Alcaldía Municipal de
COYAIMA

ACTA VISITA

AÑO: 2024	MES: abril	DIA:12	HORA: 02:00 pm

LUGAR: municipio de coyaima.

ASUNTO: Capacitación Temas en salud al Adulto Mayor en casa.

PARTICIPANTES

Egna Rocio Briñez Guzmán (enfermera de apoyo y gestión).

Jicela Ibeth Vega Ospina (enlace Adulto Mayor).

Criatobal Montalvo (gana -gana).

OBJETIVO Socialización en temas de, IRA-EDA- lavado de manos dengue, cuidados del adulto mayor.

Siendo las 02:00 pm del dia 26 de abril del 2024, nos dirijimos al barrio la vega en el casco urbano del municipio de coyima, en articulacion con enlace de adulto mayor y la enfermera de apoyo y gestion Egna Rocio Briñez Guzman, donde se realiza la jornada de pagos a los adultos mayores de 60 años, que no pueden ir a un punto de pago por su condiccion fisica, su edad avanzada.

Llegamos a la primera vivienda del señora ana mercedes aragon donde muy amablement nos recibe y nos permite iungresar a la vivienda al ingresar la señora mercede se encuentra en una silla mesedora con cedula en mano, se procede a realizarle el pago y seguidamente se le brinda educacion frente a IRA-EDA

INFECCION RESPIRATORIA AGUDA

La Infección Respiratoria Aguda (IRA) constituyen un grupo de enfermedades que se producen en el aparato respiratorio, causadas por diferentes microrganismos como virus y bacterias, que comienzan de forma repentina y duran menos de 2 semanas. Es la infección más frecuente en el mundo y representa un importante tema de salud pública en nuestro país. La mayoría de estas infecciones como el resfriado común son leves, pero dependiendo del estado general de la persona pueden complicarse y llegar a amenazar la vida, como en el caso de las neumonías.

En escolares, adolescentes y adultos:
- Asfixia o dificultad para respirar (o incluso sensación de dificultad para respirar).
- Dolor en el pecho al respirar o toser.
- Decaimiento o cansancio excesivo.
- Fiebre mayor de 38,5 grados centígrados, durante más de dos días.

Prevención de Infecciones Respiratorias Agudas

• Evite el contacto con personas con gripa. Los enfermos deben utilizar tapabocas y mantener las manos limpias con un correcto lavado de manos con agua y jabón.
• Si es un bebé menor de seis meses, suministre solamente leche materna en mayor cantidad, por lo menos 10 veces al día.
• Si el niño tiene seis meses o más, proporcione alimentos recién preparados, de alto contenido nutricional y energético

(frutas, verduras y carnes), y sígale dando leche materna.
• Evite contacto con fumadores.
• Para aliviar la tos y el dolor de garganta dé a su hijo bebidas aromáticas o té. Si es mayor de dos años suminístrele miel.
• Mantenga las fosas nasales destapadas, en lo posible aplique con frecuencia suero fisiológico por ambas fosas nasales limpiando las secreciones.
• Cuando el niño salga a cambios bruscos de temperatura, protéjalo y cúbrale la nariz y la boca.
Recomendaciones
• Enseñe a sus hijos a estornudar: Ponga un pañuelo desechable sobre nariz y boca al toser o estornudar, bótelo y lávese las manos.
• No suministre medicamentos, antibióticos o jarabes para la tos a menos que sean formulados por el médico.
• Lávese las manos cuando tenga contacto con secreciones o enfermos con gripa.
• Ventile a diario la casa y habitación de los enfermos.
• Verifique que su esquema de vacunación (niños, niñas, escolares y adultos) esté completo para su edad.
• La hidratación es la clave para controlar la enfermedad y evitar así mayores complicaciones.

ACONTINUACION SE HABLA SOBRE EDA

ENFERMEDAD DIARREICA AGUDA

Se define como diarrea la deposición, tres o más veces al día (o con una frecuencia mayor que la normal para la persona) de heces sueltas o líquidas. La deposición frecuente de heces formes (de consistencia sólida) no es diarrea, ni tampoco la deposición de heces de consistencia suelta y "pastosa" por bebés amamantados.

La diarrea suele ser un síntoma de una infección del tracto digestivo, que puede estar ocasionada por diversos organismos bacterianos, víricos y parásitos. La infección se transmite por alimentos o agua de consumo contaminados, o bien de una persona a otra como resultado de una higiene deficiente.

Las intervenciones destinadas a prevenir las enfermedades diarreicas, en particular el acceso al agua potable, el acceso a buenos sistemas de saneamiento y el lavado de las manos con jabón permiten reducir el riesgo de enfermedad. Las enfermedades diarreicas deben tratarse con una solución salina de rehidratación oral (SRO), una mezcla de agua limpia, sal y azúcar. Además, el tratamiento durante 10 a 14 días con suplementos de zinc en comprimidos dispersables de 20 mg acorta la duración de la diarrea y mejora los resultados.

Hay tres tipos clínicos de enfermedades diarreicas:

- la diarrea acuosa aguda, que dura varias horas o días, y comprende el cólera;
- la diarrea con sangre aguda, también llamada diarrea disentérica o disentería; y
- la diarrea persistente, que dura 14 días o más.

Alcance de las enfermedades diarreicas

Las enfermedades diarreicas son una causa principal de mortalidad y morbilidad en la niñez en el mundo, y por lo general son consecuencia de la exposición a alimentos o agua contaminados. En todo el mundo, 780 millones de personas carecen de acceso al agua potable, y 2500 millones a sistemas de saneamiento apropiados. La diarrea causada por infecciones es frecuente en países en desarrollo.

Deshidratación

La amenaza más grave de las enfermedades diarreicas es la deshidratación. Durante un episodio de diarrea, se pierde agua y electrolitos (sodio, cloruro, potasio y bicarbonato) en las heces líquidas, los vómitos, el sudor, la orina y la respiración. Cuando estas pérdidas no se restituyen, se produce deshidratación.

El grado de deshidratación se mide en una escala de tres:

Deshidratación grave

(al menos dos de los signos siguientes):
- letargo o pérdida de conocimiento;
- ojos hundidos;
- no bebe o bebe poco;

Deshidratación moderada (al menos dos de los signos siguientes):

- desasosiego o irritabilidad;

- ojos hundidos;

- bebe con ganas, tiene sed..

Prevención y tratamiento

Entre las medidas clave para prevenir las enfermedades diarreicas cabe citar las siguientes:

- el acceso a fuentes inocuas de agua de consumo;
- uso de servicios de saneamiento mejorados;
- lavado de manos con jabón;
- lactancia exclusivamente materna durante los primeros seis meses de vida;
- una higiene personal y alimentaria correctas;
- la educación sobre salud y sobre los modos de transmisión de las infecciones;
- la vacunación contra rotavirus.

Entre las medidas clave para tratar las enfermedades diarreicas cabe citar las siguientes:

- Rehidratación: con solución salina de rehidratación oral (SRO). Las SRO son una mezcla de agua limpia, sal y azúcar. Cada tratamiento cuesta unos pocos céntimos. Las SRO se absorben en el intestino delgado y reponen el agua y los electrolitos perdidos en las heces.
- Complementos de zinc: los complementos de zinc reducen un 25% la duración de los episodios de diarrea y se asocian con una reducción del 30% del volumen de las heces.
- Rehidratación con fluidos intravenosos en caso de deshidratación severa o estado de choque.
- Alimentos ricos en nutrientes: el círculo vicioso de la malnutrición y las enfermedades diarreicas puede romperse continuando la administración de alimentos nutritivos —incluida la leche materna— durante los episodios de diarrea, y proporcionando una alimentación nutritiva —incluida la alimentación exclusiva con leche materna durante los seis primeros meses de vida— a los niños cuando están sanos.

- Consulta a un agente de salud, en particular para el tratamiento de la diarrea persistente o cuando hay sangre en las heces o signos de deshidratación.
- **Se habla sobre los 3 mensajes claves.**
- se resalta la importancia sobre los 3 mensajes claves, claves (¿cómo evito que mi hijo. hija o mi adulto mayor se enferme? ¿cómo lo cuido en casa? ¿cuándo debo consultar a un servicio de salud?) Que aumentar la ingesta de agua cuando tenga gripa, evitar quemar las basuras usar tapabocas quien tenga gripa en la casa.

Se les explica la importancia de Lavar nuestras manos es la medida básica para combatir cualquier virus respiratorio y enfermedades gastrointestinales; según la OMS, 1 de cada 5 infecciones respiratorias y 1 de cada 3 enfermedades diarreicas pueden prevenirse con un correcto lavado de manos. Además, es una medida efectiva y económica que puede salvar muchas vidas.

La Organización Mundial de la salud OMS, establece los siguientes pasos:
1. Mójese las manos con agua.
2. Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir la superficie de las manos.
3. Frótese las palmas de las manos entre sí.
4. Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda, entrelazando los dedos y viceversa.
5. Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
6. Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.
7. Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.
8. Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
9. Enjuáguese las manos con agua.
10. Séquese las manos con una toalla de papel.
11. Utilice la toalla para cerrar el grifo

Les explico ¿Cuándo se deben lavar las manos?

- ✓ Antes y después de ir al baño.
- ✓ Antes y después de consumir alimentos.
- ✓ Antes y después de tomar líquidos.
- ✓ Después de estornudar o toser.
- ✓ Antes y después de usar tapabocas.
- ✓ Antes de tocarse la cara.
- ✓ Después de entrar en contacto con superficies que hayan podido ser contaminadas por otra persona (manijas, pasamanos, cerraduras, transportes).
- ✓ Después de manipular dinero
- ✓ Teniendo en cuenta que así podemos ayudar a disminuir enfermedades que pueden causar la muerte.

Posteriormente se les entrega folleto de dengue explicando que es una enfermedad viral que es transmitida por la picadura de la hembra del zancudo por **Aedes Aegypti.**

Se explica su ciclo de vida del Aedes Aegypti primero son huevos, después larva, sigue pupa, zancudo adulto listo para picar.
Su Ciclo de transmisión Aedes Aegypti pica a persona infectada, luego Aedes Aegypti infectada, pica a persona sana.
Según su Clasificación del dengue, sin signos de alarma, con signos de alarma, dengue grave
Sin Signos: fiebre, dolor de cabeza, dolor retrocular, mialgias artralgias erupción o rash
Con signos de alarma: somnolencia o irritabilidad. Dolor abdominal intenso, vomito persistente, diarrea, hipotensión, hepatomegalias, acumulación de líquidos, descenso de plaquetas, aumento del hematocrito,
Dengue grave: extravasación severa de plasma, hemorragias con compromiso hemodinámico, daño de órganos, shock de dengue.
Como prevenimos el dengue en nuestra comunidad pues realizando en cada vivienda hábitos protectores como lavar albercas y depósitos de agua limpias, como mínimo 1 vez por semana. Recolectando y eliminando periódicamente elementos inservibles como: botellas latas, tarros, tapas etc.

Antes que nada, es importante entender quién es un adulto mayor se entrega folletos. Donde se Explicando que

Según la **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, se considera **adulto mayor a cualquier persona mayor de 60 años.** A medida que envejece, el ser humano experimenta fisiológicamente un declive progresivo en las funciones orgánicas y psicológicas. Por esto, las personas de edad avanzada son más vulnerables a diversas enfermedades y requieren cuidados básicos.
Es de resaltar la importancia de cuidar a los adultos mayores, radica en garantizar su bienestar y calidad de vida, proporcionándoles apoyo emocional, social y físico. Además, contribuye a mantener su autonomía e independencia, prevenir accidentes y riesgos y promover un envejecimiento activo y saludable.

1.El papel de la familia y los cuidadores.
La familia juega un rol crucial en el cuidado de los adultos mayores. Es importante mantener una comunicación constante y trabajar en equipo con los cuidadores y profesionales de la salud. Además, es fundamental informarse sobre las necesidades específicas de cada adulto mayor y las mejores formas de abordarlas. La educación y la empatía son clave para brindar un cuidado adecuado y afectuoso.

Por su edad, es probable que un adulto mayor haya perdido o esté perdiendo **habilidades motoras y de coordinación,** como olvidar la manera de vestirse y desvestirse. Por ello, hay que brindar ayuda con la vestimenta y cerciorarse de que use la ropa adecuada según el clima.

2.. Brinde una alimentación saludable

La mayoría de las personas come menos a medida que la edad avanza. Por esta razón, es necesario que los adultos mayores tengan una **alimentación equilibrada** que aporten **macronutrientes** (hidratos de carbono, proteínas y grasas), **micronutrientes** (vitaminas, minerales y antioxidantes) y **fibra**. También es recomendable que beban un mínimo de dos litros de líquidos a diario, entre agua, jugos o sopas.

3.El envejecimiento activo y saludable
El envejecimiento activo y saludable es un concepto que promueve la participación de los adultos mayores en actividades que les permitan mantener su bienestar físico, social y mental. Cuidar a los adultos mayores incluye

promover y facilitar su acceso a actividades recreativas, culturales y educativas que les permitan disfrutar de una vida plena y enriquecedora.

4.Cuide el aseo personal y la vestimenta

Una buena higiene en personas de edad avanzada es clave para la prevención de enfermedades y estimular hábitos de un estilo de vida saludable. Hay que seguir una rutina para asear correctamente todas estas partes del cuerpo: piel, zona genital y anal, cabello, dientes y boca, uñas y orejas. También es importante el lavado frecuente de las manos.

5.La prevención de accidentes y riesgos.
Uno de los aspectos más importantes de cuidar a los adultos mayores es garantizar su seguridad. Es fundamental estar pendientes de los riesgos que puedan enfrentar, como caídas, accidentes domésticos o problemas de salud que requieran atención inmediata. Esto implica estar atentos a las señales que puedan indicar algún problema y actuar rápidamente para prevenir complicaciones.

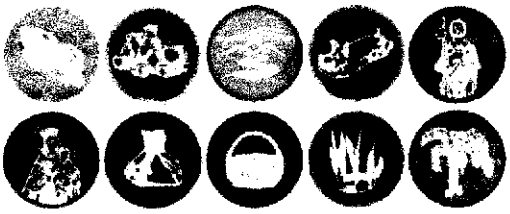
6.Promueva la actividad física

La pérdida de fuerza y masa muscular, la reducción de la flexibilidad y los problemas de equilibrio pueden dificultar la movilidad de un adulto mayor. Por esto, la actividad física es necesaria para que mantengan autonomía e independencia. Se les comparte un folleto con los cuidados del adulto mayor. Se da por finalizada la actividad se toman evidencias fotográficas en cada vivienda y se firman hoja de planilla, nos despide. Se da por finalizada a las 04:20 pm .se hace retorno nuevamente a la alcaldía municipal.

Evidencias Fotográficas

1.Socializacion IRA-EDA Adulto Mayor

2. Como Prevenimos el IRA-EDA



3.Socializacion Dengue a los adultos mayores

4.Folletos entregados a los adultos mayore

5.Socializacion Dengue a los adultos mayores

6.Folletos entregados a los adultos mayores

COMPROMISOS
• Socializar con mas frecuencia temas en salud a la población adulto mayor. • Resaltar en las socializaciones los 3 mensajes clave4s de IRA Y EDA • Fomentar el lavado de manos. • Realizar limpieza en las albercas cada 8 días • Eliminar inservibles de cada vivienda para eliminar el AEDES AEGYPTY
RESPONSABLES:

Alcaldía Municipal de
COYAIMA

CHA: 26-04-2024 HORA: 2:00pm

GAR DEL EVENTO: Barrio Vega

TIVIDAD: Socialización Cuidado del Adulto mayor - Dengue

	NOMBRES	AEPLLIDOS	TIPO DE DOC	IDENTIFICACIÓN	EDAD	GENERO		ETNIA			TIPO DE POBLACIÓN					TELEFONO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA
						M	F	SIN PERTENENCIA ETNICA	INDIGENA	AFROCOLOMBIANO	POBLACIÓN LGTBI	ROOM	LIDERES COMUNITARIOS	VICTIMAS	DISCAPACIDAD			
1	Ana Mercedes	Arugon		28647241	79		X		X									Ana Mercedes Arugon
2	Julio cesar	Ospina S.		2.267 951	83	X			X									Julio cesar ospina S.
3	Sixta Tulia	Prieto		28676264	86		X		X									Sixta Prieto
4	Eudoro	Perea Guzman		2253616	76	X			X									Eudoro Perea.
5	Leonor	Cumbe		28645388	85		X		X									Leonor J. Cumbe A
6	Elvira	Rodriguez De		28646484	85		X		X									Elvira Rodriguez
7	Luis Antonio	Ospina							X									
8	Justina	Rodriguez De Y		28646872	70	70	X		X									Justina R de Yara
9	Lucila	Ospina Cala		28532309	82	82			X									Lucila Ospina
10	Abigail	Luna De Tuvera		28644232	93	93	X		X									
11	Nohora	Tuvera Luna		28647674	79		X		X									Nohora T
12	Justina	Mesa Chico			62	62	X		X									Justina Mesa

OBSERVACION:

RESPONSABLE: Egna Rocio Brinez Yisella Ibeth Vega CARGO: Enfermera de Apoyo. FIRMA:

CR 3 CON CLL 3 ESQUINA PALACIO MUNICIPAL COYAIMA
057(8)227-84-75 Fax:057(8)227-84-75
alcaldia@coyaima-tolima.gov.co

LO HICIMOS BIEN.
LO HAREMOS MEJOR!

Powered by CamScanner