Lugar	Comunidad de cuidado tierra del sol
Fecha	15 de diciembre 2025 9:30am
Tema	Socialización POLIMEDICACION EN ADULTO MAYOR
Desarrollo	Se realiza socialización de Cualificación por parte de Regencia sobre el tema Polimedicación en adulto mayor los días 10/12/2025 y 15/12/2025 **Introducción:** La polimedicación es el uso crónico de **cinco o más medicamentos** simultáneamente, un fenómeno común y complejo, especialmente en adultos mayores con múltiples enfermedades, que aumenta significativamente el riesgo de efectos secundarios, interacciones farmacológicas, caídas y peor calidad de vida, requiriendo una revisión constante para asegurar que los fármacos sean clínicamente apropiados y no se consuman de forma innecesaria o inadecuada. **Objetivos:** Los objetivos de la Polimedicación son: • Mejorar la calidad de vida del paciente. • **Uso racional de medicamentos:** Confirmar que cada medicamento sigue siendo necesario, detectar duplicidades y ajustar dosis. • **Uso racional de medicamentos:** Confirmar que cada medicamento sigue siendo necesario, detectar duplicidades y ajustar dosis. • Optimizar la eficacia de los tratamientos. • Reducir los efectos adversos e interacciones. • Garantizar el uso racional de los medicamentos mediante la revisión periódica, la educación al paciente y la coordinación profesional. • Enfocarse en asegurar que cada fármaco siga siendo necesario y adecuado para las necesidades cambiantes, especialmente en adultos mayores. • **Seguridad y eficacia:** Minimizar riesgos (interacciones, efectos secundarios) y maximizar beneficios, evitando fármacos

inapropiados para la edad.

El presente instructivo se construyó para ser implementado en las diferentes unidades operativas de los servicios de la secretaria Distrital de Integración Social – SDIS con los siguientes aspectos:

.

- Importancia de la Polimedicación en adulto mayor
- Tipos de Polimedicación
- Definición de Polimedicación
- Consejos para tener en cuenta

A continuación, se describen las particularidades a tener en cuenta para el desarrollo de los aspectos.

- ## Importancia de la Polimedicación en adulto mayor:

La polimedicación en adultos mayores es crucial porque, aunque a menudo necesaria para múltiples enfermedades, aumenta significativamente riesgos de efectos adversos, caídas, hospitalizaciones y deterioro cognitivo/funcional, afectando la calidad de vida; su importancia radica en la necesidad de una gestión experta por geriatras para individualizar tratamientos, evitar la cascada de prescripción y asegurar que los medicamentos realmente beneficien, priorizando el bienestar sobre la cantidad de fármacos.

Importancia de la gestión adecuada

- **Individualización:** El tratamiento debe ser adaptado a la esperanza de vida, comorbilidades y fragilidad del paciente.
- **Optimización:** El objetivo es minimizar riesgos, no solo prolongar la vida; a veces menos es mejor.
- **Atención geriátrica:** Los geriatras son clave para coordinar, revisar y gestionar estos tratamientos complejos.
- **Revisión constante:** Es vital cuestionar cada fármaco: ¿está indicado, es el mejor, hay interacciones?

Tipos de Polimedicación

La polimedicación en adultos mayores se clasifica principalmente por la **cantidad y calidad de fármacos**, incluyendo tipos como la polifarmacia (uso de 5+ fármacos), polimedicación adecuada (todos necesarios), inadecuada (innecesarios), y pseudopolimedicación (errores de registro), además de clasificarse cuantitativamente (2-3, 4-5, >5 medicamentos) y por el perfil del paciente (frágil), enfocándose el manejo en la **optimización, detección de interacciones y reducción de riesgos** para mejorar la calidad de vida y prevenir eventos adversos como caídas y hospitalizaciones.

Clasificaciones Principales

- **Según la Cantidad (Cuantitativa):**
  - **Menor:** 2-3 fármacos.
  - **Moderada:** 4-5 fármacos.
  - **Mayor (o Polifarmacia):** 5 o más fármacos.
- **Según la Calidad/Necesidad (Cualitativa):**
  - **Polimedicación Adecuada:** Uso de múltiples fármacos clínicamente justificados, buscando mejorar la adherencia.
  - **Polimedicación Inadecuada:** Uso de más medicamentos de los clínicamente necesarios, con objetivo de reducir fármacos inapropiados.
  - **Pseudopolimedicación:** Registro incorrecto de fármacos en la historia, sin que el paciente los tome, requiriendo actualización.

Definición de Polimedicación en adulto mayor

La **polimedicación en el adulto mayor** se define generalmente como el uso regular y simultáneo de **cinco o más medicamentos** (incluyendo prescritos, de venta libre y suplementos) durante un período prolongado (al menos 6 meses),

común en personas mayores con múltiples enfermedades crónicas, lo que aumenta el riesgo de interacciones, efectos adversos, caídas y hospitalización, impactando negativamente su calidad de vida.

Puntos Clave:

- **Número:** Usualmente 5 o más fármacos.
- **Tiempo:** Uso crónico, por ejemplo, por 6 meses o más.
- **Variedad:** Incluye medicamentos recetados, de venta libre, tradicionales y complementarios.
- **Causa:** Frecuente por la coexistencia de varias enfermedades crónicas (comorbilidades) en el adulto mayor.

Problemas Asociados:

- **Interacciones y efectos adversos:** Mayor riesgo de reacciones no deseadas.
- **Menor adherencia:** Dificultad para seguir tratamientos complejos, con olvidos o duplicidades.
- **Deterioro funcional:** Aumento del riesgo de caídas y pérdida de independencia.
- **Hospitalizaciones:** Mayor probabilidad de ingreso y reingreso hospitalario.

Importancia:

- Es un problema de salud pública significativo en la población de edad avanzada.
- Los geriatras ayudan a identificar medicamentos innecesarios o perjudiciales para optimizar el tratamiento (de prescripción).

Consejos para tener en cuenta

Consejos Clave

1. **Lista Maestra de Medicamentos:**
    - Mantén una lista actualizada de *todos* los medicamentos (recetados, de venta libre, vitaminas, naturales) con dosis, horarios y el médico que los prescribió.
    - Llévala siempre al médico para evitar interacciones.
2. **Organización y Administración:**
    - Usa pastilleros semanales o diarios (desayuno, comida, cena) para no olvidar ni duplicar dosis.
    - Deshazte de los medicamentos antiguos o que ya no se usan, llevándolos a la farmacia.
3. **Comunicación con el Equipo Médico:**
    - Informa a todos los profesionales sobre cada medicamento nuevo o suplemento que tomes.
    - Pregunta sobre efectos secundarios y el propósito de cada fármaco.
4. **Revisión Periódica y De prescripción:**

- Pide al médico una revisión cada 6-12 meses para asegurar que cada medicamento sigue siendo necesario.
- Busca la simplificación: eliminar fármacos innecesarios o duplicados.

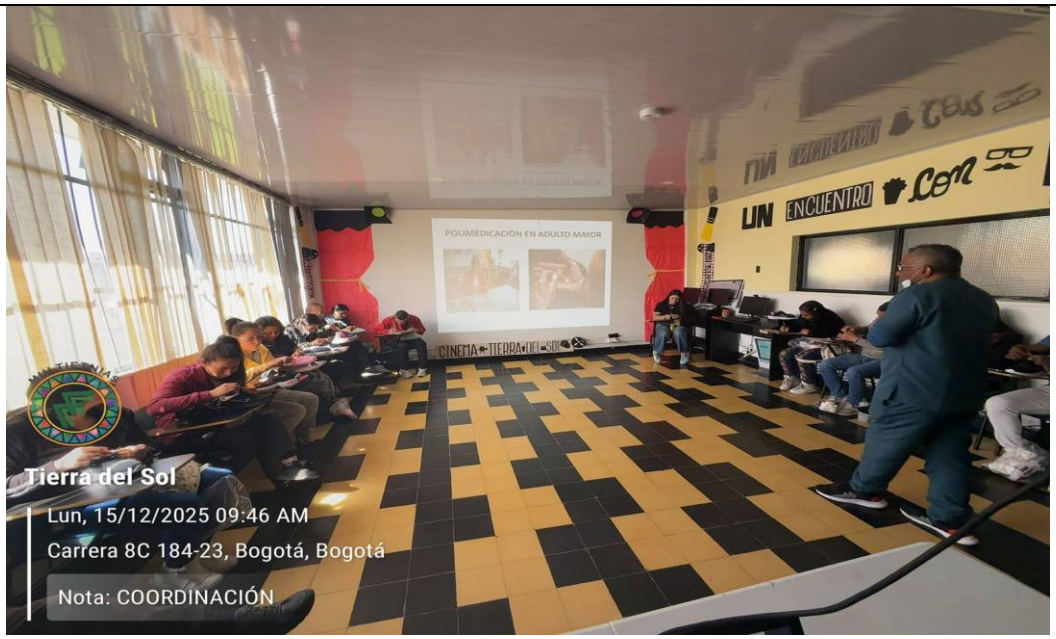
Conclusión:

La polimedicación en adultos mayores es un **problema geriátrico**

complejo que incrementa riesgos de efectos adversos, interacciones, caídas, hospitalizaciones y mala calidad de vida, por lo que exige una **revisión sistemática de la medicación (de prescripción)** para simplificar tratamientos, eliminar fármacos innecesarios, ajustar dosis y optimizar el plan terapéutico, enfocándose en el beneficio-riesgo individual y la funcionalidad del paciente, no solo en la enfermedad.





<table>
<tr><td></td><td colspan="3">
</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Asistentes</td><td>Nombre</td><td>Cargo/Rol</td><td>Dependencia</td></tr>
<tr><td>Planilla de asistencia FOR-GD-023</td><td>No aplica</td><td>No aplica</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Compromisos</td><td>Actividad</td><td>Responsable</td><td>Fecha límite</td></tr>
<tr><td>No aplica</td><td>No Aplica</td><td>No aplica</td></tr>
<tr><td>Próxima reunión</td><td colspan="3">No aplica</td></tr>
<tr><td>Elaboró</td><td colspan="3">Daniel Fabra Romero</td></tr>
</table>

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Polimedicación 2. Lugar o Localidad o Sede: CC Tierra del Sol 3. Fecha y hora: 10/12/2025

4. Nombre responsable: DANIEL FORERO R 5. Dependencia responsable: Subdireccion para la vejez

6. ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Gisela Gamglas	cc	1060076304	ccc tierra del sol	Aux. Enfer	Contratista	yiselag1992@hotmail.com	3224474404	
2	Cardina Soto	CC	1033701887	CC tierra del sol	Enfermera Jefe	Contratista		3077215049	
3	Fernanda Medina	cc	1019040334	AUXILIAR ENFERMERIA	AUX Enfermera	Contratista		3227136092	
4	Diego Fernandez	cc	1020860001	aux enfer	aux enf	contratista		3109274601	
5	Sandra Arregui	Cc	39778411	AUX enfermera	AUX enfermera	contrato		3004846484	
6	Cesa Urrego	CC	1022943767	AUX Enfermera	AUX Enfermera	Contratista		3105015120	
7	Andrea Gonzalez	c	52181419	AUX Enfermeria	AUX Enfermera	contratista		3227517428	
8	DIANA OVALLE	CC	41.723.721	AUX enfermeria	AUX enfermeria	Contratista		3205729387	
9	[illegible]	CC	1026558455	AUX ENFERMERIA	AUX ENFERMERA	CONTRATISTA		3104829495	
10	Fabian Sarmiento	CC	1056776294	Aux enferme.	ccc Tdel sol	Contratista		3102969315	
11	[illegible]	CC	1023012620	AUX Enfermera	CCC TIERRA DEL SOL	CONTRATISTA		3209518249	
12	Yudy Valero	cc	52785952	Aux Enfer	ccc tierra del sol	contratista		3232988623	
13	(Cilo) Tovar	CC	1004174000	AUX Enfermera	CCC tierra del sol	Contratista		3114890242	
14	Ivon Hernandez	cc	53094677	AUX enfermeria	ccc Tierra del Sol	Contratista		319 6604892	
15	Monicavargas	CC	51975747.	AUX Enfermeria	cccTierra del sol	contratista		3013757782	
16	Martin Carrillo R	cc	1072660814	AUX enfermeria	ccc Tierra del sol	contratista		3146504045	
17	Yuem Roque	CC	54077331	AUX enfermeria	CC Tierra Sol	contratista		3054292024	
18	Dana norwood	cc	1019482470	AUX enfermeria	CCC tierra del sol	Contratista		3185492174	
19	JENNIFER MIRANDA	CC	1024505004	CCC Tierra del Sol.	TEC GD.	Contratista			
20	Raquel Gisela Sanchez	CC	52200787	ccc tierra del sol	coordinadora	contratista		3138735353	

Tratamiento de datos personales: "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social - SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar [illegible] en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectaran mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para [illegible] sobre el mismo, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

Toda actividad realizada de pareja saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Reunión planeación — 2. Lugar o Localidad o Sede: CC Tierra del Sol — 3. Fecha y hora: 10/12/2025

4. Nombre responsable: DANIEL FUQUEN R — 5. Dependencia responsable: Subdireccion para la vejez

6. ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	[illegible]	PPT	7558613	Tierra del Sol	SG	Contratista	[illegible]	3143933694	
2	Milagros Cornides	ppt	1131590	tierra del Sol	SG	Contratista	milacornideslll@gmail.com	3229533729	
3	DANIEL FUQUEN R	CC	83181859	Tierra del Sol	Asesor	Contratista	[illegible]	3105678498	
4	Rina Castillo	Ce	3762593	[illegible]	Psicologa	Contratista	[illegible]	3132124720	
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales: "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestion de la Seguridad y Salud en el Trabajo

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Polimedicacion en Personas Mayores 2. Lugar o Localidad o Sede: CC Tierra del Sol 3. Fecha y hora: 15/12/2025

4. Nombre responsable: DANIEL FORERO 5. Dependencia responsable: Subdireccion para la vejez

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Richard Carrillo	CC	1088346358	CCC Tierra del Sol	Auxiliar	Contratista	RichardCarrillo@gmail.com	3551499582	
2	Nelly Rocio R	CC	1014205980	CCC Tierra del Sol	Auxiliar enfermeria	Contratista	[illegible]	3026423693	
3	Paola Martin	CC	1030[illegible]	CCC Tierra del Sol	Auxiliar enfermeria	Contratista	[illegible]	3503476172	
4	Noreidy Garcia	CC	1072195153	CCC Tierra del Sol	Auxiliar enfermeria	Contratista	[illegible]	3201012661	
5	[illegible]	CC	[illegible]	CCC Tierra del Sol	Auxiliar enfermeria	Contratista	[illegible]	3228804	
6	Diana Mendez	CC	1023931192	CCC Tierra del Sol	Auxiliar enfermeria	Contratista	[illegible]	317 8312533	
7	Silfredo Velasco Alfaro	CC	1082988841	CCC Tierra del Sol	Aux Enfermeria	contratista	[illegible]	3005706706	
8	Elkin Jair Bonilla	CC	1072[illegible]	CCC Tierra del Sol	Aux Enfermeria	Contratista	[illegible]	3139491429	
9	Paloma Ramirez	CC	1015[illegible]	CCC Tierra del Sol	Aux Enfermeria	Contratista	[illegible]	3123802274	
10	Karen Reyes Tolino	CC	1000[illegible]	CCC Tierra del Sol	Auxiliar enfermeria	contratista	[illegible]	3118349880	
11	Cindy Lorena Forero	CC	1024501043	CCC Tierra del Sol	Auxiliar Enfermeria	Contratista	[illegible]	3143672685	
12	Rolando Rodriguez	CC	17674696	CCC Tierra del Sol	Aux enfermeria	Contratista	[illegible]	3155860005	
13	Yenifer Arevalo F	CC	1053311812	CCC Tierra del Sol	Aux enf.	Contratista	[illegible]	3116335591	
14	Carlos Caberos	CC	1191159826	CCC Tierra del Sol	Aux enf.	Contratista	[illegible]	3502954555	
15	Henry Mendez M.	CC	1022374512	CCC Tierra del Sol	Enfermero	Contratista	[illegible]	3112658927	
16	Carolina Alarcon	CC	1030589984	CCC Tierra del Sol	Aux Enfermeria	Contratista	[illegible]	3227021508	
17	Sebastian Arroyave	CC	1020741809	CCC Tierra del Sol	Aux Enfermeria	Contratista	[illegible]	3175552286	
18	Patricia Segovia	CC	3525[illegible]	CCC Tierra del Sol	Aux Enfermero	Contratista	[illegible]	3184114705	
19	Edward [illegible]	CC	1020884765	CCC Tierra del Sol	Aux Enfermero	Contratista	[illegible]	3242995424	
20	Alexander Numpaque	CC	1098138049	CCC Tierra del Sol	Aux Enfermero	Contratista	[illegible]	3223493420	

Tratamiento de datos personales "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-021
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Retroalimentación 2. Lugar o Localidad o Sede: CC Tierra del Sol 3. Fecha y hora: 15/12/2025

4. Nombre responsable: [illegible] 5. Dependencia responsable: Subdirección para la vejez

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	[illegible]	CC	1110447[illegible]	CC Tierra del Sol	Aux Enfermería	Contratista		3155277701	
2	[illegible] Nelly Ramírez	CC	74471860	CC Tierra del Sol	Auxiliar Enfermería	Contratista	nelly.fundimes@gmail.com	3103385595	
3	Gregorio Pulido	CC	79183390	CC Tierra del Sol	Aux Enfermería	Contratista	[illegible]	79183720	
4	Carlos Echeverles V.	CC	1033807644	CC Tierra del Sol	Aux Enfermería	Contratista	cecheverles@gmail.com	3013247005	
5	Luisa Fernanda Leon	CC	1030526653	CC Tierra del Sol	Gerontóloga	Contratista	lleonmercado@gmail	3138032868	
6	Fair yancy castrillon	CC	52371846	CCC Tierra del Sol	fisioterapeu	contratista	[illegible]	3108830001	
7	Elend Reyes	CC	1006476367	CC Tierra del Sol	Aux. Fisio	Contratista	[illegible]	3214149176	
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales: En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social - SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía.

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo