INFORME DE CUMPLIMIENTO ACTIVIDADES CONTRATADAS
RESPONSABLE: SULY TATIANA HERNANDEZ SUAREZ **CARGO: AUXILIAR DE ENFERMERIA**
PERIODO INFORMADO: del 26 DE MARZO de 2026 al 26 DE ABRIL de 2026
FECHA DE PRESENTACIÓN: 26 DE ABRIL DEL 2026
DESTINATARIO: ANGI PAOLA CARVAJAL **CARGO:** Coordinadora
OBJETIVO: La prestación de servicios profesionales como auxiliar de enfermeria del centro de atención al adulto mayor del municipio de Tarqui Huila y bajo las condiciones estipuladas en el presente contrato.

DESARROLLO

A continuación, relaciono las actividades realizadas en el periodo del 26 DE MARZO HASTA EL 26 DE ABRIL de 2026

ITEM 1.>higiene personal-y-cuidado-de-la piel **•→Objetivo:-Mantener-la-limpieza-corporal, prevenir-infecciones-y-cuidar -la-integridad-de-la piel.9** **•→ Actividades posibles:-Baño asistido, cambio-de ropa, cuidado-de-la piel-seca-o con úlceras por presión.l** **•→Relevancia: Favorece-el-bienestar -físico, previene-complicaciones y mejora-la-autoestima.**
Durante el proceso de atención integral a los adultos mayores en el Centro Vida del municipio de Tarqui, se promueve activamente la práctica de una adecuada higiene personal y el cuidado de la piel, aspectos esenciales para preservar la salud, la comodidad y la autoestima en esta etapa de la vida. Con el paso de los años, la piel sufre cambios fisiológicos que la vuelven más frágil, seca y susceptible a irritaciones o lesiones, lo cual exige cuidados especiales y constantes. El mantenimiento de la higiene corporal no solo garantiza la limpieza y frescura, sino que también previene infecciones, favorece la circulación sanguínea y brinda una sensación de bienestar que impacta positivamente en la esfera física y emocional. Del mismo modo, el cuidado de la piel constituye una medida preventiva frente a complicaciones como úlceras por presión, dermatitis o infecciones cutáneas, que pueden afectar la autonomía y la calidad de vida del adulto mayor. Entre las recomendaciones más relevantes se destacan: la realización de baños con agua tibia y jabones suaves, acompañados de un secado minucioso, especialmente en los pliegues corporales; la aplicación de cremas hidratantes que eviten la resequedad y el agrietamiento de la piel; el uso diario de ropa limpia y adecuada al clima; así como la observación periódica de posibles cambios o lesiones cutáneas. En los casos de movilidad reducida, es

fundamental el baño asistido y la prevención de úlceras por presión mediante cambios de posición y el uso de superficies de apoyo adecuadas.

Fomentar estos hábitos de higiene y cuidado de la piel no solo contribuye a prevenir enfermedades, sino que fortalece la autoestima, dignifica la vida cotidiana y refuerza la independencia de las personas mayores. Esta labor educativa y de acompañamiento refleja el compromiso del Centro Vida con un envejecimiento activo, saludable y pleno, donde el bienestar integral se convierte en una prioridad para todos.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA









ITEM 2:Prevención-de-caídas y'movilización-seguraT
•→Objetivo:-Evitar-accidentes-comunes-en personas mayores y-fomentar-su movilidad-con-seguridad.I• →Actividades posibles: -Ejercicios-de movilidad, uso-adecuado de-ayudas -técnicas (andadores, bastones),supervisión-en-desplazamientos.T
•→Relevancia:Reduce -el riesgo-de-fracturas y mantiene-la-independencia..

Durante el proceso de atención integral a los adultos mayores en el Centro Vida del municipio de Tarqui, se hace especial énfasis en la **prevención de caídas y la movilización segura**, aspectos fundamentales para preservar la independencia, la confianza y la calidad de vida de esta población. Con el paso de los años, el organismo experimenta cambios en el equilibrio, la fuerza muscular y la coordinación, lo que aumenta el riesgo de accidentes domésticos y de movilidad. Por esta razón, resulta indispensable implementar

estrategias educativas y prácticas que fortalezcan la seguridad en los desplazamientos diarios.

La prevención de caídas no solo evita lesiones graves, como fracturas o contusiones, sino que también contribuye a mantener la autonomía y reducir el temor a caminar o realizar actividades cotidianas. Dentro de las recomendaciones más importantes se destacan: la práctica regular de **ejercicios de movilidad y equilibrio**, el uso adecuado de **ayudas técnicas** como bastones o andadores, la **adecuación de los espacios del hogar** (iluminación, eliminación de obstáculos, instalación de barras de apoyo) y la elección de un **calzado firme y antideslizante** que brinde seguridad al caminar.

Durante la actividad realizada en el Centro Vida, los adultos mayores participaron en dinámicas grupales orientadas a fortalecer la movilidad y el equilibrio, mediante ejercicios suaves de estiramiento, levantamiento de talones y puntas, caminatas guiadas y un circuito seguro con obstáculos simples, que permitió practicar técnicas de desplazamiento controlado. Estas prácticas no solo favorecieron la actividad física, sino que también generaron un espacio de integración y confianza entre los participantes.

Promover la movilización segura en los adultos mayores significa ofrecerles herramientas para mantener una vida activa, autónoma y libre de temores. Este trabajo preventivo reafirma el compromiso del Centro Vida con el bienestar integral, contribuyendo a un envejecimiento saludable, digno y lleno de seguridad en cada paso.

EVIDENCIA FOGOGRAFICA

	
	

ITEM 3:.'Administración y-supervisión-del-tratamiento-médico
•→ Objetivo:-Garantizar que-la persona mayor cumpla-con-sus-tratamientos prescritos.l
•→ Actividades posibles:-Organización-y-suministro-de medicamentos, control-de-signos -vitales, reporte de-reacciones adversas.
•→Relevancia:-Evita-errores-de medicacióny mejora-la-efectividad-del-tratamiento.l

Durante el proceso de atención integral a los adultos mayores en el Centro Vida del municipio de Tarqui, se fomenta activamente la adecuada **administración y supervisión del tratamiento médico**, como pilar fundamental para garantizar el bienestar, la seguridad y la calidad de vida de esta población. Con el paso de los años, los cambios físicos, cognitivos y sociales pueden dificultar el cumplimiento riguroso de los tratamientos prescritos, generando riesgos de olvidos, duplicación de dosis o reacciones adversas que comprometen la salud. Por ello, resulta indispensable establecer estrategias de apoyo y educación que fortalezcan la adherencia terapéutica y eviten complicaciones.

El cumplimiento del tratamiento no se limita únicamente a la ingesta de medicamentos, sino también al desarrollo de prácticas complementarias como el **control periódico de signos vitales**, la **observación de posibles efectos secundarios** y la **comunicación oportuna con los profesionales de salud** ante cualquier alteración. De igual manera, la organización del suministro de fármacos mediante pastilleros semanales, libretas de control y recordatorios diarios se convierte en una herramienta clave para prevenir errores y mantener la constancia en la medicación.

Así mismo, la participación de familiares y cuidadores en la supervisión del tratamiento representa un apoyo invaluable, ya que facilita el acompañamiento en la toma de decisiones, la asistencia a las citas médicas y el seguimiento de las indicaciones profesionales. Gracias a estas acciones coordinadas, los adultos mayores logran un mayor grado de independencia, confianza y seguridad en el manejo de su salud.

Promover la correcta administración y supervisión del tratamiento médico no solo optimiza la efectividad de las terapias, sino que también **reduce riesgos de complicaciones**, fortalece la autonomía de las personas mayores y contribuye a un envejecimiento activo y saludable. De esta manera, el Centro Vida reafirma su compromiso con un cuidado integral que prioriza la prevención, el autocuidado y la calidad de vida de los adultos mayores en un entorno digno y protector.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA

<table>
<tr><td></td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="2">ITEM 4: Nutrición-e-hidratación-adecuada

•→ Objetivo:-Promover -una alimentación-balanceada-y-una correcta-ingesta de-líquidos* → Actividades posibles:-Apoyo-en-la-alimentación, -seguimiento-de dietas-especiales, control -de peso-y.signos-de-desnutrición-o-deshidratación.I•→Relevancia:-Previene-enfermedades, mejora-la-energía y refuerza-el -sistema-inmunológico</td></tr>
<tr><td colspan="2">Durante el proceso de atención integral a los adultos mayores en el Centro Vida del municipio de Tarqui, se promueve activamente la adopción de hábitos de nutrición e hidratación adecuados, fundamentales para preservar la salud, la energía y la vitalidad en esta etapa de la vida. A medida que se envejece, el cuerpo atraviesa cambios fisiológicos que afectan el metabolismo, la absorción de nutrientes y la sensación de sed, lo cual aumenta el riesgo de desnutrición o deshidratación si no se tienen los cuidados necesarios.

Por esta razón, resulta indispensable adaptar la alimentación y la ingesta de líquidos a las nuevas necesidades, priorizando una dieta variada, balanceada y rica en nutrientes esenciales, acompañada de una hidratación suficiente a lo largo del día. Una correcta nutrición e hidratación no solo fortalecen el sistema inmunológico, sino que también ayudan a prevenir enfermedades crónicas como la hipertensión, la diabetes, la osteoporosis y los trastornos del colesterol.

Entre las recomendaciones más importantes se destacan: el consumo frecuente de frutas y verduras frescas, que aportan vitaminas, minerales y fibra; la inclusión de proteínas magras como el pescado, pollo, legumbres y huevo, que contribuyen al mantenimiento de la masa muscular; y la elección</td></tr>
</table>

de carbohidratos complejos de bajo índice glucémico, que brindan energía sostenida. Del mismo modo, se subraya la necesidad de ingerir entre 6 y 8 vasos de agua al día, complementados con sopas, infusiones naturales y frutas con alto contenido de agua. También se hace énfasis en reducir el consumo de sal, azúcares refinados y grasas saturadas, para proteger la salud cardiovascular.

Adoptar estos hábitos no solo mejora la calidad de vida del adulto mayor, sino que también favorece su autonomía, previene complicaciones de salud y mantiene el equilibrio físico y mental. Esta labor educativa reafirma el compromiso del Centro Vida con la promoción de un envejecimiento digno, saludable y pleno, donde la buena alimentación y la correcta hidratación se reconocen como pilares esenciales del bienestar integral.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA









ITEM 5.**Acompañamiento-emocional-y-escucha-activaT**
*** → Objetivo:-Brindar-apoyo-afectivo, contención-y-compañia-al-adulto mayor.0**
*** → Actividades posibles:-Conversaciones-diarias, estimulo-de recuerdos positivos, acompañiamiento-en· momentos-de tristeza-o ansiedad.I**

•→Relevancia:-Previene-la-depresión, fortalece -el-vinculo humano-y promueve -el-bienestar mental

Durante el proceso de atención integral a los adultos mayores en el Centro Vida del municipio de Tarqui, se reconoce la importancia del **acompañamiento emocional y la práctica de la escucha activa** como pilares fundamentales para garantizar el bienestar afectivo, social y mental de esta población. Con el paso de los años, los adultos mayores suelen enfrentar situaciones de soledad, pérdida de seres queridos, ansiedad o tristeza, que pueden impactar directamente en su calidad de vida. Por esta razón, brindar apoyo emocional y espacios de diálogo constituye una herramienta esencial para fortalecer su autoestima, seguridad y sentido de pertenencia.

El acompañamiento emocional se entiende como la presencia afectiva y cercana que ofrece contención y compañía, mientras que la escucha activa implica prestar verdadera atención a lo que el otro expresa, tanto en palabras como en sentimientos, mostrando respeto, empatía y comprensión. Estas prácticas contribuyen a crear un entorno de confianza en el que el adulto mayor se sienta valorado, escuchado y comprendido.

Entre las acciones más significativas para fomentar el bienestar emocional en esta etapa de la vida se destacan: mantener conversaciones diarias que favorezcan el intercambio de pensamientos y sentimientos; estimular recuerdos positivos y experiencias pasadas que fortalezcan la memoria y la identidad; acompañar de manera cercana en momentos de tristeza o ansiedad, transmitiendo apoyo y serenidad; y practicar la escucha activa como un acto de respeto, mirando a los ojos, validando emociones y respondiendo con empatía.

Promover el acompañamiento emocional y la escucha activa previene la depresión, reduce el aislamiento social, refuerza los lazos humanos y familiares, y contribuye al equilibrio mental del adulto mayor. Esta labor educativa y preventiva reafirma el compromiso del Centro Vida con un envejecimiento digno, humano y pleno, en un entorno donde el cuidado afectivo se considera tan importante como la salud física y la atención médica.

EVIDENCIA FOTOGRAFICA





	

Firma:

SULY TATIANA HERNANDEZ

Nombre: SULY TATIANA HERNANDEZ SUAREZ
Cedula: 1.081.518.032