los desplazamientos seguros en línea de aros.
- Potenciar la expresión verbal, la memoria y la creatividad.
- Promover la interacción social y la participación activa dentro del grupo.
- Mejorar el control del movimiento y la conciencia corporal durante las acciones indicadas.

7. Población beneficiada:

Adultos mayores del Centro de Bienestar del Adulto Mayor (CBA) El Edén con diferentes niveles de movilidad, actividad adaptable según capacidad funcional.

8. Metodología:

La sesión inició con un calentamiento global dirigido, en el que se realizaron ejercicios de movilidad articular y activación muscular para preparar al adulto mayor para el movimiento.

Posteriormente, en la fase de desarrollo, los adultos mayores del CBA fueron ubicados en círculo, en posición sedente, la mayoría de ellos en silla de ruedas, garantizando comodidad, seguridad y fácil participación.

En el centro del círculo se ubicó un dado grande, el cual contenía diferentes acciones previamente definidas y adaptadas a las capacidades de los participantes, tales como: silbar, inflar un globo, bailar la canción que estuviera sonando, cantar una canción y decir una copla.

De manera individual, cada adulto mayor lanzaba el dado hacia el centro del círculo desde su posición. Una vez el dado se detenía, el participante debía realizar la acción indicada en la cara visible, respetando su ritmo y capacidades. No era necesario avanzar de puesto ni cambiar de ubicación; la actividad se desarrolló completamente desde la posición sedente. Durante la dinámica, la fisioterapeuta brindó acompañamiento, motivación y apoyo, promoviendo un ambiente participativo y respetuoso.

Esta metodología permitió estimular la atención, la coordinación, la expresión corporal y verbal, la respiración y la interacción social, favoreciendo la participación activa de todos los adultos mayores, independientemente de su nivel de movilidad.

9. Recursos materiales:

- Dado funcional elaborado manualmente.
- Reproductor de sonido.
- Espacio externo amplio y seguro del Centro Vida El Edén.

10. Resultados esperados:

- Incremento de la movilidad general y activación muscular.
- Mejora en el desplazamiento seguro y la coordinación en aros.
- Estimulación de funciones cognitivas mediante instrucciones verbales y creativas.
- Mayor interacción social y participación grupal.
- Elevación del ánimo, motivación y disfrute de la actividad.

11. Evidencias fotográficas:





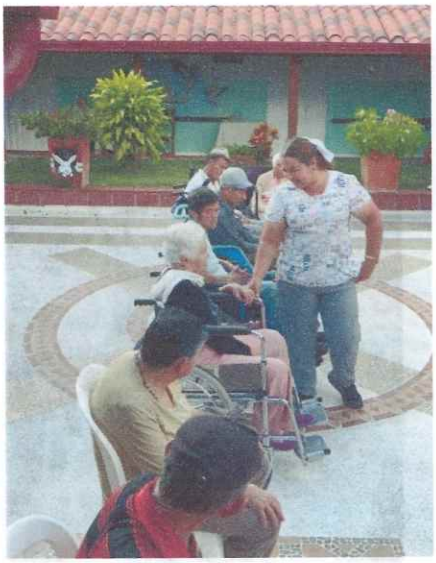










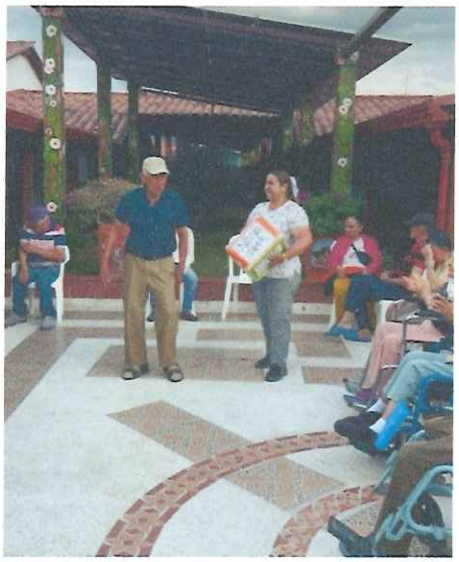





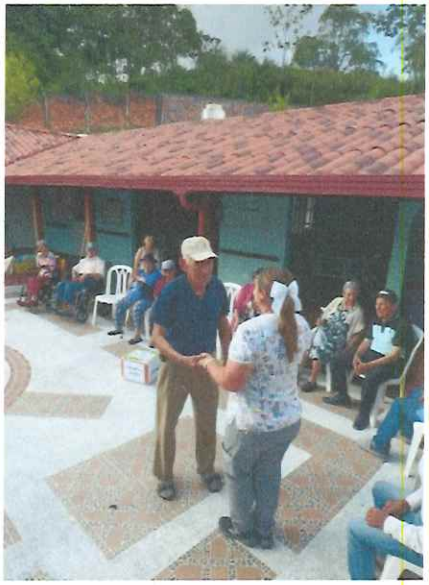











Profesional Responsable:

Dra. Liliana A. Gómez Gutiérrez
Fisioterapeuta, Esp. en SST. T.P. 02416-99

INFORME

ACTIVIDADES COGNITIVAS Y PRODUCTIVAS

POBLACIÓN OBJETIVO: Adultos Mayores Fundación Hogar del Adulto Mayor el Edén.

LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Fundación Hogar del Adulto Mayor El Edén

PERIODO DE LAS ACTIVIDADES: Once (11) de noviembre al diecinueve (19) de diciembre de 2025.

DIAS DE ATENCIÓN: 4 DÍAS

CONVENIO DE ASOCIACION 211 2025

ACTIVIDADES REALIZADAS:

ACTIVIDAD	FECHA	FINALIDAD
1. Actividad de estimulación cognitiva atención	NOVIEMBRE 12 DE 2025	Ejercitar memoria, atención, concentración y razonamiento para prevenir demencias y mantener el cerebro activo.
2. Actividad de estimulación cognitiva "sopa de letras"	NOVIEMBRE 28 DE 2025	Mejorar la memoria, concentración y agilidad mental.
3. Actividad de manualidades "vela"	DICIEMBRE 04 DE 2025	Estimular la motricidad fina, la creatividad y la cognición.
4. Actividad de manualidades "Árbol de navidad"	DICIEMBRE 11 DE 2025	Promover el envejecimiento activo a través de la estimulación cognitiva, física y emocional.

MATERIALES:

- ✓ Espacio libre
- ✓ Mesas- sillas
- ✓ Escarcha
- ✓ Ficha técnica- fotografías
- ✓ Colbón- tijeras
- ✓ Cartón- foamy
- ✓ Pintura - pincel
- ✓ Colores- lápiz

INFORME
ACTIVIDADES COGNITIVAS

POBLACIÓN OBJETIVO: Adultos Mayores Fundación Hogar del Adulto Mayor el Edén.

LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Fundación Hogar del Adulto Mayor El Edén.

OBJETIVO: Mantener las funciones mentales como la memoria, atención y razonamiento, previniendo o retrasando el deterioro cognitivo y mejorando la calidad de vida.

CONVENIO DE ASOCIACION 211 2025

INTRODUCCION

La estimulación cognitiva busca potenciar una mejora en las habilidades cognitivas como velocidad de procesamiento, procesamiento auditivo y visual, memoria de trabajo a largo y corto plazo, lógica, razonamiento y atención. Fomenta la neuroplasticidad al estimular el cerebro para que forme nuevas conexiones neuronales, se preserva la independencia manteniendo la capacidad de realizar actividades diarias y tomar decisiones aumentando la autonomía personal.

1. ACTIVIDAD DE ESTIMULACION COGNITIVA "ATENCION"

FECHA DE LA ACTIVIDAD: Noviembre 12 de 2025

Los ejercicios de atención siguiendo patrones en adultos mayores sirven para ralentizar el deterioro cognitivo, mejorar la concentración, la memoria y la coordinación, fortalecer conexiones neuronales, aumentar la independencia y calidad de vida, y mantener la mente activa y ágil frente al envejecimiento.











2. ACTIVIDAD DE ESTIMULACION COGNITIVA "SOPA DE LETRAS"

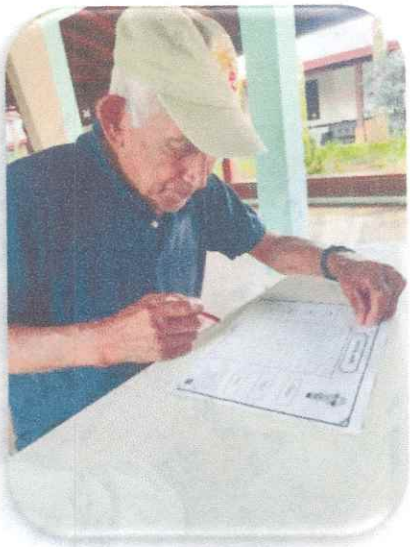
FECHA DE LA ACTIVIDAD: Noviembre 28 de 2025

Las sopas de letras sirven para mantener la mente activa en adultos mayores, mejorando la memoria, concentración y agilidad mental, al tiempo que relajan y estimulan el vocabulario y la percepción, ayudando a prevenir el deterioro cognitivo y ofreciendo una actividad placentera y social.









CONCLUSIONES

Mantener la mente activa previene enfermedades, fortalece la autoestima y facilita la adaptación a los cambios, siendo un componente esencial del envejecimiento saludable.

Estas actividades ayudan a frenar el avance del deterioro cognitivo, perseverando funciones como la memoria, atención y pensamiento crítico.

No solo se beneficia la mente, sino también el bienestar emocional, físico y social, fomentando la autonomía y la independencia para realizar tareas diarias.

RESPONSABLE

Rosa Angélica Polo Sandoval.

ROSA ANGELICA POLO SANDOVAL
PSICÓLOGA
T.P. 276517

INFORME

ACTIVIDADES PRODUCTIVAS

POBLACIÓN OBJETIVO: Adultos Mayores Fundación Hogar del Adulto Mayor el Edén.

LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Fundación Hogar del Adulto Mayor El Edén.

OBJETIVO: Estimular la memoria, la atención, y la concentración, previniendo el deterioro cognitivo, mejorando la resolucion de problemas, potenciando la creatividad y el razonamiento.

CONVENIO DE ASOCIACION 211 2025

INTRODUCCION

Hacer manualidades navideñas con adultos mayores mejora su salud física (motricidad fina, coordinación) y mental (memoria, creatividad, reduce el estrés y ansiedad), combate la soledad, fomenta la socialización y refuerza la autoestima, aportando un sentido de propósito y alegría, y permitiendo reconectar con tradiciones y compartir momentos valiosos con amigos.

3. ACTIVIDAD DE MANUALIDADES "VELAS"

FECHA DE LA ACTIVIDAD: Diciembre 04 de 2025

Elaboración de decoración con escarcha en velas navideñas, con esta actividad se ofrece una experiencia multisensorial y terapéutica que estimula la motricidad fina, la creatividad y la cognición, reduciendo el estrés y mejorando el bienestar emocional a través de la textura y el brillo, promoviendo la socialización y la autoestima al crear algo bonito.











4. ACTIVIDAD DE MANUALIDADES "ARBOL DE NAVIDAD"

FECHA DE LA ACTIVIDAD: Diciembre 11 de 2025

Realización de árbol navideño, esta actividad revive la magia de la navidad, creando recuerdos y un ambiente de esperanza y calidez, mejora la motricidad fina al ejercitar los músculos pequeños de las manos y la coordinación, esencial para la independencia diaria.









CONCLUSIONES

Estas actividades enriquecen su vida diaria promoviendo un envejecimiento activo y feliz, especialmente en una época tan significativa como la navidad.

Se crea una conexión con la navidad, permite revivir y participar en tradiciones, haciendo que ellos se sientan útiles y parte de las celebraciones.

Ayudan a combatir la soledad al fomentar la socialización y se crean espacios de compartir con amigos y fortalecer sus vínculos.

RESPONSABLE

Rosa Angélica Polo Sandoval.

ROSA ANGELICA POLO SANDOVAL
PSICÓLOGA
T.P. 276517

INFORME

ATENCION PRIMARIA EN SALUD SERVICIOS DE PROMOCION Y PREVENCIÓN

ENFERMERÍA TURNO NOCTURNO

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN

POBLACIÓN OBJETO: Adultos Mayores Municipio de Charalá

POBLACIÓN ATENDIDA: 35 Adultos Mayores

LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Centro de Bienestar C.B.A.

DIAS DE ANTENCION: 39 Días

TIEMPO DE SERVICIO: Correspondiente del 11 noviembre al 19 diciembre de 2025.

CONVENIO DE ASOCIACION 211 -2025.

OBJETIVO:

Garantizar la continuidad de la atención de los Adultos Mayores durante la noche, el personal debe trabajar de forma autónoma, tomar decisiones críticas y mantener la calma en situaciones de estrés.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

1. Vigilancia y monitoreo constante del estado de salud de los pacientes.
2. Administración de medicamentos y tratamientos según sea necesario.
3. Atención a emergencias o complicaciones médicas que puedan surgir durante la noche.
4. Mantenimiento de la higiene y comodidad de los pacientes.
5. Actualización de registros y documentación de cuidados nocturnos.

6. Coordinación con otros profesionales de la salud para garantizar una atención integral.

7. Proporcionar apoyo emocional y psicológico a pacientes y familiares.

8. Realizar procedimientos y técnicas específicas según sea necesario (como cambios de posición, cambio de pañal, etc.).

RESPONSABILIDADES DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA EN TURNO NOCTURNO:

a. Mantener la estabilidad y seguridad de los pacientes.
b. Minimizar los riesgos y complicaciones asociados con la atención nocturna.
c. Fomentar la comunicación efectiva entre el personal de enfermería y otros profesionales de la salud.
d. Asegurar la documentación precisa y actualizada de los cuidados nocturnos.

BENEFICIOS DEL TURNO NOCTURNO:

- ✓ Mejora la atención y cuidado de los pacientes.
- ✓ Reduce los riesgos y complicaciones asociados con la atención nocturna.
- ✓ Fomenta la seguridad y comodidad de los pacientes.
- ✓ Mejora la satisfacción del paciente y su familia.

Luz Fabiola Herrera Reyes.

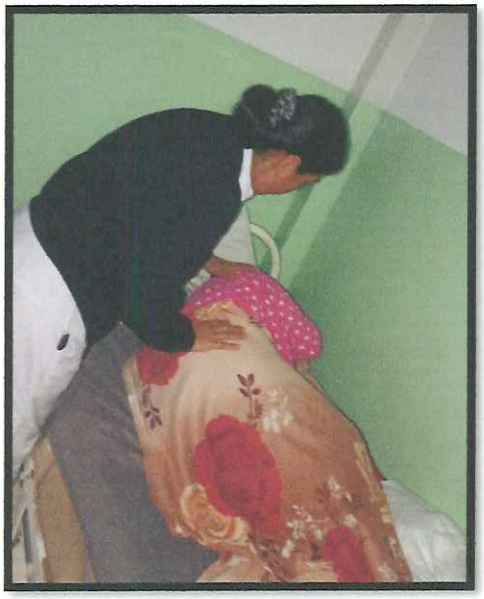
LUZ FABIOLA HERRERA REYES
Auxiliar de Enfermería
TP.008394

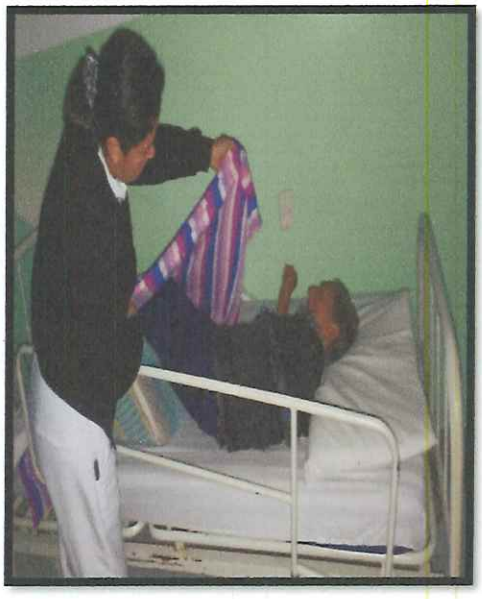
ENFERMERIA NOCTURNA









INFORME

ACTIVIDAD

AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES

MEDIO TIEMPO

FUNDACION HOGAR DEL ADULTO MAYOR EL EDEN

POBLACIÓN OBJETO: Adultos Mayores Municipio de Charalá

POBLACIÓN ATENDIDA: 35 Adultos Mayores

LUGAR DE LA ACTIVIDAD: Centro de Bienestar C.B.A.

DIAS DE ANTENCION: 39 Días

TIEMPO DE SERVICIO: Correspondiente del 11 noviembre al 19 diciembre de 2025.

CONVENIO DE ASOCIACION 211 -2025.

OBJETIVO:

Asegurar la conservación, el aseo y el adecuado mantenimiento de las instalaciones de la Fundación y de las áreas asignadas, favoreciendo un entorno seguro y saludable para los Adultos Mayores, los visitantes y el personal que allí trabaja.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS Y RESPONSABILIDADES:

1. Limpieza y desinfección de áreas y superficies.
2. Mantenimiento de la higiene y organización de áreas comunes.
3. Recolección y disposición de residuos.
4. Limpieza de equipo y mobiliario.
5. Cumplimiento de normas y protocolos de higiene y seguridad.
6. Lavado y desinfección de ropa.
7. Informar sobre necesidades de mantenimiento y reparaciones.

BENEFICIOS:

- ✓ Reducción de costos por enfermedades y ausentismo.
- ✓ Ahorro en gastos de limpieza y mantenimiento.
- ✓ Mejora de la productividad y eficiencia del personal.
- ✓ Incremento de la satisfacción del cliente/paciente.
- ✓ Cumplimiento de estándares de calidad y seguridad.
- ✓ Reducción del riesgo de accidentes y incidentes.
- ✓ Mejora de la atención y cuidado del Adulto Mayor
- ✓ Incremento de la eficacia de los procesos y procedimientos.
- ✓ EL Aseo tiene un impacto positivo en la operación, imagen y reputación de la institución.

RESPONSABLE:

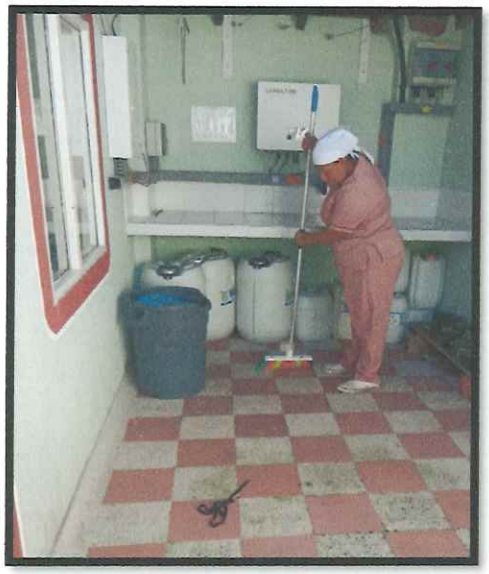
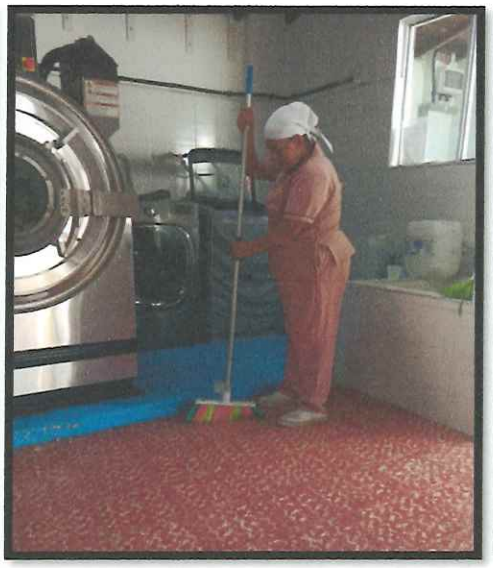
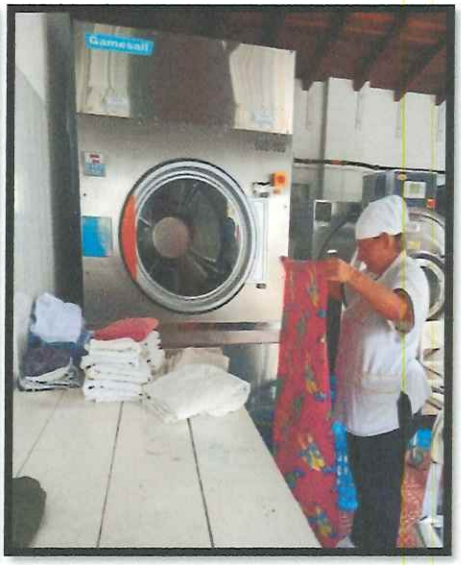
Luz Yaneth Pinzon D.

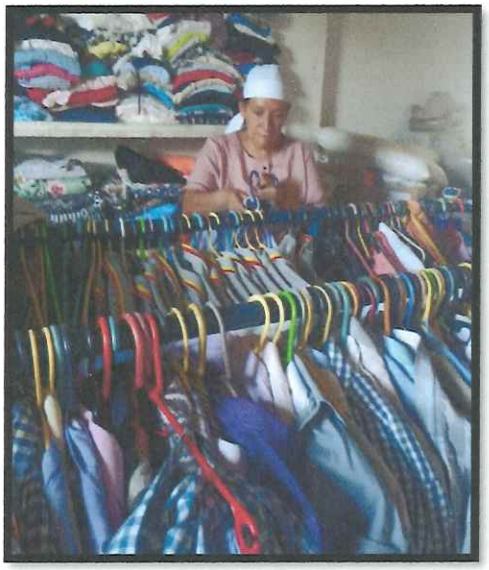
LUZ YANETH PINZON DIAZ

Auxiliar de Servicios Generales

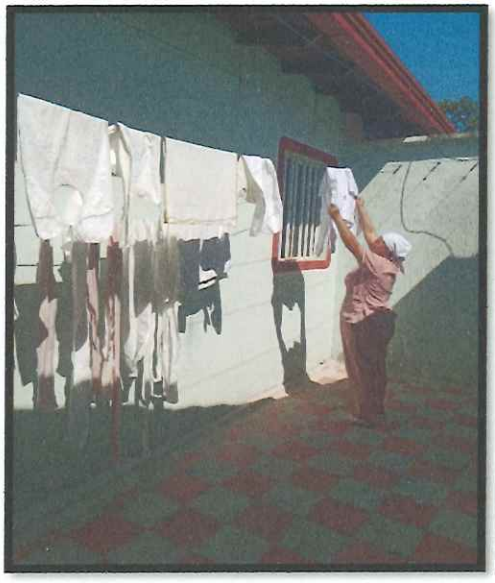
E - MAIL: Fun_hogaradultomayoreleden@hotmail.com
Calle 26 N0. 11 -80 Charalá Santander
Tel: 7258313 - 3144447121

AUXILIAR DE SERVICIOS GENERALES-LAVANDERIA

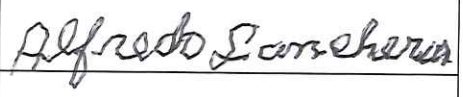






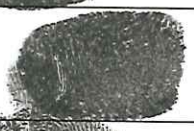
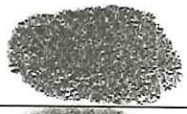
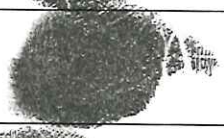
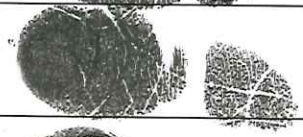





CERTIFICACION DEL LOS SERVICIOS PRESTADOS
ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE BIENESTAR CBA
CORRESPONDIENTE DEL 11 DE NOVIEMBRE AL 19 DICIEMBRE 2025 CONVENIO 211/2025
ATENCION NUTRICIONAL, NUTRICIÓN, APOYO DE ENFERMERIA, SERVICIOS GENERALES, ORIENTACION PSICOLOGICA, ATENCON DEPORTE CULTURA Y RECREACIÓN, ACTIVIDADES COGNITIVAS Y PRODUCTIVAS, AUXILIO EXEQUIAL.

No.	NOMBRE	No. DE DOCUMENTO DE IDENTIFICACION	FIRMA O HUELLA
1	Alfredo Lancheros	5.623.194	
2	Ana Adelina Rangel Monsalve	1.238.139.323	
3	Ana Isabel Gomez Gomez	28.096.534	
4	Ana Dolores Rodriguez	28.377.880	
5	Antonio Maria Gomez Porras	2.045.013	
6	Arcadio Bautista Lopez	5.693.577	
7	Carlos Julio Amaya	5.619.149	
8	Cecilio Diaz Mejia	5.623.841	
9	Celestino Santamaria Buenahora	13.703.865	
10	Daniel Dueñas Castro	2.075.416	
11	Delia Méndez Castro	1.098.407.472	
12	Eduvigis Baron de Castillo	28.096.602	
13	Gabriel Rincón	2.079.598	
14	Genaro Mayorga	5.693.726	

CERTIFICACION DEL LOS SERVICIOS PRESTADOS
ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE BIENESTAR CBA
CORRESPONDIENTE DEL 11 DE NOVIEMBRE AL 19 DICIEMBRE 2025 CONVENIO 211/2025
ATENCION NUTRICIONAL, NUTRICIÓN, APOYO DE ENFERMERIA, SERVICIOS GENERALES, ORIENTACION PSICOLOGICA, ATENCON DEPORTE CULTURA Y RECREACIÓN, ACTIVIDADES COGNITIVAS Y PRODUCTIVAS, AUXILIO EXEQUIAL.

No.	NOMBRE	No. DE DOCUMENTO DE IDENTIFICACION	FIRMA O HUELLA
15	Gilberto Gualdron Cala	2.129.727	
16	Jose Antonio Gallo Rojas	5.624.704	
17	Luis Alejandro Chacon Maldonado	5.623.810	
18	Luis Alejandro Estevez Cespedes	5.624.725	
19	Luis Alejandro Silva	91.211.908	
20	Marco Antonio Pico Parra	5.624.735	
21	Marco Aurelio Luna Mesa	3.654.976	
22	Maria Abigail Amador Rios	28.094.570	
23	Maria Aurora Velasquez de Rojas	28.098.005	
24	María de Jesús Marín	28.095.138	
25	Maria de Jesus Rincon	28.082.325	
26	Maria del Carmen Diaz Estevez	41.488.584	
27	Maria del Rosario Suarez Sepulveda	28.274.605	
28	Maria Eugenia Pico Grass	28.096.537	

CERTIFICACION DEL LOS SERVICIOS PRESTADOS
ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE BIENESTAR CBA
CORRESPONDIENTE DEL 11 DE NOVIEMBRE AL 19 DICIEMBRE 2025 CONVENIO 211/2025
ATENCION NUTRICIONAL, NUTRICIÓN, APOYO DE ENFERMERIA, SERVICIOS GENERALES, ORIENTACION PSICOLOGICA, ATENCON DEPORTE CULTURA Y RECREACIÓN, ACTIVIDADES COGNITIVAS Y PRODUCTIVAS, AUXILIO EXEQUIAL.

No.	NOMBRE	No. DE DOCUMENTO DE IDENTIFICACION	FIRMA O HUELLA
29	Miguel Antonio Fonseca Castro	2.079.225	
30	Monica Saosa de Meza	28.086.061	
31	Rosalbina Higuera Bayona	28.096.310	
32	Pacifico Méndez Grass	5.624.782	
33	Pablo Antonio Pinto	13.643.791	Pablo A Pinto
34	ReimundoCastillo Curubo	2.079.878	
35	Teresa Grass Pico	28.093.663	

MARTHA YOLANDA MURCIA BELTRAN
Directora

LISTADO ADULTOS MAYORES DEL CENTRO DE BIENESTAR CBA

CONVENIO 211 DE 2025

No.	NOMBRE	No. DE DOCUMENTO DE IDENTIFICACION	FECHA DE NACIMIENTO	EDAD	PUNTAJE SISBEN
1	Alfredo Lancheros	5.623.194	18/01/1944	81	B5
2	Ana Adelina Rangel Monsalve	1.238.139.323	8/02/1959	66	LC
3	Ana Isabel Gomez Gomez	28.096.534	27/04/1944	81	A2
4	Ana Dolores Rodriguez	28.377.880	11/09/1947	77	B2
5	Antonio Maria Gomez Porras	2.045.013	21/12/1928	96	B3
6	Arcadio Bautista Lopez	5.693.577	17/01/1956	69	A4
7	Carlos Julio Amaya	5.619.149	3/03/1953	72	B6
8	Cecilio Diaz Mejia	5.623.841	4/11/1946	78	A03
9	Celestino Santamaria Buenahora	13.703.865	31/12/1948	76	LC
10	Daniel Dueñas Castro	2.075.416	14/07/1945	79	C06
11	Delia Méndez Castro	1.098.407.472	8/10/1952	72	LC
12	Eduvigis Baron de Castillo	28.096.602	8/11/1942	82	LC
13	Gabriel Rincón	2.079.598	25/03/1939	86	B1
14	Genaro Mayorga	5.693.726	15/10/1956	68	LC
15	Gilberto Gualdron Cala	2.129.727	18/05/1948	76	B5
16	Jose Antonio Gallo Rojas	5.624.704	7/03/1957	68	B5
17	Luis Alejandro Chacon Maldonado	5.623.810	11/07/1947	78	LC
18	Luis Alejandro Estevez Cespedes	5.624.725	17/01/1953	72	B3
19	Luis Alejandro Silva	91.211.908	30/06/1959	65	B1
20	Marco Antonio Pico Parra	5.624.735	25/05/1950	74	A3
21	Marco Aurelio Luna Mesa	3.654.976	16/01/1939	86	B7
22	Maria Abigail Amador Rios	28.094.570	23/02/1929	96	A5
23	Maria Aurora Velasquez de Rojas	28.098.005	15/03/1945	80	A4
24	María de Jesús Marín	28.095.138	20/12/1937	87	LC
25	Maria de Jesus Rincon	28.082.325	7/07/1926	98	LC
26	Maria del Carmen Diaz Estevez	41.488.584	17/11/1949	75	LC
27	Maria del Rosario Suarez Sepulveda	28.274.605	7/10/1924	100	LC
28	Maria Eugenia Pico Grass	28.096.537	30/05/1937	87	LC
29	Miguel Antonio Fonseca Castro	2.079.225	22/12/1935	89	B4
30	Monica Saosa de meza	28.086.061	12/08/1937	87	A4
31	Rosalbina Higuera Bayona	28.096.310	22/09/1944	80	B3
32	Pacifico Méndez Grass	5.624.782	3/05/1953	71	LC
33	Pablo Antonio Pinto	13.643.791	10/09/1959	65	LC
34	ReimundoCastillo Curubo	2.079.878	18/03/1940	85	LC
35	Teresa Grass Pico	28.093.663	7/07/1934	90	LC

MARTHA YOLANDA MURCIA BELTRAN
Directora