DOCTORA

DIANA CAROLINA MORA BETANCOURT

SUBDIRECTORA PARA LA VEJEZ

PROYECTO 7770 COMPROMISO CON EL ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y UNA BOGOTA CUIDADORA E INCLUYENTE

Cordial saludo

Desde la comunidad de cuidado los robles me permito enviar informe final del convenio 8827 del 2023, de los logros obtenidos por componentes, atención integral para el desarrollo humano, nutrición y salubridad, ambientes adecuados y seguros y gestión administrativa. Demostrando el cumplimiento de la comunidad de cuidado los robles a los lineamientos direccionados desde el anexo técnico

Cordialmente

María del Carmen García
Representante legal

Lady Johanna Escobar
Coordinadora

INTRODUCCION

En este informe se muestra lo logros obtenido por la Comunidad de Cuidado Los Robles durante el desarrollo del convenio 8827 en el periodo 29 de octubre del 2023 al 21 de mayo del 2024 en este se muestre el compromiso de la Unidad operativa en el excelente desarrollo de los componentes Atención Integral para el Desarrollo Humano, Nutrición y salubridad, Ambientes adecuados y seguros y Gestión Administrativa.

En el Componente de Atención Integral para el desarrollo humano se plasmó los logros obtenidos desde cada una de las áreas profesionales donde se abordaron en su totalidad las líneas de atención garantizando una atención integral desarrollando actividades según gustos e intereses de las personas mayores, familias y talento humano, utilizando una metodología dinámica, participativa y variada según las necesidades del servicio.

En el Componente Nutrición y salubridad se refleja los logros obtenidos desde los Subcomponente Aporte alimentario nutricional, Vigilancia nutricional, Promoción de estilos de vida saludable y Salubridad.

En el componente Ambientes adecuados y seguros se resaltó el componente ambiental mostrando los logros obtenidos desde el plan de saneamiento básico y el plan de gestión ambiental, donde se garantizó el cumplimiento de la normatividad ambiental en todos los aspectos que lo componen, y se define para su implementación en los lineamientos ambientales adoptados al interior de las entidades.

Por último, se refleja el componente administrativo donde se ubicó los logros del área de gestión documental y el cumplimiento en todos los procesos de talento humano vinculados durante el desarrollo del convenio.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Presentar de manera ordenada los resultados cualitativos obtenidos durante la ejecución del convenio 8827 del 2023 mediante los componentes atención Integral para el Desarrollo Humano, Nutrición y Salubridad, Ambientes Adecuados y Seguros y Gestión Administrativa.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Discriminar de manera detalla los logros obtenidos con las personas mayores de parte de los profesionales de acuerdo a los lineamientos plasmados en el anexo técnico del convenio 8827 del 2023.

- Relacionar el cumplimiento a los procedimientos de la subdirección de Nutrición bajo los subcomponentes aporte nutricional, vigilancia nutricional, promoción de estilo de vida saludable y salubridad.

- Relacionar los logros del plan de saneamiento básico, y plan de gestión ambiental.

- Enunciar los resultados desde el componente gestión administrativa frente al cumplimiento de gestión documental, talento humano y diferentes servicios prestados a las personas mayores dentro de la Unidad operativa.

JUSTIFICACION

El evidente crecimiento de la población de adultos mayores en la demografía mundial representa un reto considerable en lo que respecta a su atención y cuidado, en este contexto, garantizar una atención integral a la persona mayor se vuelve cada vez más evidente. Este informe se realiza con la finalidad de dar a conocer todas las actividades realizadas para abordar y comprender las necesidades físicas, emocionales y sociales de esta población de adultos mayores en la comunidad de Cuidado Los Robles.

El presente informe, se fundamenta en la importancia de dar a conocer los servicios ofrecidos a la población de cincuenta personas mayores, en el periodo comprendido desde octubre de 2023 a mayo 21 de 2024. Así mismo, este informe final sirve como un instrumento para comunicar de manera clara y objetiva el desempeño actual de la institución y las acciones a mejorar para continuar prestando un servicio de calidad.

La atención integral a la persona mayor no se limita solamente a la atención médica, sino que abarca una amplia gama de aspectos que influyen en su bienestar general, desde la promoción de la salud y la prevención de enfermedades, hasta la atención psicosocial y el apoyo emocional, por tal motivo en este informe se da a conocer las acciones para garantizar una atención integral a la persona mayor, con el objetivo de mejorar su calidad de vida y promover un envejecimiento saludable y activo.

Esta atención y el bienestar de las personas mayores son la prioridad para llevar a cabo todas y cada una de las actividades diseñadas en pro del rendimiento y mejoramiento de cada persona, así, como el cuidado del entorno que habitan, desde los espacios seguros y acondicionados para su buen vivir, como lo son sala de televisión, gimnasio, zonas verdes y demás áreas comunes como habitaciones, zona de alimentación, entre otras, del mismo modo se garantiza el cuidado y mejoramiento de cada espacio desde su estructura física hasta su orden limpieza y desinfección promoviendo espacios higiénicos y seguros, dando cumplimiento a la normativa ambiental y estructural.

Además de esto, en el tema de nutrición y salubridad se da a conocer el estado nutricional de la población con el fin de identificar alteraciones de su estado, áreas de mejora y estrategias que promueven una alimentación adecuada y específica para cada persona mayor.

El compromiso de la Comunidad de Cuidado los Robles con la calidad de atención a las personas mayores es firme y sólido, todos los servicios prestados abordan las necesidades físicas, emocionales, nutricionales, sociales y de su entorno, lo cual se puede ver reflejado en la satisfacción positiva de las personas que habitan la institución.

La entrega de este informe final es una manifestación clara de este compromiso, desde el área administrativa se garantizan todos los recursos materiales, técnicos y operativos para dar cumplimiento a cada componente, donde se identifican tanto las áreas en las que la comunidad de cuidado los Robles destaca como aquellas en las que se pueden realizar mejoras en la atención brindada.

MULTIÉTNIAS
CORPORACIÓN SOCIAL PARA EL DESARROLLO DE LOS GRUPOS ÉTNICOS Y CULTURALES
NIT. 830.018.406-7

ATENCION INTEGRAL PARA EL DESARROLLO HUMANO

Cra. 24 No. 39B-15 – Oficina 302 - Tel: 7322832 – 313.2106833 - Bogotá D.C.
E-mail: corporacion@multietnias.org

INFORME POR AREAS

- **FISIOTERAPIA**

Durante el convenio 8827-2023, se implementó diversas acciones desde el área de fisioterapia con un enfoque específico en el acondicionamiento físico y el mantenimiento o aumento de los rangos de movilidad articular, fuerza muscular, equilibrio, coordinación, control del dolor, manejo de enfermedades crónicas, reeducación postural y reeducación en la marcha, entre otras. Estas iniciativas fueron diseñadas para fortalecer las habilidades y capacidades de las personas mayores, desempeñando un papel fundamental en su salud y bienestar. Todas estas actividades se llevaron a cabo en un entorno seguro y bajo supervisión de la profesional. Estas prácticas representan una forma segura y beneficiosa de realizar actividad física, ofreciendo ventajas tanto a nivel osteomuscular como cardiovascular. Además de mantener los rangos de movilidad articular, la actividad física promovida por la fisioterapia mejora la circulación y brinda beneficios emocionales y mentales. Asimismo, contribuye a la prevención de algunas enfermedades crónicas, lo que refuerza aún más su importancia en el cuidado integral de la salud de las personas mayores.

A lo largo del convenio, se destacó logros significativos entre la población gracias a las diversas acciones implementadas por el área. Entre ellos:

Se observó un notable progreso en la capacidad funcional de las personas mayores a través de la actividad "Caminemos". Esto se refleja en un aumento de su resistencia física, mejoras en la coordinación, equilibrio y fortaleza muscular. Estos avances contribuyeron significativamente a optimizar las actividades diarias de los participantes. Además, las caminatas no solo brindaron oportunidades para la interacción social y la conexión entre los participantes, sino que también han sido cruciales para mantener la capacidad de caminar de forma independiente. Este aspecto es fundamental para preservar la autonomía y mejorar la calidad de vida en general.

En la actividad "Moviendo mi cuerpo", se constató que las personas mayores han reconocido los beneficios que la actividad física aporta a su salud. Han experimentado un progreso notable tanto en su condición física como cognitiva. A nivel físico, se observó un fortalecimiento muscular significativo, una mejora en la coordinación y el equilibrio, así como un aumento en la movilidad. Estos avances no solo ayudaron a reducir el riesgo de enfermedades, sino que también contribuyeron a la disminución del estrés y la ansiedad, promoviendo un estado de ánimo positivo en estos.
En conclusión, las acciones implementadas desde el área de fisioterapia durante el convenio demostraron ser efectivas en mejorar la salud y el bienestar de las personas mayores, fortaleciendo su capacidad funcional, promoviendo la independencia y

contribuyendo a la prevención de enfermedades crónicas. Estos logros subrayan la importancia de seguir continuando las acciones de fisioterapia centradas en el envejecimiento activo y el mantenimiento de la salud a lo largo de la vida.

- **ENFERMERIA**

Para lograr un buen estado de salud no solo hay que poner el foco en la presencia o no de enfermedades. Con esto en mente, la salud integral pretende englobar todas las ramas relevantes para el bienestar de las personas mayores por esto a lo largo del convenio 8827 del 2023 se ejecutaron acciones encaminadas a mantener autocuidado, hábitos de vida saludables, promoción de la salud, prevención de la enfermedad, salud integral y por ende vejez activa. Estas actividades fueron implementadas para fortalecer autocuidado integral, minimizar riesgos de enfermedades ya existentes y prevenir enfermedades por malos hábitos con el fin de evitar complicaciones secundarias durante esta etapa, también se enfatizó mediante las actividades educativas sobre la importancia de ser adherentes a tratamientos farmacológicos para permitir llevar salud activa.

A lo largo del convenio, se destacaron logros significativos entre la población de la comunidad de cuidado los robles. Entre ellos:

Se observa un progreso significativo en cuanto a disminución de complicaciones de enfermedades ya existentes y buenos hábitos de vida saludable observando interés por su estado de salud siendo receptivos con tratamientos y controles con especialidades correspondientes, se observó también progreso significativo en hábitos de higiene personal ya que fue un tema en el cual se enfatizó mucho porque desde este habito parte mantener una buena salud, evita aumentar infecciones y enfermedades secundarias por malas prácticas de higiene.

Las enfermedades crónicas son enfermedades cuyos síntomas no se resuelven con el paso del tiempo. Por lo general, se originan a una edad temprana, pero tienen que pasar años antes de que se manifiesten clínicamente y son hoy la principal causa de muerte en todo el mundo, el 95% de la población de la comunidad de cuidado padece en enfermedades crónicas y gracias a los cuidados del personal y a la adherencia a tratamientos las personas mayores se han mantenido estables y sin complicaciones secundarias, manifestado por bajo porcentaje de hospitalizaciones y muertes secundarias a estas enfermedades, las actividades ejecutadas llevan un gran mensaje de concientización y resiliencia a la población para que sean empáticos y lleven una vejez digna y saludable.

Las acciones ejecutadas desde el área de enfermería a parte de los cuidados básicos de la vida diaria durante el convenio demostraron ser positivos y efectivos en el estado de

salud de las personas mayores, mejorando su condición y manteniéndolos estables, fortaleciendo así su capacidad funcional, independencia, interés por su salud y cuidados pertinentes con el fin de prevenir enfermedades propias de la edad y a su vez complicaciones secundarias.
Por último, se destaca la importancia de la valoración de enfermería que es conocer la efectividad de los cuidados de la persona, familia o comunidad, entendida como la capacidad de dar respuesta adecuada a los requisitos de cuidados concretos existentes, a través de la formulación de un plan de cuidados.

- **GERONTOLOGIA**

Durante la ejecución del Convenio 8827 del 2023 el área de Gerontología lideró el componente de Atención integral al desarrollo humano, desde su compromiso con el momento vital que atraviesan las personas que conforman la Comunidad de cuidado y de su etapa de la vejez y ante la importancia del cumplimiento Modelo de Atención Integral a las Personas Mayores -MAIPM, comprendiendo los aspectos reales de las personas mayores atendidas.

El área orientó la creación y el desarrollo del Plan de Atención Institucional donde específicamente fue responsable de actividades en la línea espacios para la realización, cuerpo y mente, espiritualidad, respiro al cuidador y redes.
En la línea espacios para la realización el área fue la responsable de fortalecimiento de proyecto de vida en el medio institucional, donde se logró que las personas mayores participantes pudieran reconocer cuales son las actividades agradables para fomentar su proyecto de vida desde la Comunidad de cuidado, relacionándolo con sus gustos e intereses personales y logran descubrir sus talentos actuales dado que muchas personas pasan su vida sin siquiera saber que poseen un talento o el potencial para desarrollarlo.

El talento es un activo y como tal, aprovechándolo aumenta la productividad y a nivel personal, los beneficios y el grado de satisfacción o realización.
Adicional a esta actividad de proyecto de vida el área logró realizar sesiones prácticas de organización del tiempo, donde se abrió un espacio de análisis de cómo se gastan el tiempo día a día las personas mayores dentro de la Comunidad de Cuidado Los Robles. a reflexionar en lo realizado hasta el momento. También se logró discutir cómo usar el tiempo sabiamente cuando está trabajando en proyectos, y cómo decir “no” a aquellos que le pierden su tiempo.

En la línea de cuerpo y mente el área de Gerontología se realizó la actividad denominada mi envejecimiento donde se logró fortalecer procesos de envejecimiento y el momento de la vejez por medio de actividades de envejecimiento activo. A la vez se logró fomentar el pilar cognitivo del envejecimiento activo, promover el juego y las actividades lúdicas en la

comunidad de cuidado para generar lazos de confianza y vínculo afectivo entre las personas mayores participantes a la par se logra abrir un espacio de intercambio entre las personas mayores participantes, se escucharon acertados comentarios de las personas mayores donde pudieron vivir su envejecimiento con actividades didácticas como elemento esencial y determinante para identificar que en la vejez es un momento determinante para el curso vital de cualquier persona.

En la línea de espiritualidad se logró fortalecer la dimensión espiritual de las personas mayores de acuerdo con sus convicciones, principios y experiencias de vida, mediante actividades didácticas, ecuménicas e interreligiosas. Donde se trabajó 6 actividades las cuales fueron:

1. TALLER YO ACEPTO MI PERDIDA: Con esta actividad se logró una actitud de ayuda a crecer, permitiendo aceptar los conceptos negativos como natural y necesaria, además se logró trabajar las emociones que surgen en un proceso de duelo afrontando el dolor y la pérdida. Adicionalmente con el desarrollo de la actividad se logra que las personas mayores participantes realizaran conceptos de cómo atienden su vida en momentos de duelo lo que priorizan y dónde, en qué áreas de sus vidas colocan más energía y en cuáles menos.

2.DESCUBRIENDOME: Actividad donde de manera didáctica se logró promover recursos personales que ayudan a cada uno de los participantes a explorar sus propios límites. se logró abrir un espacio donde las personas mayores experimentaran e identificaran en durante cualquier etapa del curso vital se pueden descubrir y experimentar coraje determinando cómo quieren ser día a día, pudieron comparar experiencias externas desde la escucha de otras historias vividas. Se logra profundizar el concepto de vulnerabilidad, profundizando en respuestas personales ante situaciones propias de vulnerabilidad.

3.TALLER DE VALORES: Se logra que mediante actividades reflexivas, lúdicas, didácticas cines foros, música, cuentos y el juego los cuales pudieron determinar los diferentes valores humanos. Adicionalmente con el desarrollo de la actividad se pudo configurar el apoyo y ayuda entre personas mayores, se pudo identificar el hilo cómo apoyo a construir y mantener los diferentes valores, donde nos teje esos valores que deben ser permanente durante el curso vital y las agujas elementos donde se concretan los valores.

4. PRACTICANDO LA DIGNIDAD HUMANA: Actividad donde se logró trabajar de manera didáctica la aceptación de errores, el ser reconocido por los logros alcanzados. Además, se logró que las personas mayores determinaran la dignidad humana como uno de los valores fundamentales de la conducta humana a la vez se creó un espacio donde pudieron identificar que el valor de la dignidad humana está constituido por la convergencia de tres

principios que son: el principio de la autonomía de la persona, el principio de beneficencia y el principio de privacidad. Simultáneamente con el desarrollo de la actividad se pudo abrir conceptos de cómo practicar la dignidad humana y qué factores son importantes para la misma, a la vez se pudo entender que La dignidad, también se pierde al cometer actos indignos por viles y crueles. Al carecer de dignidad todo ser humano puede sentirse fácilmente humillado al no valorar sus cualidades intrínsecas.
5. EUCARISTIA: Se logra promover la diversidad religiosa y espiritual mediante encuentros con entidades externas. Se logró de manera constante la visita a la Unidad Operativa de un sacerdote dado que dentro de la Comunidad de Cuidado un alto porcentaje de las personas mayores son de credo religioso católico.

6.GÉNESIS: Con la realización de esta actividad se pudo abordar el tema tratado de manera lúdica, aportando también a los conocimientos y experiencias que tienen las personas mayores hacia el tema de la creación. A la vez se logró que compartir conocimientos sobre la creación del universo desde las diferentes creencias e ideológicas y religiosas, se pudo generar un espacio de intercambio y conocimiento sobre cómo fue la creación, sus principales protagonistas y determinar el origen de cada uno según su religión.

Simultáneamente con la realización de esta actividad se pudieron compartir conocimientos sobre Dios como creador magnífico donde cada ser humano es creado por amor, hecho a imagen y semejanza de Dios, a la par se pudo compartir de manera didáctica el desarrollo de la creación y la importancia para la vida.

En la línea de respiro al cuidador el área logra eliminar algunos estereotipos existentes en los colaboradores hacia el proceso de envejecimiento y la vejez, de igual forma se logra realizar varias sesiones de atención Humanizada como elemento esencial para un óptimo cuidado a las personas mayores de la Comunidad de Cuidado los Robles.
En la línea de redes el área de Gerontología se centró en actividades de saberes donde se logró abrir un espacio donde pudieron contar sus experiencias y aportar su conocimiento tanto a personas mayores como a jóvenes pertenecientes a la zona donde se encuentra ubicada la Comunidad de cuidado. Entre estos saberes se desarrollaron saberes de cocina, saberes educativos, culturales y recreativo generando importancia a las experiencias de las personas mayores participantes.

Adicionalmente en el desarrollo del convenio 8827 del 2023 el área de gerontología participó activamente en la atención Integral Individual mediante Aplicación de instrumentos Whodas 2.0, Valoraciones gerontológicas y PAIIN tanto en su formulación como en su etapa actuando aportando desde su disciplina los conceptos necesarios para un envejecimiento activo en las personas mayores de la Comunidad de Cuidado Los Robles.

Así también realizó de manera constante intervenciones individuales de las personas mayores hacia la adaptación en su vida institucional, proceso de envejecimiento y convivencia dentro de la Unidad Operativa, logrando que las personas mayores tengan mayor aceptación hacia su etapa vital en la que se encuentran y adherencia al plan de atención integral individual.

- **PSICOLOGIA**

IDENTIDAD AFECTIVIDAD Y SEXUALIDAD.

Durante la vigencia del convenio 8827 de 2023, se efectuaron diversas acciones desde el área de psicología, creando espacios de fortalecimiento de conductas responsables en el ámbito de la sexualidad, el respeto por las diferentes identidades, orientación sexual y afectiva, derechos sexuales y toma de decisiones, por medio de actividades psicoeducativas, cine foros, conversatorios, juegos interactivos, lecturas, lúdicas, entre otros espacios, en los cuales se abordaron temas como: Diversidad cultural, Enfermedades de transmisión sexual ,Anatomía y fisiología del aparato reproductor masculino y femenino, Socialización habitación de relaciones afectivas e íntimas, Reconociendo mis derechos en la sexualidad ,Exposición del cuerpo, Inteligencia emocional,fortalenciendo vínculos afectivos, Técnica de relajación progresiva de Jacobson, La sexualidad y la religión, ¿cómo cuidarnos?, Dominó de la identidad, Envejecimiento y sexualidad no son excluyentes, Cuidado del vínculo, Diversidad sexual, Domino de la igualdad de género y familias, Reconociendo la sexualidad, Celebración día del género, explorando mis sentimientos, Alternativas para ejercer la sexualidad, El juego de las etiquetas, Emociones, auto escucha y escucha de los y las otra, Sensibilidad y conocimiento del cuerpo, Autoestima, La identidad de género se construye socialmente, Sexualidad en la vejez más que mitos una realidad.

Dando cumplimiento y ejecución de las actividades planteada dentro del PAI, en la línea identidad afectividad y sexualidad, se evidenció la asistencia voluntaria a las diferentes sesiones ejecutadas, teniendo en cuenta que eran 4 sesiones por mes con un promedio de 27 personas mayores participantes activamente en las sesiones ejecutadas durante el convenio 8827 de 2023 y 23 personas mayores participantes en forma pasiva, de 50 convocados, asistiendo por lo menos en una actividad en el mes.

Quienes se vincularon en estos encuentros se alcanzaron logros significativos, teniendo en cuenta las múltiples actividades que se brindaron por el área de psicología como lo fue:

RECONOCIENDO MI CUERPO: Se manifestaron comportamientos autónomos, respetuosos y responsables hacia los demás y hacia sí mismos, el conocimiento de los términos científicos y la ubicación de las estructuras anatómicas que forman parte del

aparato reproductor humano, así como la función que desarrolla cada una de ellas. También reconocen derechos de las personas LGTBIQ+; reflexionan frente a la importancia de aceptación de cada uno sin discriminación alguna a las diversas culturas con las que cuenta Colombia, el respeto a la importancia de la preservación de la diversidad cultural y su lingüística, identificando cómo se siente con su cuerpo y el valor a la gran diversidad que existe, según su identidad cultural. Mediante la actividad de Jacobson logran conseguir una desactivación fisiológica, la cual permitió reducir la hiperactivación que producen. Las personas mayores logran identificar y modificar las estructuras de pensamiento que producen respuestas de ansiedad, control de las conductas nerviosas, como aceleradas que propician y facilitan las respuestas de la ansiedad. También logran reconocer la importancia de no ser iguales, el goce de ser diferentes, auténticos y autóctonos, como formadores de agentes de cambio, creando una identidad propia, sensibles, participativos, innovadores, éticos de pensamiento y memoria crítica con un sentido de vida claro orientado a servir a los demás fortaleciendo en amor propio y autoimagen.

MI CUERPO MI TEMPLO: Las personas mayores que participaron de la actividad, logran reconocer las diversas culturas con las que cuenta Colombia, el respeto a la importancia de la preservación de nuestra diversidad cultural y lingüística y el reconocimiento de la población LGTBIQ+. Adquieren herramientas para su propia inteligencia emocional, conocerse a sí mismos, a comprenderse y conocer cómo y cuáles son sus sentimientos como fundamento para su desarrollo personal y social. E identifican las diferentes religiones y su doctrina en relación a la sexualidad, desde su experiencia de vida y a lo largo de la historia descubriendo cuántas semejanzas y diferencias existente entre ellos sus amigos/familia/cuidadores.
Reconocen las tipologías familiares que existen, reafirmando los roles de género de mujeres y hombres quienes tienen las mismas posibilidades y oportunidades en la vida de acceder a recursos y bienes valiosos desde el punto de vista social, potencializando los valores. También logran reconocer las tipologías familiares que existen y el conocimiento del propio cuerpo como una forma de autocuidado y cuidado entre otros, la diversidad corporal, manejando las emociones y los afectos de nuestras formas de ser y relacionarnos.

ECUENTRO DE PAREJAS: En el encuentro se observa que las personas mayores participantes muestran habilidades para la interacción, inclusión , expresión de ideas y sentimientos, con sus parejas afectivas, amigos y pares mediante el diálogo, abstracción adecuada de los mensajes de los films y el discurso positivo y vital debido a que se tratan temas de amor, vejez, sabiduría en donde emergen diferentes posiciones subjetivas y experiencias de vida que son compartidas y que construyen realidades y evocan sentimientos afianzando los vínculos con el otro semejante y a su vez fortaleciendo comportamientos sexuales adecuados en el entorno institucional.

ORIENTANDO MI SEXUALIDAD: Las personas mayores logran la autoidentificación de la vulnerabilidad al poder adquirir enfermedades de transmisión sexual, identificación de síntomas y prevención de este tipo de enfermedades por lo que se pretendió hacer una reflexión sobre lo que sucede con la diversidad, garantía y realización de los derechos a la salud con las personas de la comunidad LGTBIQ+. También logran reconocer actitudes y conductas que les son útiles para cuidar su cuerpo cuando se relacionan sexualmente con otras personas, el conocimiento de sí mismo y de la otra persona, autoestima, comunicación y toma de decisiones.
Asimismo, fortalecen, habilidades y valores para transformar patrones valorativos y de conducta desde el respeto a sus diferencias sexuales y de género. Reconociendo a uno de sus pares con quien conviven quien es mujer transexual, respetando la libertad de asumir, expresar y vivir su sexualidad como parte de sus derechos humanos, así como preferencias u orientaciones e identidades sexuales siendo libres de discriminación.

TU ESPACIO MI ESPACIO: Las actividades diseñadas por el área de psicología, en la socialización de la habitación de relaciones afectivas e íntimas, han logrado que las personas mayores de la comunidad de cuidado los robles, adquirieran herramientas teórico-metodológicas que les permitido reforzar tanto nuevos como previos conocimientos respecto al concepto de sexualidad, así como promover una mejor educación sexual a través de técnicas de conocimiento que propiciaron la reflexión y sensibilización en las personas mayores. Teniendo como resultado de ello la utilización en dos ocasiones de la habitación de relaciones afectivas e íntimas por una pareja de la comunidad cuidado.

DERECHOS SEXUALES: Las personas mayores han logrado construir a partir de las percepciones y los conocimientos de un concepto integral de la sexualidad, identificando sus diferentes dimensiones y expresiones en los momentos del ciclo vital, así también, conocer sobre los derechos sexuales de la comunidad LGTBIQ+, considerando la sexualidad como algo positivo y como un deseo que siguen queriendo expresar. Rompiendo imaginarios con los estereotipos sociales, los prejuicios de las personas con las que conviven.
Las intervenciones, individuales y grupales en la línea identidad afectividad y sexualidad muestran comportamientos ajustados a nivel sexual y de la intimidad, comprensión de factores propios y de los demás en sus inclinaciones sexuales, tolerancia en aspectos relacionales y vinculares. Así mismo de reincorporación, estabilidad, motivación y anudamiento a lo real ante eventos de crisis mediante las intervenciones utilizadas.

RESPIRO AL CUIDADOR

Durante la vigencia del convenio 8827 de 2023, se efectuaron diversas acciones por parte del equipo interdisciplinario en el eje Respiro al Cuidador, en busca de prevenir factores de riesgo asociados a la demanda del cuidado de las personas mayores, para mejorando la calidad de vida de los cuidadores a nivel social, físico y psicológico, por medio de actividades como: Estilos de vida saludables, actividad física, ocio y tiempo libre, aportando a un ambiente de cuidado más positivo y humanizado en la comunidad de cuidado.

OCIO Y TIEMPO LIBRE: El talento humano utilizo estos tiempos para el ocio ,descanso y esparcimiento personal, mediante actividades dinámicas y divertidas, donde logra el propósito de mitigar la fatiga en el cuidador, permitiendo incrementar la sensación de bienestar y disminución del estrés debido a que por un tiempo se cambia la actividad y además se muestra un interés de parte de la unidad operativa por su salud, contribuyendo a los factores protectores de la sensación de sentirse quemado, minimizando conductas ansiosas o de cansancio laboral.

CUIDANDO AL CUIDADOR: Se logra la celebración de cumpleaños del talento humano en dos encuentros, el primer encuentro de los cuidadores nacidos en el mes de octubre a diciembre y en el segundo encuentro los cuidadores nacidos entre los meses comprendidos de enero a mayo, dirigida al reconocimiento como persona, acerca de la celebración de la vida, la existencia, los vínculos afectivos con seres queridos ya sea por vínculo consanguíneo o por vínculo social, emitiendo el interés por las buenas relaciones entre el personal de las diferentes áreas.
Así mismo se realizó actividad denominada “Trabajo en equipo”, logrando que el talento humano identifique la importancia de la eficiencia al momento de trabajo grupal y reducir el tiempo perdido que causan las disputas o malos entendidos, siendo un proceso de mejora continua y compromiso de cada cuidador. El trabajo anudado entre las diferentes áreas específicas, permitiendo un abordaje integral del talento humano desde el conocimiento de cada una de estas áreas y que promueven un adecuado bienestar.

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: En las actividades se promovió la participación de cuidadores en sesiones de formación programados por la unidad operativa para el manejo, cuidado, prevención o promoción de diferentes orientaciones administrativas, operativas y protocolarias enfocadas a aspectos fundamentales de la organización. Las capacitaciones logran en los cuidadores un mayor conocimiento de las actividades, procedimientos y protocolos ejecutados en la comunidad de cuidado de esta manera el empleado se nutre de herramientas en su actuar profesional, para el mejoramiento constante del servicio prestado.

Durante el convenio 8827-2023, se implementó diversas acciones orientadas a proteger la salud del cuidador ya que estas acciones generan un impacto positivo en la calidad y dedicación en la ejecución de las tareas laborales, además promueven una mente más clara y tranquila, reduciendo la fatiga, el agotamiento y mejorando las relaciones interpersonales en el lugar de trabajo.
Como resultado de la implementación de estas acciones, se obtuvieron resultados significativos con el personal de talento humano. Entre ellos,
En "Activa tu Cuerpo", se observó un progreso notable entre nuestro talento humano en cuanto a la comprensión de los beneficios de las pausas activas. ya que se adquirió una conciencia más amplia sobre cómo estas pausas pueden mejorar su salud al liberar tensiones, fomentar interacciones sociales y contribuir tanto al bienestar físico como mental.
En "Meditemos", se logró que las personas de talento humano conozcan los beneficios de la meditación, lo cual logró contribuir significativamente a su salud física, mental y emocional, así como a su desempeño laboral. La práctica regular de la meditación ayudó a manejar de manera más efectiva el estrés laboral, mejorar su capacidad de concentración y enfoque, promoviendo una mente más clara y tranquila.
En conclusión, estas acciones protegen la salud del cuidador, lo que genera impactos positivos en la calidad del trabajo y la dedicación laboral. Tanto en "Activa tu Cuerpo" como en "Meditemos", se observaron avances significativos en el personal de talento humano. La comprensión de los beneficios de las pausas activas y la práctica regular de la meditación no solo mejoran la salud física, mental y emocional de los trabajadores, sino que también mejoran su capacidad para manejar el estrés laboral y mantener una mente clara y enfocada. Estos resultados resaltan la importancia de promover el bienestar integral de los empleados como parte fundamental de una cultura laboral saludable y productiva.

CONVIVENCIA

Durante la vigencia del convenio 8827 de 2023, se efectuaron diversas acciones desde el área de psicología, creando espacios que permitieron sensibilizar en la Comunidad de Cuidado Los Robles, conductas y valores hacia una sana y buena convivencia al interior de la comunidad de cuidado, por medio de actividades como lo fueron: La tienda mágica, Seguimiento habitacional, Reconociendo mis capacidades de liderazgo, Elección del comité de convivencia, Socialización pacto de convivencia, Resolución de problemas, Actitudes y valores, La empatía, Técnica para expresar las emociones, Reunión trimestral del comité de convivencia, Resolución de conflictos y toma de decisiones, Acoso tipos, identificación, acciones y La empatía.

Dando cumplimiento con las intervenciones programadas, utilizando sitios como la sala sensorial, espacio de talleres, comedor, espacio espiritual, tallero ocupacional,

habitaciones y espacios abiertos. Por otra parte, la planeación de las sesiones con las personas mayores genera expectativas en la población y motivan a una mayor participación activa y estructurada, permitiendo un encuadre positivo para el desarrollo de las sesiones y una adecuada socialización e interacción entre los asistentes al poder expresar sus ideas y sentimientos sintiéndose respetados y escuchados generando espacios cómodos y dinámicos para ellos.
Se observa ante la claridad de las diferentes actividades logros significativos en cada una de ellas como lo fue:

CONVIVIENDO EN PAZ
Las personas mayores logran tener, buena relación entre ellos, evidenciando el dialogo como mecanismo para la solución de conflictos, interiorizando y reconociendo normas de convivencias al interior de la habitación, herramientas prácticas de buen trato y mecanismo de resolución de conflictos y conducto regular para cada caso, identifican el timbre en caso de emergencia.

EL ARTE DE CONVIVR
Las personas mayores logran tener espacios de esparcimiento, reconocimiento, motivación, buen trato, uso de relaciones sociales y la concienciación de una sana convivencia, como la capacidad para identificar un problema, tomar medidas lógicas para encontrar una solución deseada, supervisar y evaluar la implementación de tal solución, favoreciendo la comunicación directa entre pares, obteniendo herramientas para mejorar la convivencia dentro de la comunidad de cuidado con una visión integradora e inclusiva, que apuesta por una cultura de paz y buen trato, basada en los principios democráticos de la tolerancia, el respeto y el diálogo como instrumento hacia la prevención de los conflictos y su resolución pacífica.

COMITÉ DE CONVIVENCIA
Las personas mayores logran elegir el comité de convivencia al depositar los tarjetones en las urnas y expresar su ejerció, el derecho al voto en las elecciones correspondientes, eligiendo de manera voluntaria al nuevo comité de convivencia el cual quedo conformado por las personas mayores Michel Henao, Luis Alberto Mesa, Carmen Elisa Villamil y Leonila Garay. El comité ha logrado identificar, casos significativos de personas mayores, generando medidas reparatorias, como también evaluaron las diversas salidas recreativas y donde propusieron nuevas ideas para las siguientes salidas recreativas, el uso del buzón de sugerencia como mecanismo de participación.

SOCIALIZACION PACTO DE CONVIVENCIA
Se logra socializacializar el manual de convivencia a las personas mayores, referentes familiares y cuidadores, enfatizando en los derechos, deberes, faltas y acciones correctivas según su clasificación en leves, graves y gravísimas. En cada socialización se

hizo sondeo para verificar la comprensión de lo socializado evidenciando que logran la interiorización, así mismo se promovió un dialogo socrático que reforzó la internalización de las normas del manual y una articulación de saberes por parte de quienes las evocan entre ellas las medidas correctivas y pedagógicas. Donde cada actor se propuso en ser veedor dentro del pacto de convivencia y en la comunidad llegando a compromisos de apoyo mutuo e informando cuando se vulnerara sus derechos, haciendo el debido reporte.

CUÍDATE, CUÍDAME, CUIDÉMONOS

Las personas mayores logran un cierto nivel de confianza mutua, proponiendo cambios interiores en la persona por valores que lo caracterizan, aceptación del otro y pautas de buen trato entre compañeros. También adquieren conocimientos frente a los conceptos de actitudes, valores, acoso, tipos, identificación y acciones reconociendo los valores y normas que se construyen desde una cultura compartida, logrando reflexionar el Buen Trato y su importancia en la vida diaria mediante la empatía y conductas concretas para su práctica dentro de la comunidad de cuidado.

JUNTAS Y JUNTOS

Lograron identificar el objetivo, funcionamiento del comité de convivencia, el reconocimiento de las capacidades de liderazgo de cada persona mayor para integrar este comité. También descubren los sentimientos del otro, comprendiéndolos en su propia persona, permitiendo crear conexiones emocionales que mejoran su desarrollo como ser humano, generando así una sana convivencia y buen trato entre pares, cuidadores y referentes familiares al interior de la comunidad de cuidado.

- **TRABAJO SOCIAL**

Con el incremento en las necesidades y servicios para las personas mayores, la labor del Trabajador (a) Social en las Comunidades de cuidado es importante y significativa en la vida de estas personas. Estos espacios, no solo proveen cuidados físicos, sino que también representan un entorno en el que se fomenta el bienestar emocional, social y psicológico de quienes residen allí.

El rol del Trabajo Social en estos entornos es multifacético y abarca diversas áreas para asegurar una calidad de vida óptima para sus beneficiarios.

Teniendo en cuenta que al interior de la Comunidad de cuidado se debe mantener una atención integral para la persona mayor en ámbito institucional exige desarrollar acciones transversales de participación, corresponsabilidad familiar y trabajo en red.

Es por esto que durante la ejecución del convenio 8827 de 2023 desde el Componente familia, participación y redes se logró lo siguiente:

LÍNEA DE ATENCIÓN FAMILIA

Se brindaron herramientas a redes familiares de las personas mayores con el fin de disminuir los indicadores de riesgo detectados en cuanto al abandono en medio institucional resaltando la importancia de la corresponsabilidad Familia- Estado y Sociedad, donde se lograron fortalecer vínculos afectivos vinculando de manera asertiva y participativa a través de encuentros telefónicos “Comunicándonos”, videollamadas “Acercándonos”, haciendo uso del teléfono institucional. Además, se dieron alternativas de espacios para encuentros presenciales en unidad operativa “Acompáñame” y talleres dirigidos a referentes sociales y familiares “Comprometiéndonos”, sensibilizándolos frente a la importancia de ser corresponsables en proceso institucional con personas mayores, donde también participaron de celebraciones del día de la familia llevándose a cabo actividades lúdicas, culturales y recreativas contando con el apoyo de diferentes entidades externas del sector.

Por otra parte, se realizaron recorridos zonales con personas mayores en lugares donde habían estado viviendo o donde recordaban podrían estar sus familiares consiguiendo así información de dos (2) referentes familiares, también se hicieron revisión de pertenencias e historias sociales encontrando información de 10 referentes de apoyo donde se empezaron a vincular en los diferentes espacios que como equipo se brindaron para fortalecer sus lazos afectivos.

Es importante mencionar que también se hizo búsqueda en redes sociales específicamente Facebook donde se lograron encontrar redes de apoyo de dos (2) familiares coordinando reencuentros familiares ya que llevaban más de 20 años sin verse ni conocer de paradero de personas mayores, lo que favoreció en proceso institucional de personas mayores ya que les permitió estar motivados y tener mejor proceso adaptativo.

LÍNEA DE ATENCIÓN: PARTICIPACIÓN

Teniendo en cuenta la importancia de promover la participación en espacios de socialización y organización para la garantía de derechos y deberes de las personas mayores, iniciando convenio 8827 de 2023, se llevaron a cabo mesas de trabajo donde se logró contar con la participación de personas mayores, redes de apoyo familiares y/o sociales y equipo de trabajo de la Comunidad de cuidado Los Robles, donde la mayoría de ellos participaron activa y asertivamente aportando sus experiencias, gustos e intereses lo que permitió elaborar Plan de Atención Institucional PAI, el que posteriormente fue socializado a todos los actores involucrados de la unidad operativa, con el cual estuvieron de acuerdo en su totalidad porque se sintieron tenidos en cuenta.

Además la mayoría de personas mayores fueron participes en encuentros de capacitación y participación en espacios como Elecciones populares 2023, elección y conformación Comité de convivencia de la unidad operativa, elección de gobierno escolar IED Subía donde 38 personas mayores están en proceso educativo formal, también asistieron e involucraron en mesas de participación para elaboración de Plan de Desarrollo 2024-2027 del municipio de Silvania, debates sobre historia de movimientos políticos en Colombia, entre otros temas y espacios en los cuales participaron activamente y fueron de su interés.

LÍNEA DE ATENCIÓN: REDES

Durante la ejecución del convenio 8827 de 2023 se logró realizar articulaciones con la Institución Educativa Subía, Centro día Silvania, Comunidad de cuidado Nazareth, Hogar San Rafael de Chinauta, Secretaría de Desarrollo social, Policía Nacional, Empresas privadas del sector como: Mundigramas, Paradise Colombia, entre otras; lo que ha permitido coordinar actividades extramurales donde se llevaron a cabo encuentros generacionales e internacionales donde a través de actividades lúdicas, culturales, recreativas y educativas que les permitieron intercambiar experiencias y conocimientos con personas de su propia generación y de otros grupos etarios.

Por otra parte, se logró elaborar y mantener actualizado portafolio de instituciones públicas y privadas del municipio de Silvania, que pueden apoyar en los casos de posible reintegro familiar para garantizar adecuados procesos de adaptación al medio familiar.

Por último, desde el área de Trabajo social se ha garantizado la realización de los trámites y la coordinación necesaria para la afiliación, renovación, portabilidad y/o traslado de las personas mayores al Sistema General de Seguridad Social en Salud. También se ha hecho acompañamiento a redes familiares y sociales en acompañamiento a la enfermedad, procesos de hospitalización y el duelo frente a la muerte de la persona mayor. Además de los reportes de novedades que se presenten al interior de la unidad operativa al equipo de validación de condiciones, entre otras de apoyo a la realización de actividades para la atención integral de las personas mayores.

- **TERAPIA OCUPACIONAL**

El área de Terapia Ocupacional lideraba varios programas en los ejes de Ocupación Humana, en las líneas de atención: Lenguajes para la identidad, Movilizando Capacidades y Espacios para la realización. Esta última liderada en conjunto con el área de Gerontología. En cada una de ellas se diseñaron varios programas que respondían directamente a las necesidades de la población, así mismo se pretendía favorecer los procesos de envejecimiento y vejez, por medio de una serie de estrategias con diversidad

de actividades para mantener y mejorar las habilidades de las persones mayores teniendo en cuenta sus gustos, preferencias y destrezas individuales. Es muy significativo resalar la importancia de la ocupación para las personas mayores, estas permiten dar sentido a la vida. A continuación, se desglosa los aspectos más relevantes de cada una de las líneas de atención:

Lenguajes para la Identidad

Se diseñaron 6 programas que promovían un envejecimiento activo y feliz en las personas mayores (Disfrutando mi tiempo, Juego y arte, Explorando las artes, Conozco las artes, Más feliz, Siendo más Feliz) los cuales generaron nuevas experiencias de goce y disfrute que incluían actividades culturales, lúdicas, recreativas, artísticas y de artes escénicas como teatro, música, danza y literatura, generándoles habilidades sociales por medio de salidas a espacios artísticos y con las celebraciones de fechas especiales mes a mes incluyendo las celebraciones de cumpleaños, promoviendo una calidad de vida a nivel institucional. Se destaca la cobertura de la población, alcanzando un porcentaje de 92 % (46 personas mayores) de participación, estas actividades permitieron fortalecer el área cognitiva (atención, concentración y memoria), área motriz mostrándose como personas activas, dinámicas y capaces de tener el control de su vida diaria.

Movilizando Capacidades

Esta línea se convirtió en la gran abanderada de la Comunidad de Cuidado Los Robles, especialmente por la articulación lograda en el ámbito educativo permitiendo el aumento paulatino de personas mayores vinculadas en procesos educativos formales con entidades educativas oficiales, logrando que 38 personas mayores se hallan vinculado directamente al programa de validación de la primaria y del bachillerato, triplicando la cobertura mínima establecida en el anexo técnico. Esta articulación se dio desde el año 2022 con la Institución Educativa y Departamental de Subía, a la fecha ya se cuenta con el primer bachiller académico gracias a este proceso educativo. Este programa educativo les permitió a las personas mayores vinculadas el desarrollo de competencias fundamentales para el crecimiento personal, que incluyen habilidades como la comunicación efectiva, el pensamiento crítico, la resolución de problemas y el trabajo en equipo. permitiéndoles mejorar la capacidad de adaptación al medio institucional. Cabe resaltar el compromiso de la institución educativa, con el aumento de docentes y de

alumnos del servicio social quienes apoyan cada uno de los procesos, así mismo la ampliación de espacios participativos para las personas mayores tales como: ferias de emprendimiento, salas de sistemas, encuentros de saberes, igualmente la institución educativa se vinculó activamente en la actividades internas de la Comunidad de Cuidado; reinados de género, día del idioma, día de la familia, día de la independencia y otras celebraciones.

Por otro lado, durante el convenio se mantuvo la articulación con el Servicio Nacional de Aprendizaje SENA, para cursos cortos de panadería y postres, en el cual participaron un total de 30 personas mayores quienes lograron adquirir conocimientos básicos en las diferentes preparaciones realizadas, evidenciándose seguimiento instruccional, comprensión de las indicaciones brindadas por el instructor, motivación y entusiasmo, permitiendo culminar satisfactoriamente el curso.

En cuanto a los procesos educativos informales, se logró contar con personas externas a la Comunidad de Cuidado Los Robles, de los municipios de Silvana y de Fusagasugá, personas idóneas con la experiencia y manejo de la temática a compartir, dentro de estas se realizaron clase de yoga, clase de aeróbicos, clase de higiene, clase de sistemas. Así mismo al interior de la Comunidad de cuidado se realizaron otras actividades a nivel grupal e individual, manejando procesos cognitivos básicos como atención, concentración, memoria, por medio de juegos didácticos y en línea, igualmente en temas del manejo de los tics, uso de herramientas como Word, Power Point, esto como apoyo al proceso educativo formal.

A nivel productivo con las actividades del taller ocupacional, se logró que las personas mayores que participaron adquirieron hábitos socio ocupacionales evidenciados en: cumplimiento de horarios de las actividades, tolerancia a tiempos, seguimiento instruccional, trabajo de equipo, respeto por figura orientadora, organización del espacio, cuidado de los materiales. Todo esto permitió generar artículos en arte country, cuadros de texturas, alcancías en cartapesta, alcancías en cerámica y otros productos como tapetes en malla, Así mismo dentro de las actividades del taller se lograron llevar a cabo otras actividades productivas: cuidado de gallinas para la producción de huevos, preparación de chocolatinas, huerta de hortalizas y comercialización de productos comestibles, todas estas actividades permitieron a las personas mayores vinculadas en

ella, fortalecer procesos de autonomía e independencia en la comercialización de los productos y manejo del dinero.
En cuanto al ámbito laboral, se logró realizar gestiones con diferentes empresas de los sectores de Subía, Granada, San Raimundo, y la zona industrial del muña, de las cuales se logró visita empresarial a dos empresas de los sectores de Granada y Subía, se logra una participación de 20 personas mayores, permitiéndoles ampliar conocimientos en la trasformación de la materia prima y los procesos de clasificación, empaque y exportación de frutas, así mismo estas gestiones generaron otras articulaciones con estas empresas; Colombiana Paradise y MundiGramas, al interior de la Comunidad de Cuidado y proyecciones para otros encuentros en la empresa y/o en la Comunidad de Cuidado, incluyendo a trabajadores de cada una de las empresas.

Espacios para la realización

Se diseñaron dos programas liderados por el área de Terapia Ocupacional (yo decido y Cine carta) los cuales favorecieron en las personas mayores el adecuado uso del ocio y tiempo libre, por medio de diversidad de actividades que hacen parte de los gustos e intereses de la población, permitiéndole a las personas mayores la elección autónoma de la actividad, en las que se encuentra: juegos autóctonos, juegos de mesa, juegos tradicionales, juegos de memoria, adicionalmente seleccionaron otras actividades como parte de su interés. Favoreciendo un envejecimiento y activo en el entorno institucional.

CUIDADO INTEGRAL: CUERPO Y MENTE

Explorando mis sentidos

Las actividades de estimulación sensorial implican una serie de beneficios para el bienestar de las personas mayores, se previene el deterioro cognitivo y se facilita su participación en todos los ámbitos de la vida. Las actividades de estimulación sensorial se planearon por cada sentido, ajustándose a las características individuales y el perfil de cada uno. Se trabajó cada uno de los 5 sentidos por medio de diversas actividades novedosas que incluyeron juegos interactivos para fortalecer procesos cognitivos básicos como atención, concentración, memoria, resolución de problemas, aplicación de estímulos visuales y auditivos en la sala sensorial, con la proyección de imágenes de formas, secuencias, semejanzas, a nivel auditivo recordando letras de canciones, escuchando melodías de antaño, en cuanto a lo Gustativo y olfativo se realizaron mes a mes talleres sensoriales de cocina en los cuales se realizaron diferentes preparaciones que estimulan las papilas gustativas, realizan reconocimiento de colores, olores, sabores. Todas las

actividades de estimulación mejoran la calidad de vida de las personas mayores y sus respuestas adaptativas al entorno institucional.

NUTRICION Y SALUBRIDAD

Cra. 24 No. 39B-15 – Oficina 302 - Tel: 7322832 – 313.2106833 - Bogotá D.C.
E-mail: corporacion@multietnias.org

SUBCOMPONENTE APORTE ALIMENTARIO Y NUTRICIONAL

Durante la ejecución del convenio 8827-2023 se garantizó el cumplimiento de los horarios de servida de alimentos, procurando evitar que transcurrieran más de 12 horas desde la última comida del día, hasta la primera comida del siguiente día. Así mismo se suministraron refrigerios nocturnos a las personas que por su patología o estado nutricional lo requerían.

Se implementó la minuta de alimentos entregada por secretaria Distrital de Integración Social, y se realizaron preparaciones diferentes en fechas especiales, durante todos los meses de ejecución del convenio. Esta actividad, es una de las preferidas por las personas mayores, ya que así lo expresan cada vez que se les ofrecen preparaciones especiales.
Se planificaron segundas opciones de alimentación en bebida caliente, proteínas y ensalada o verduras de almuerzo y cena. Se realizó el análisis cuantitativo y ajuste en la minuta patrón como lo solicitó el anexo técnico. En cuanto a esta actividad las personas mayores sin restricción de alimentos son pocas, y en ocasiones olvidaban que habían pedido segunda opción y optaban por la original, lo que se traduce en desperdicio de alimentos.

Durante la ejecución del convenio 882-2023 se garantizó el aporte de los refrigerios para tramites de salud, suministrando a las personas mayores, bebida empacada en la caja tetrabrik, producto panificado y frutas de excelente calidad. Se registró información de las entregas en el cuaderno de entrega de turno de enfermería.
Se realizó acompañamiento diario por parte de todos los profesionales y demás colaboradores de la institución, para detectar cambios en la conducta alimentaria. Las principales conductas en el comedor son intercambio de alimentos por parte de las personas mayores, o rechazo de alimentos por enfermedad, o porque las personas no sienten hambre en algún tiempo de comida.

SUBCOMPONENTE VIGILANCIA DEL ESTADO NUTRICIONAL

Durante la ejecución del convenio se realizó la toma de medidas antropométricas cada 3 meses, encontrando que el 18% de la población presenta malnutrición por déficit, y el 24% de la población presenta malnutrición por exceso. El 58% restante se encuentra en normalidad nutricional.

Las personas que se encuentran en malnutrición fueron canalizadas a servicios de salud, cabe mencionar que en Silvania no solicitan cita de medicina para la atención por nutrición, sino que se les asigna la cita directamente. La dificultad que se ha presentado es que, por

falta de profesional en nutrición, se demoran algunas veces para asignar citas. Sin embargo, al término del presente convenio, todas las personas mayores con malnutrición han sido atendidas por la profesional de la EAPB.

Se ha realizado la consignación de los datos antropométricos en el FOR-PSS-590 y publicado en el drive dispuesto por la profesional de asistencia técnica en nutrición, y se ha diligenciado el FOR-PSS-161 con los datos antropométricos, que se le allegan al técnico operativo. No ha sido posible ingresar los datos al SIRBE, debido a que aún el centro no se encuentra parametrizado.

SUBCOMPONENTE PROMOCIÓN DE HÁBITOS EN ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

La estrategia de información educación y comunicación propuesta por el centro, contó con una fase educativa, la cual se centró en enfermedades crónicas no transmisibles, y una fase activa en la cual se llevó a las personas mayores a realizar actividad física al exterior del centro, con el fin de que cambiaran de ambiente y fortalecieran sus habilidades de equilibrio, fuerza, flexibilidad y resistencia cardiopulmonar.

En la fase educativa se logró que las personas mayores reforzaran constantemente conceptos sobre las enfermedades crónicas no transmisibles, complicaciones que puedan presentarse por malos hábitos y la importancia de la dieta y la actividad física para mejorar la condición o evitar el progreso de la enfermedad.

SUBCOMPONENTE DE SALUBRIDAD

Desde el inicio del convenio el centro cuenta con concepto sanitario emitido por la secretaría de salud de Silvania, con concepto favorable y puntaje de 92%
En cuanto a buenas prácticas de manufactura de alimentos, se implementaron los instructivos y formatos necesarios para llevar el control de saneamiento en el servicio de alimentos.

Los proveedores cuentan con actas de inspección sanitaria vigentes y favorables, tanto del establecimiento como del transporte de alimentos.
Se realizó la entrega de dotación al personal del servicio de alimentos, con la periodicidad que solicita el anexo técnico.
Se garantizó que todo el personal contara con curso de manipulación de alimentos, toma de laboratorios, y certificado médico que hiciera constar la aptitud para manipular alimentos.

AMBIENTES ADECUADOS Y SEGUROS

Cra. 24 No. 39B-15 – Oficina 302 - Tel: 7322832 – 313.2106833 - Bogotá D.C.
E-mail: corporacion@multietnias.org

SUBCOMPONENTE GESTIÓN AMBIENTAL

Según la circular 035 de diciembre de 2016 que adopta la política y objetivos del Sistema Integrado de Gestión (SIG) de la Secretaría de Integración Social, se establece el objetivo que es elaborar, adoptar e implementar planes, programas y lineamientos técnicos en las unidades operativas de la Entidad, por medio de la identificación de aspectos ambientales y minimización de impactos ambientales para la protección, prevención y reducción de la contaminación al ambiente. De tal manera, se describen así, el compendio de programas para la gestión ambiental:

- **Plan de Saneamiento Básico (PSB),** que es un manual escrito que contiene los 4 programas establecidos en el capítulo VI de la circular 2674 de 2013 en el Art 26, los cuales son: ***limpieza y desinfección, residuos sólidos, control de plagas y abastecimiento y suministro de agua potable.***

- **Plan de Gestión Ambiental (PIGA):** Como lo menciona el decreto 456 de 2008 es el instrumento de planeación de largo plazo de Bogotá, D.C., en el área de su jurisdicción, que permite y orienta la gestión ambiental de todos los actores distritales con el propósito de que el proceso de desarrollo propenda por la sostenibilidad del territorio distrital y la región, de acuerdo al plan institucional de gestión ambiental de la Secretaria Distrital de integración Social se contemplan los siguientes programas: ***usos eficiente del agua, uso eficiente de la energía, gestión integral de los residuos, consumo sostenible e implementación de prácticas sostenibles.***

De acuerdo con lo anterior, a continuación, se realiza una descripción cualitativa de los programas anteriormente mencionados, dichos programas contemplan diferentes planes, procedimientos, políticas, entre otras actividades y formatos que son llevadas a cabo por el área de gestión ambiental.

- **PLAN DE SANEAMIENTO BÁSICO (PSB)**

Se resalta el objetivo principal que es, garantizar la higienización de todas las áreas; la gestión adecuada de los residuos sólidos; control adecuado de plagas y abastecimiento

de agua potable. Para lo cual, se implementaron diferentes listas de chequeo mensuales por cada programa desde el inicio hasta la finalización del convenio, además se realizaron los registros debidos tanto para la generación de residuos aprovechables y no aprovechables y finalmente se dio cumplimiento a la fumigación realizada en el mes de febrero y al lavado de tanques de agua potable, realizada en el mes de enero.
Además, y no menos importante se ejecutaron sensibilizaciones al personal de manipulación de alimentos de manera mensual y al resto del equipo en diferentes periodos, se trataron temas como: Vertimientos, disposición del Aceite Vegetal Usado -AVU-, plan de saneamiento general, instructivo para el manejo de residuos orgánicos, uso de sustancias químicas, fichas de seguridad, entre otros.
El plan de saneamiento y sus cuatro programadas fue avalado el día 20 de octubre del 2023.

- **PLAN DE GESTIÓN AMBIENTAL (PIGA)**

✓ **Uso eficiente del agua**

En este programa, se estableció implementar estrategias dirigidas a optimizar el uso del agua mediante el mejoramiento de las instalaciones y jornadas de sensibilización, para lo cual, en la institución siempre se han mantenido las acciones de mejora frente a alguna eventualidad, cambio de grifos o tubería, siempre con el fin de evitar el derroche de agua; en la mayoría de baños se cuenta con sistemas ahorradores tanto en las llaves como en los inodoros, además se implementan las estrategias de la política cero agua, las cuales se han llevado a cabo de manera exitosa, como lo son hacer uso de agua del segundo ciclo de la lavadora, uso del agua del lavado de frutas y verduras, además se ha sensibilizado al personal profesional como a las personas mayores en cuanto ahorro y uso eficiente de agua, siendo estas últimas muy participes en las actividades y contribuyendo con sus aportes a las charlas dadas.

Se realizaron campañas de ahorro de agua y se implementaron fichas informativas en todas las áreas de llaves o grifos para recordar a las personas hacer buen uso de este recurso. Por otro lado, se da cumplimiento a los requerimientos administrativos como lo son el reporte de fugas ocultas y para finales del mes de abril, debido al racionamiento de agua, también se realizaron los reportes solicitados por el área técnica.

- ✓ **Uso eficiente de la energía**

Para el programa de energía, se definieron directrices para el desarrollo de estrategias que promuevan el ahorro y uso eficiente del recurso energético y la adopción de buenas prácticas ambientales, tendientes al aumento de la eficiencia energética.

La institución cuenta, en su mayoría con luminarias ahorradoras tipo LED, adicionalmente se encuentra beneficiada por espacios amplios con paredes de color blanco y la gran mayoría de espacios con ventanas, lo que hace importante el aprovechamiento de la luz natural y el poco uso de luz artificial. No se cuenta con sensores de movimiento, sin embargo, es una opción que no ha sido descartada.

Por otro lado, se da cumplimiento mensualmente con la participación del apagón ambiental todos los días 08, incentivando esta actividad también en los hogares de cada cuidador; se realiza el reporte de identificación de aparatos eléctricos encendidos, desconectados o apagados, arrojando un buen resultado en el comportamiento de los funcionarios con sus equipos, ya que la gran mayoría de dispositivos se encontraron desconectados. También se da cumplimiento a la configuración de pantallas de los monitores, las cuales se desactivan tras 10 minutos de inactividad.

En términos generales, se da cumplimiento al 90% de las estrategias impartidas en la política cero desperdicios de energía.

- ✓ **Gestión integral de los residuos**

Para la gestión de residuos se establecieron e implementaron estrategias que mejoren el adecuado manejo, identificación, clasificación, separación en la fuente, almacenamiento, transporte y disposición final de los residuos.

De esta manera, se dan a conocer las actividades que se han llevado a cabo para la implementación de los diferentes planes para la gestión de los residuos, tanto ordinarios como peligrosos, se cuenta con diferentes listas de chequeo, verificación diaria, registro de los residuos generados a diario, todo detalladamente para obtener un resultado

verídico, con el fin de realizar las consolidaciones pertinentes y reportar a los entes de control.
Se da cumplimiento a las verificaciones externas tanto al transportador de residuos en cada recolección, así como a la empresa gestora DESCONT, a quien se le entregan los residuos peligrosos, dicha empresa cuenta con todos los requerimientos exigidos para esta labor. Se cumple con el cuarto de almacenamiento de residuos, el cual se encuentra debidamente identificado y separado en secciones para los residuos peligrosos y no peligrosos. Para los residuos ordinarios no aprovechables que generalmente son recolectados por la empresa de servicio público, se logra establecer acuerdo para que sean recolectados, ya que, por la ubicación de la institución en una finca, no se contaba con la recolección hasta la puerta del centro.

Se realizaron diferentes sensibilizaciones para dar a conocer la gestión de los residuos en la institución, siendo los residuos hospitalarios un temario extenso el cual se le ha dado cumplimiento de acuerdo a la programación estipulada, se da cumplimiento a las reuniones mensuales GAGAS, así mismo, se realizaron los respectivos reportes trimestrales de residuos hospitalarios y residuos aprovechables, reporte de la bitácora de residuos peligrosos y no se realiza el reporte anual de respel ante el IDEAM, ya que, la comunidad de cuidado Los Robles, no genera grandes cantidades de estos, no alcanza a cumplir con la mínima cantidad para llegar a ser un pequeño generador, por tal motivo no le aplica ejecutar dicho reporte.

Continuando, con el tema de sensibilización sobre residuos, se dieron a conocer los diferentes programas del paipaers, además se tiene implementado el carrito organizador de papel, el cual es de bastante ayuda para reutilizar papel y no hacer uso de papel nuevo cuando no es necesario. Se implementa la botella de amor, que es la recolección de residuos plásticos de un solo uso como los empaques de “mecato” (galletas, dulces, papas, etc.), actividad que se adoptó fácilmente, por todos los cuidadores y personas mayores.

- ✓ **Consumo sostenible**

El consumo sostenible es definido como el uso de servicios a las necesidades básicas para llevar una mejor calidad de vida y reducir al mínimo el uso de los recursos naturales y materiales tóxicos. Por tal motivo, se implementa realizar compras verdes donde se adquieran productos menos nocivos para el medio ambiente, es decir en su mayoría

productos biodegradables, para lo cual la institución cuenta con algunos productos bio y la meta es llegar a complementar todos estos productos con menos impacto al medio ambiente.
Por otro lado, se implementan las compras a vendedores locales, en el caso de la comunidad de Cuidado, se realizan compras en el municipio de Fusagasugá a comparación de la ciudad, que conllevaría más horas de transporte y no local.

- ✓ **Implementación de prácticas sostenibles.**

Se establecieron e implementaron estrategias encaminadas al cuidado, bienestar y adaptación al cambio climático. Las tres prácticas sostenibles generales corresponden al mejoramiento de las condiciones ambientales internas de lo cual se han realizado actividades importantes como la identificación de aspectos e impactos, la implementación de las políticas “hacia una cultura cero”; como segunda estrategia se tiene contemplado la movilidad sostenible, de la cual se realizan actividades fomentando la caminata y transporte compartido ya que por la ubicación del centro, son las actividades más cercanas que se pueden llegar a realizar, no se hace uso de la bicicleta por el mismo motivo; finalmente como tercera estrategia es la adopción al cambio climático donde se propone la implementación de huerta o jardín vertical, en la comunidad de Cuidado los Robles, se cuenta con una huerta, en la cual se producen lechugas, arveja, cilantro, maíz, ruda, col, entre otras, dicha huerta la lideran personas mayores que le han puesto mucho trabajo para que siga creciendo.

GESTION ADMINISTRATIVA

Cra. 24 No. 39B-15 – Oficina 302 - Tel: 7322832 – 313.2106833 - Bogotá D.C.
E-mail: corporacion@multietnias.org

GESTION ADMINISTRATIVA

TALENTO HUMANO:

Durante la ejecución del convenio 8827 del 2023 se garantizó de manera contante el talento humano requerido según anexo técnico lo cual consto de:

- 1 coordinadora
- 1 profesional en enfermería
- 1 profesional en nutrición
- 1 profesional en psicología
- 1 profesional en gerontología
- 1 profesional en terapia ocupacional
- 1 profesional en trabajo social
- 12 auxiliares de enfermería
- 1 tallerista en artes y oficios
- 1 técnico operativo
- 1 técnico en regencia y farmacia
- 1 técnico en gestión ambiental
- 1 técnico en gestión documental
- 1 técnico en gastronomía o en alimentos
- 5 servicios generales
- 4 manipulador de alimentos

El talento humano anteriormente mencionado cumplió a cabalidad todos sus roles y actividades.

- **GESTION DOCUMENTAL**

Dando cumplimiento a las actividades de gestión documental y archivo, atendiendo los Lineamientos, Instructivos y demás documentos, definidos para la administración documental por el Proceso de Gestión Documental de la Secretaría Distrital Integración Social, el Decreto Distrital 514 de 2006, la Ley 594 del 2000 y los procesos, procedimientos, normatividad y lineamientos del Archivo General de la Nación y el Archivo de Bogotá.

El Archivo de la comunidad de Cuidado Los Robles durante la vigencia del contrato 8827 del 2023 de acuerdo al Anexo y garantizando la conformación, organización, actualización

y entrega de los archivos activos y egresos de las historias sociales, teniendo en cuenta la normatividad vigente. Cuenta con un Total Activos de 50 Cajas X 200 equivalente a 226 Carpetas e inactivos 12 cajas equivalentes a 48 carpetas correspondientes a la Serie Historias Sociales de la Persona Mayor.

Se tiene actualizada la conformación y la administración de los expedientes de acuerdo a los principios archivísticos de procedencia y principio de orden original.

La Foliación realizada en Lápiz Tipo HB de todas las Historias Sociales.

La actualización del Formato Hoja de Control FOR-GD 013 Mediante el cuales se realiza mensualmente su registro.

En cumplimiento de la Ley 594 de 2000 y la Ley 1712 de 2014, y conforme al Acuerdo No. 038 de septiembre 20 de 2002, “Por el cual se desarrolla el artículo 15 de la Ley General de Archivos 594 de 2000”; se tiene actualizado al a fecha el registro de la totalidad de los expedientes que se administran en La comunidad de Cuidado los Robles en el Formato único de inventario documental - FUID (FOR-GD-017).

Se Garantiza la implementación de formatos, protocolos, instructivos del servicio Centro oficializados en el mapa de procesos de la SDIS.

Se Liderará la coordinación del plan de trabajo del área de gestión documental y archivo con todo el talento humano de La comunidad de Cuidado los Robles.

Se socializa e implementa las políticas, planes, programas, procedimientos, instructivos, formatos y lineamientos de gestión documental y archivo emitidos por la SDIS.

Se llevó a cabo el control de la conservación de la documentación en las adecuadas condiciones de seguridad y preservación a partir de la normatividad vigente.

Se Gestiona y controla la consulta y el préstamo de la documentación custodiada en el Archivo, realizando el respectivo registro de los expedientes y de los documentos en préstamo en los formatos oficializados por la SDIS.

SERVICIO DE TRANSPORTE

Durante la ejecución del convenio se garantizó el servicio transporte exclusivo, dando cumplimiento a las normas expedidas por la secretaría de movilidad y demás autoridades

competentes, siempre el servicio de trasporte en la totalidad del convenio estuvo amparado con póliza de responsabilidad civil extracontractual y seguro obligatorio.
Así mismo las condiciones del vehículo cumplieron con el 100% de lo relacionado en el anexo técnico.

SERVICIO FUNERARIO

Se garantizó los servicios funerarios mediante póliza, seguro de riesgo exequial, contrato con las características relacionadas en el anexo técnico.

SERVICIOS PÚBLICOS.

Durante la ejecución del convenio se logró garantizar los servicios públicos correspondientes al anexo técnico, los cuales fueron pagados en su totalidad y de manera mensual cuando se requería.
A la vez se garantizó la prestación diaria de los servicios públicos domiciliarios en su totalidad.

SERVICIO DE VIGILANCIA:

Teniendo presente que para la Comunidad de Cuidado los Robles es primordial la integridad de las personas mayores y del talento humano se contó durante la ejecución del convenio con una empresa de vigilancia debidamente autorizada, así mismo se contó con un circuito de cámaras dentro del espacio funcional cubriendo todas las áreas de la comunidad de cuidado.

ACCESO A MEDIOS DE COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN

Durante la ejecución del convenio 8827 del 23 la Comunidad de Cuidado Los Robles garantizó el acceso a medios de comunicación (revistas, equipos de cómputo, celular, internet, televisión).

SALIDAS LÚDICO RECREATIVA

Durante la ejecución del convenio se realizaron 4 salidas lúdicas recreativas

- 1 de diciembre a villa Marínela ---Chinauta
- 31 de enero al museo interactivo de maloka-Bogotá
- 23 de febrero –Chinauta
- 29 de febrero villa de Ely --Chinauta