

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE ENFERMERÍA**



**PROYECTO DE DESARROLLO LOCAL: PROMOVIENDO
ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y SALUDABLE EN ADULTOS
MAYORES DEL CENTRO DE ATENCIÓN INTEGRAL SANTA CRUZ,
2019**

**TRABAJO ACADÉMICO PARA OPTAR EL TÍTULO DE: SEGUNDA
ESPECIALIDAD PROFESIONAL DE ENFERMERÍA EN SALUD
FAMILIAR Y COMUNITARIA**

**AUTOR
JUAN RODRÍGUEZ ESTELA**

**ASESOR
Mtra. JULIA MARÍA NUREÑA MONTENEGRO**

Chiclayo, 2019

ÍNDICE

| | Pág. |
|---|-------------|
| RESUMEN | iii |
| ABSTRACT | iv |
| INTRODUCCIÓN | |
| I. DENOMINACIÓN DEL PROYECTO | 08 |
| II. NATURALEZA DEL PROYECTO | 08 |
| 2.1. Descripción del proyecto | 08 |
| 2.2. Fundamentación y justificación | 08 |
| 2.3. Marco institucional | 13 |
| 2.4. Finalidad del proyecto | 14 |
| 2.5. Objetivos | 14 |
| 2.6. Metas | 15 |
| 2.7. Beneficiarios | 15 |
| 2.8. Productos | 15 |
| 2.9. Localización física y cobertura espacial | 16 |
| III. ESPECIFICACIÓN OPERACIONAL DE LAS ACTIVIDADES | 19 |
| IV. MÉTODOS Y TÉCNICAS A UTILIZAR | 26 |
| V. DETERMINACIÓN DEL CALENDARIO DE ACTIVIDADES | 27 |
| VI. DETERMINACIÓN DE LOS RECURSOS NECESARIOS | 28 |
| • Humanos | 28 |
| • Materiales | 28 |
| • Financieros: | 28 |
| VII. CÁLCULO DE COSTOS DE EJECUCIÓN Y PRESUPUESTO | 29 |
| VIII. ADMINISTRACIÓN DEL PROYECTO | 30 |
| IX. INDICADORES DE EVALUACIÓN | 31 |
| X. FACTORES CONDICIONANTES E IMPACTO DEL PROYECTO | 32 |
| XI. SOSTENIBILIDAD DEL PROYECTO | 33 |
| XII. IMPACTO AMBIENTAL | 34 |
| XIII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES | 35 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 36 |
| ANEXOS | 41 |

RESUMEN

Los adultos mayores representan un grupo poblacional en incremento, al igual que las enfermedades crónicas degenerativas; donde el envejecimiento constituye una experiencia única, heterogénea y multidimensional; experimentando cambios físicos, psicológicos y sociales. Motivo por el cual se planteó realizar el proyecto de desarrollo local en el distrito de Santa Cruz, teniendo como objetivo: “Disminuir la prevalencia de enfermedades crónicas degenerativas en el adulto mayor del distrito de Santa Cruz 2019”. Este proyecto tiene un tiempo de ejecución de 01 año. Para lo cual los resultados esperados serán 3. Para el resultado 1; se plantea 3 actividades: Talleres educativos en autocuidado de la salud en adultos mayores, sesión demostrativa de alimentación nutricional y talleres educativos de ejercicios específicos. Para el resultado 2; se plantea 3 actividades: Taller de sensibilización a las autoridades distritales sobre los principales derechos reconocidos de las personas adultas mayores, capacitación a las autoridades locales sobre participación e integración social del adulto mayor y campañas de tamizaje, diagnóstico- control de daños no transmisibles con participación del comité multisectorial. Para el resultado 3; también 3 actividades: Talleres de fortalecimiento a las familias sobre el proceso de envejecimiento del adulto mayor, taller para fortalecer la estimulación cognitiva, autoestima y taller de prevención del maltrato a los adultos mayores por familiares o cuidadores.

Al final del proyecto se pretende disminuir la prevalencia de enfermedades crónicas degenerativas en el adulto mayor del distrito de Santa Cruz, generando espacios de concertación multisectorial, el proyecto tendrá un costo total de S/ **71,812.50**.

Palabras claves: Promoción de la salud (D006293)

Envejecimiento (D000375)

Estilo de Vida Saludable (D000070497)

Adulto mayor (D000368)

ABSTRACT

Older adults represent an increasing population group, as do chronic degenerative diseases; where aging is a unique, heterogeneous and multidimensional experience; experiencing physical, psychological and social changes. Reason why it was proposed to carry out the local development project in the district of Santa Cruz, with the objective of: “Decreasing the prevalence of degenerative chronic diseases in the elderly of the district of Santa Cruz 2019”. This project has an execution time of 01 year. For which the expected results will be 3. For result 1; considering 3 activities: Educational workshops in health self-care in older adults, demonstration session of nutritional feeding and educational workshops of specific exercises. For result 2; Three activities are proposed: Awareness workshop for district authorities on the main recognized rights of older persons, training for local authorities on participation and social integration of the elderly and screening campaigns, diagnosis-control of non-communicable damages with participation of the multisectoral committee. For result 3; also 3 activities: Workshops for strengthening families on the aging process of the elderly, workshop to strengthen cognitive stimulation, self-esteem and workshop for the prevention of elder treatment of older adults by family members or caregivers.

At the end of the project it is intended to reduce the prevalence of chronic degenerative diseases in the elderly in the district of Santa Cruz, generating multisectoral consultation spaces, the project will have a total cost of S / 71,812.50.

Keywords: Health promotion (D006293), aging (D000375), Healthy Lifestyle (D000070497), elderly (D000368)

INTRODUCCIÓN

Las personas adultas mayores sanas e independientes contribuyen al bienestar de la familia y la comunidad, sin embargo, en los actuales momentos, el número de personas mayores aumenta exponencialmente en coyunturas socioeconómicas complejas e inciertas, y sólo las intervenciones oportunas permitirán potenciar la contribución del adulto mayor activo saludable. En este contexto las enfermedades crónica degenerativas se convierten en factores de crisis para la estructura sanitaria que con las inversiones sociales y de salud adecuadas será posible lograr una longevidad sana y activa que signifique una menor carga económica familiar en el futuro del distrito de Santa Cruz.

A nivel mundial, entre 2015 y 2030 la población de 60 años y más se elevará de 900 millones a más de 1.400 millones de personas. Ello supone un incremento del 64% en tan solo 15 años, siendo el grupo de edad que más crece. En términos relativos, el porcentaje de población de 60 años y más pasará del 12,3% en 2015 al 16,4% en 2030. Aunque la situación de las regiones es marcadamente distinta, y Europa es y seguirá siendo el continente más envejecido del mundo, en nuestra región el proceso de envejecimiento se produce de manera más rápida, pasando de 70 millones de personas mayores a 119 millones en el mismo período, lo que supone un aumento del 59%¹.

América Latina y el Caribe se encuentra además en la antesala de un cambio sin precedentes en su historia: en el año 2037 se pronostica que la proporción de personas mayores sobrepasará a la proporción de menores de 15 años. En el año 2015, con la adopción de la agenda de objetivos del desarrollo sostenible, las personas adultas mayores fueron incorporadas en estos acuerdos para trabajar a favor de los derechos humanos de las personas adultas mayores. Esta acción permitirá que “nadie se quede atrás”. La comisión económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) ha insistido en que el enfoque de los derechos humanos es el más propicio para abordar la situación de las personas mayores porque ayuda a superar la clásica simplificación que asocia la vejez con las pérdidas y pone el acento en la igualdad, sin discriminación de ningún tipo. A su vez, identifica las obligaciones del Estado en la protección y la habilitación de las personas mayores como titulares de derechos².

El envejecimiento de la población, que consiste en el incremento del número de personas de 60 años a más, es un fenómeno que muestra un crecimiento sostenido en el Perú.

Según la Organización de las Naciones Unidas (ONU), en nuestro país la esperanza de vida en el periodo 2015-2020 es de 75,3 años, y se proyecta que entre 2045 y 2050 será de 82,1 años, para luego incrementar a 88,1 en el periodo 2095-2100³.

En el Perú, en los últimos años se han desarrollado diversas acciones dirigidas a las personas mayores como: la nueva Ley de la Persona Adulta Mayor (Ley N.º 30490), promulgada en 2016, y su reglamento, el plan nacional para las personas adultas mayores, y la implementación de programas y servicios focalizados. El objetivo principal es evidenciar las brechas de desigualdad en la población adulta mayor, y trabajar para defender sus derechos fundamentales³.

Otro aspecto a destacar es que el artículo 323º del código penal contempla el delito de discriminación basada en motivos de edad. Por decreto supremo N° 002-2018-JUS, se aprobó el plan nacional de derechos humanos 2018 - 2021. Este documento incluye como lineamiento estratégico N° 3 “diseño y ejecución de políticas a favor de los grupos de especial protección”, siendo uno de ellos, las personas adultas mayores. Además, establece como objetivo estratégico el “garantizar y promover la autonomía e independencia, mejorando la calidad de vida y el pleno ejercicio de los derechos de las personas adultas mayores, con su participación”.

La política nacional, referida a las personas adultas mayores desarrolla objetivos prioritarios, lineamientos y contenidos sobre los siguientes rubros: a) envejecimiento saludable (salud, nutrición, uso del tiempo libre) b) Empleo, previsión y seguridad social c) participación e integración social d) educación, conciencia y cultura sobre el envejecimiento y la vejez³

Por otro lado, se emitió la Ley N° 30364, Ley para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar, entre ellos, las personas adultas mayores. El reglamento de la citada Ley fue aprobado mediante Decreto Supremo N.º 009-2016 MIMP⁴.

Desde el momento que la persona llega a los 60 años se enfrenta a situaciones como la jubilación o dejar de trabajar paulatinamente, este hecho es vivenciado de diferente forma por cada uno de ellos. Pues, los niveles de participación del adulto mayor en la sociedad dependerán de dos acciones, si mantienen activa su red social o se desvincula generando aislamiento. Así

mismo su participación social dependerá también de su ingreso económico, ya que se generarán gastos que no podrá asumir, así como de su estado de salud actual ⁵.

Actualmente en nuestro país, existen asociaciones que le permiten participar al adulto mayor en una serie de actividades. Siendo una de ellas el Centro Integral del adulto mayor (CIAM), el cual es un espacio de prestación, coordinación y articulación, intra e interinstitucional, de servicios básicos integrales y multidisciplinarios, para el bienestar y promoción social de las personas adultas mayores, así como para visibilizar su problemática. Estos centros funcionan en la cabecera de cada uno de los distritos del país y constituyen espacios de participación consultante. Pues, los adultos mayores tienen la oportunidad de aprender y de ir fomentando espacios con su participación social ⁶.

En el distrito de Santa Cruz existe el centro de atención integral del adulto mayor (CAM), donde se observó que los adultos mayores se organizan en diversas actividades educativas, socialización y de participación, realizando talleres culturales, deportivos y productivos. Los adultos mayores asisten diariamente, los asistentes mayormente son mujeres, se desarrollan actividades de integración interinstitucional para promover un envejecimiento saludable.

El centro de atención integral del adulto mayor es un lugar de reunión de personas adultas que se juntan para compartir sesiones y talleres educativos, ejercicios físicos, manualidades, esparcimiento y actividades recreativas con el fin de que lleven una mejor calidad de vida. Se encuentra funcionando desde el 18 de enero del 2013; con apoyo y administración de autoridades locales y personas interesadas en la salud del adulto mayor; Actualmente está integrado por 58 adultos mayores activos de los cuales 13 son varones y 45 mujeres, mayormente son: Jubilados, viudas y pensionistas del Programa Pensión 65.

Cabe mencionar que la participación profesional del enfermero que trabaja en el primer nivel de atención es el cuidado compartido de la salud de las personas, las familias y las comunidades, en el «continuum» de su curso vital, desde el nacimiento hasta el final de la vida. Su práctica requiere de un pensamiento interdisciplinario, de una actuación multiprofesional en equipo, una participación activa de las personas adultas mayores, con visión holística del ser humano en relación con el contexto familiar y territorial ⁷.

I. DENOMINACIÓN DEL PROYECTO

Promoviendo envejecimiento activo y saludable en adultos mayores del centro de atención integral Santa Cruz, 2019

II. NATURALEZA DEL PROYECTO

2.1. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

El presente proyecto de desarrollo local “Promoviendo envejecimiento activo y saludable en adultos mayores del centro de atención integral Santa Cruz, 2019”.

Proyecta afianzar el desarrollo de actividades de promoción de la salud, prevención de riesgos y daños no transmisibles, teniendo como base el autocuidado, cuidado mutuo, uso del tiempo libre, mantenimiento de la persona autovalente, evitar la discapacidad; así como generar estilos de vida saludable y una relación armónica con la familia, comunidad y entorno ⁸.

Los objetivos y metas están enfocados en impulsar la participación, promover intervenciones educativas y actividades sociales para disminuir las enfermedades crónicas degenerativas en el adulto mayor del distrito de Santa Cruz. Para ello, se elaborará acciones estratégicas cuyo propósito final es mantener un envejecimiento saludable del centro de atención integral Santa Cruz, teniendo como escenario fundamental a las personas, familia y comunidad.

2.2. FUNDAMENTACIÓN Y JUSTIFICACIÓN.

El aumento de la expectativa de vida de la población, unido al decrecimiento de la natalidad en los países desarrollados y algunos en vías en desarrollo, son responsables fundamentalmente del incremento acelerado de la población mayor de 60 años. Se precisa conocer urgente e integralmente el proceso de envejecimiento humano, que propiciará la adopción de medidas que faciliten a esta población la satisfacción de las condiciones económicas, sanitarias, sociales y espirituales, que garanticen el disfrute de una vejez activa y saludable ⁹.

La población mundial envejece a pasos acelerados. En unos años, los habitantes mayores de 60 años se duplicarán y los de más de 80 años se cuadruplicarán.

Este fenómeno se considera un éxito, pero también supondrá un reto para la sociedad, influyendo en el ámbito sanitario y en la economía. La longevidad de la persona desencadena con frecuencia una serie de situaciones conflictivas: pérdida de seres queridos, pluripatologías, discapacidad, dependencia y proximidad a la muerte.¹⁰

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) en el Informe Técnico N° 3 del mes setiembre 2019 informa que la estructura por edad y sexo de la población está experimentando cambios significativos. En los últimos 70 años la población adulta mayor creció de 5,7% a 12,4% de la población total¹¹.

Los estilos de vida son aquellos comportamientos que mejoran o crean riesgos para la salud. Este comportamiento humano es considerado dentro de la teoría del proceso salud-enfermedad de Lalonde y Lafranboise junto con la biología humana, el ambiente y la organización de los servicios de salud como los grandes componentes para la producción de la salud o enfermedad de la población. Los estilos de vida están relacionados con los patrones de consumo del individuo en su alimentación, de tabaco, así como con el desarrollo o no de actividad física, los riesgos del ocio en especial el consumo de alcohol, drogas y otras actividades relacionadas y el riesgo ocupacional. Los cuales a su vez son considerados como factores de riesgo o de protección, dependiendo del comportamiento de personas para la aparición de enfermedades transmisibles y de las no transmisibles como: Diabetes, Enfermedades Cardiovasculares, Cáncer y otras)¹².

Por otro lado, la calidad de vida se relaciona con los factores económicos, sociales y culturales en la cual la persona se desarrolla y, en gran medida, a la escala de valores de cada individuo. En la década de los noventa se desarrolló el concepto de calidad de vida vinculado a la salud, que se define como: El valor asignado a la duración de la vida, modulado por las limitaciones, estado funcional, percepciones y oportunidades sociales, y que se ven influidas por las enfermedades, lesiones, tratamientos y políticas sanitarias, existe, por tanto, consenso en que la calidad de vida debe ser considerada desde una visión multidimensional, escenario considerar los aspectos ambientales, culturales,

económicos, de servicios de salud, satisfacción, actividades de ocio, entre otros¹³.

Muchos adultos mayores llegan a la edad de la jubilación y se sienten todavía en plenitud para realizar sus trabajos. Aunque ven disminuidas sus potencialidades físicas al llegar a la vejez, sienten, sin embargo, que su mente sigue lúcida, y sus ganas de hacer las cosas permanecen inalteradas. En otras palabras, es como si se les dijera que podemos prescindir de ellos. Una de las primeras necesidades de todo ser humano es la de sentirse aceptado, querido, acogido, perteneciente a algo y a alguien, sentimientos en los que se basa la autoestima ¹⁴.

La salud del adulto mayor está ligado al trabajo de enfermería, ya que nos respalda los aportes de la teórica Dorothea Orem, con su teoría del autocuidado, y nos hace hincapié en 03 tipos de “requisitos de autocuidado”, de los cuales tomaremos en cuenta ya que van más acordes con el proyecto de desarrollo local, el primer grupo contempla a los requisitos indispensables para el “autocuidado del desarrollo”, que consiste en promover las condiciones necesarias para la vida y la maduración, prevenir la aparición de condiciones adversas o mitigar los efectos de dichas situaciones, en los distintos momentos del proceso evolutivo o del desarrollo del ser humano: niñez, adolescencia, adulto y vejez. del mismo modo existen requisitos de “autocuidado universal” que son comunes a todos los individuos e incluyen la conservación del aire, agua, eliminación, actividad y descanso, soledad e interacción social, prevención de riesgos e interacción de la actividad humana, en este último grupo podemos apreciar que la enfermera juega un rol importante como ente preventivo y promocional, y para finalizar el último grupo de requisitos de “autocuidado de desviación de la salud” que surgen o están vinculados a los estados de salud de la población, siendo en este caso aplicado al grupo etario adulto mayor ¹⁵.

La Red de salud Santa Cruz cuenta con una población general de 44,680 de los cuales 5,773 son personas adultas mayores que hace un 12.9% de población general; el Centro de salud Santa Cruz tiene una población general de 6,997 y adultos mayores 873 con un 12.5% de la población general. Con respecto a las

enfermedades crónicas como : la Hipertensión arterial la red de salud Santa Cruz hasta el 30 de setiembre del 2019 presento 560 casos; de los cuales el Centro de Salud Santa Cruz presenta 72 casos, siendo 12.9% . Así mismo, en la red de salud santa cruz hay 111 casos de diabetes y el Centro de salud Santa Cruz presenta 42 casos, representando el 37.8% del total de casos de diabetes mellitus, este incremento es debido a que la población está tomando conciencia de estas enfermedades crónicas y acuden a realizarse los tamizajes para daños no transmisibles.

Este trabajo es importante, porque enfrentar el envejecimiento demográfico es un reto para la sociedad, que debe adaptarse para mejorar al máximo la salud y la capacidad funcional de las personas mayores, así como su participación social y su seguridad. Para ello, es importante promocionar comportamientos de vida saludable, la cual Organización Mundial de la Salud manifiesta que vida saludable es aquella forma de vida en la cual la persona mantiene un armónico equilibrio en su dieta alimentaria, actividad física, intelectual, recreación sobre todo al aire libre, descanso, higiene y paz espiritual .

Después de los 60 años, la discapacidad y la muerte sobrevienen, en gran medida, debido a las pérdidas de audición, visión y movilidad relacionadas con la edad y al padecimiento de enfermedades no transmisibles, como las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares, las enfermedades respiratorias crónicas, el cáncer y la demencia. Sin embargo, la presencia de estas enfermedades no dice nada sobre el impacto que pueden tener en la vida de una persona mayor, el envejecimiento también se asocia con un mayor riesgo de presentar simultáneamente más de una afección crónica conocida como multimorbilidad; en la cual la utilización de los servicios de salud y los gastos en salud, a menudo son considerablemente más altos, la prevención exhaustiva de estos estados de salud, predicen considerablemente mejor la supervivencia y otros resultados de comorbilidad ¹⁶.

El Enfermero salubrista participa en el proceso de la salud del individuo, permitiendo que sea el propio ciudadano el que tome sus decisiones, una vez que

ha sido informado y se le facilitan los elementos de comprensión y de actuación adecuados ¹⁷.

La organización mundial de la salud en su informe mundial sobre envejecimiento y salud amplió el concepto de envejecimiento saludable al proceso de fomentar y mantener la capacidad funcional que permite el bienestar en la vejez. Con este nuevo concepto, envejecer de manera saludable no significa envejecer sin enfermedades. Envejecer de manera saludable significa ser capaz de hacer durante el máximo tiempo posible las cosas a las que damos valor ¹⁸.

El propósito del proyecto de desarrollo local es empoderar y crear condiciones saludables y favorables a través de la educación en salud con actores sociales estratégicos, incrementando los factores protectores por parte de la familia y sociedad creando un ambiente positivo con el adulto mayor.

El desarrollo de este proyecto se encuentra inmerso en Objetivos del desarrollo sostenible, en el objetivo 3: “garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades”¹⁹.

La Ley N° 30490, ley de las personas adultas mayores. Busca garantizar el ejercicio pleno de los derechos reconocidos en la constitución política y los tratados internacionales vigentes de las personas adultas mayores para mejorar su calidad de vida y que se integren plenamente al desarrollo social, económico, político y cultural, contribuyendo al respeto de su dignidad ²⁰.

La norma técnica de salud para la atención integral de salud de las personas adultas mayores del MINSA publicada en el 2006 tiene como objetivo establecer la normatividad técnico – administrativa para la atención integral de salud de las personas adultas mayores en los diferentes niveles de atención del sistema nacional coordinado y descentralizado de salud ²¹.

Además el plan de desarrollo regional concertado: Cajamarca (2010-2021). Aprobado por ordenanza regional N° 026-2010 GRCAJ-CR. Plasmándose en su

OEI 5. Mejorar el acceso equitativo a servicios de salud de calidad de la población regional de Cajamarca y descentralizar los servicios de salud y garantizar el acceso universal a la atención integral de la salud en las diferentes etapas de la vida con énfasis en la protección de la madre, niño, niña, adolescente, adulto mayor y personas con discapacidad, priorizando la población en situación de pobreza y vulnerabilidad con enfoque de género, interculturalidad y derechos, con criterio de equidad ²².

2.3. MARCO INSTITUCIONAL.

2.3.1. Datos de la contraparte 1

Nombre : C.S.Santa Cruz
 Categoría : I – 4
 Ubigeo : 04813
 Sede social : Región Cajamarca
 Provincia : Santa Cruz
 Distrito : Santa Cruz
 Dirección : Av.Cajamarca s/n
 Teléfono : 076-621317
 e-mail : centrosalud_santacruz@hotmail.com
 Naturaleza jurídica: Asociación civil sin fines de lucro.
 Responsable del Proyecto: Enfermero Proyectista
 Lic.Enf. Juan Rodríguez Estela

VISIÓN

“Alcanzar el bienestar biopsicosocial de las personas, familia y comunidad en un entorno saludable, con la prestación de servicios integrales de salud y el fomento del autocuidado”

MISIÓN

“Garantizar adecuados procesos de gestión para la atención integral de salud a favor de las comunidades de diversas culturas y creencias, proporcionándoles los medios necesarios para salvaguardar su salud,

ejerciendo mayor control sobre ella y propiciando la participación activa de la sociedad civil en la provincia de Santa cruz.”.

2.3.2. Datos de la contraparte 2

Nombre: ONG Facilitadores del desarrollo regional (FADRE)

Persona responsable: Rafael Eduardo Valencia Dongo

Presidente del grupo estrategia.

Dirección: Centro empresarial los incas

Av. Circunvalación del Golf los Incas torre III n°208

Teléfono: (+511) 217 7900

Web : <http://fadre.org.pe/>

VISIÓN

Somos facilitadores del desarrollo regional - FADRE, que lucha contra la pobreza y la desigualdad, impulsamos la dignidad y la solidaridad para la construcción de un mundo justo promoviendo el desarrollo sostenible en el país, región Cajamarca y provincia de Santa Cruz.

MISIÓN

Facilitadores del desarrollo regional-FADRE .Es una organización no gubernamental (ONG), que brinda servicios de calidad, promueve el desarrollo sostenible y la mejora de la calidad de vida de la población cruceña.

2.4. FINALIDAD DEL PROYECTO

Mejorar la calidad de vida del adulto mayor de la provincia de santa cruz, 2019.

2.5. OBJETIVOS

2.5.1. Objetivo General.

Disminuir la prevalencia de enfermedades crónicas degenerativas en el adulto mayor del distrito de Santa Cruz 2019.

2.5.2. Objetivos Específicos.

- Promocionar adecuados estilos de vida en los adultos mayores para un envejecimiento saludable del distrito de Santa Cruz.
- Promover adecuados espacios recreativos para potenciar sus habilidades físicas, recreativas y psicomotoras del adulto mayor.
- Mejorar conocimiento sobre el proceso de envejecimiento activo y saludable en las familias del distrito de Santa Cruz.

2.6. METAS

- El 20 % de adultos mayores con adecuados estilos de vida para un envejecimiento saludable.
- 01 centro de recreación con acceso gratuito para los adultos mayores en el distrito de Santa Cruz.
- El 25% de familias de los adultos mayores con conocimientos adecuados sobre envejecimiento activo y saludable en el distrito saludable.

2.7. BENEFICIARIOS

Directos: Los implicados del proyecto son 58 adultos mayores que están inscritos en el padrón nominal del Centro del Adulto Mayor (CAM) y participan regularmente en las actividades del centro de atención del adulto mayor.

Criterios de selección:

- Adultos mayores que están inscritos en el padrón nominal como integrantes del Centro del adulto mayor.
- Familiares que viven con los adultos mayores y que se encuentran dentro de la jurisdicción a intervenir.
- Otros adultos mayores y familiares que quieran participar voluntariamente de las actividades planteadas en el proyecto de desarrollo local.

2.8. PRODUCTOS

2.8.1. Resultados Esperados:

R1: Se habrá promovido una eficiente educación en salud para un envejecimiento saludable en el adulto mayor del Centro de atención Integral del distrito de Santa Cruz.

R2: Se habrá fortalecido el interés de autoridades locales para el cumplimiento de políticas saludables a favor de los adultos mayores en el distrito de Santa Cruz.

R3: Se habrá fortalecido la información, educación y comunicación sobre el proceso de envejecimiento en las familias de los adultos mayores del distrito de Santa Cruz.

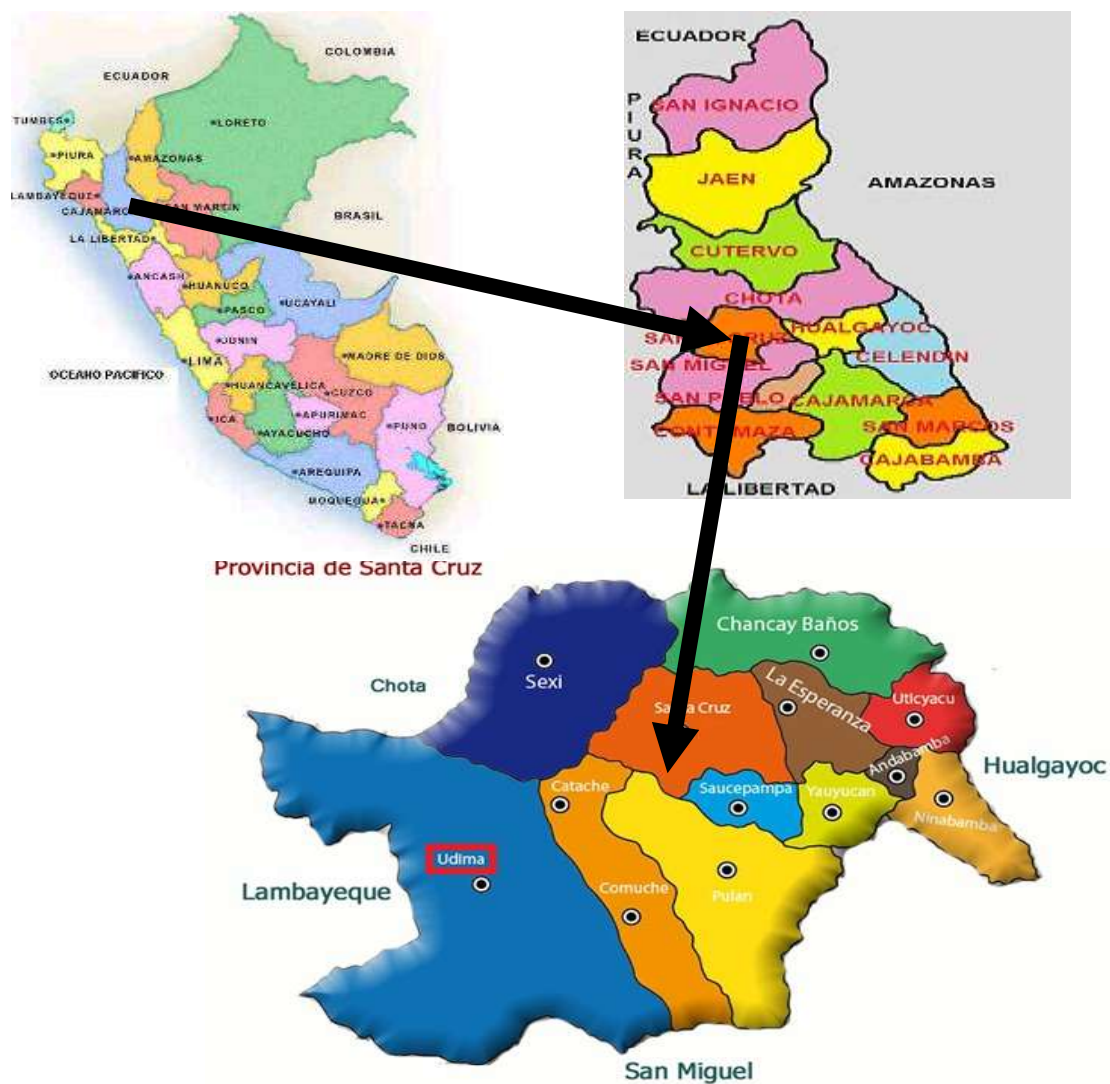
2.9. LOCALIZACIÓN FÍSICA Y COBERTURA ESPACIAL

UBICACIÓN GEOGRÁFICA

La provincia de santa cruz, situado en la zona norte del país, es una de las trece provincias que conforman el departamento de Cajamarca, bajo la administración del Gobierno Regional de Cajamarca.

Desde el punto de vista jerárquico de la Iglesia católica forma parte de la diócesis de Chiclayo, sufragánea de la arquidiócesis de Piura ²³.

Imagen N° 01: Mapa de ubicación de la Provincia de Santa Cruz



Límites:

Norte : Distrito de Saucepampa

Este : Distrito de Chancay Baños

Oeste : Distrito Catache

Sur : Distrito de Sexi

Santa Cruz es uno de los 11 distritos de la provincia de Santa Cruz, está ubicado al oeste de la ciudad de Cajamarca, en la región de Cajamarca. Tiene un relieve llano y una extensión territorial de 16,36 km².

Clima:

El clima de Santa Cruz es templado, seco y soleado en el día y frío en la noche 22°C por la noche. La capital cuenta con una altitud de 2035 m.s.n.m ²³.

Suelos:

Sus suelos son muy extensos, existen terrenos de cultivo, algunos fértiles, y otros que presentan cerros inhóspitos. Su flora y dos riachuelos el río Pulan el río Chancayano.

Vías de comunicación:

Cuenta con una carretera agreste con bicapa de Cumbil a Santa Cruz, así mismo de Santa Cruz a Chota con bicapa y al departamento de Cajamarca con una trocha carro sable que está en mal estado. La provincia fue creada mediante Ley del 21 de abril de 1950, en el gobierno del presidente Manuel A. Odría ²³.

Con respecto a la flora, los vegetales crecen de acuerdo a la altitud geográfica y al clima. En los valles interandinos hay grandes extensiones de pastos naturales y en ellas hay árboles de especies nativas como aliso, capulí, molle. Sin embargo, la tala indiscriminada, la introducción de especies foráneas (pino y eucalipto) y la expansión de la frontera agrícola han causado la destrucción de la mayoría de estos bosques. En los últimos años, se ha desarrollado un intenso programa de reforestación y control de laderas, pero básicamente con especies foráneas ²³.

III. ESPECIFICACIÓN OPERACIONAL DE LAS ACTIVIDADES

Para la consecución del Resultado 1:

Se habrá promovido una eficiente educación en salud para un envejecimiento saludable adulto mayor del centro de atención integral distrito de Santa Cruz.

ACTIVIDAD 1.1

Nombre: Talleres educativos en autocuidado de la salud en adultos mayores.

Descripción:

Esta actividad permitirá a los adultos mayores el aprendizaje en situaciones cotidianas, que promuevan el autocuidado de la salud; desarrollando al máximo sus potencialidades para alcanzar una mejor calidad de vida, a través del fortalecimiento del potencial de autonomía y de la responsabilidad en sí mismos, indispensables para tener un envejecimiento pleno y saludable.

Se desarrollará talleres educativos referentes a higiene personal, sueño adecuado, prevención de caídas, conservación de redes de apoyo dirigido a los adultos mayores del centro de atención integral Santa Cruz.

En los talleres de higiene personal se desarrollaran temas acerca del cuidado oral, higiene corporal, higiene de la ropa, además se desarrollarán contenidos sobre calidad de sueño y hábitos de tomar siesta.

En lo que concierne a prevención de caídas se desarrollaran contenidos sobre complicaciones de caídas, identificación de zonas de riesgo en vivienda y comunidad²⁴. Al final de la intervención el objetivo es desarrollar sus habilidades, empoderar, sensibilizar de manera motivadora y divertida respecto al auto cuidado de la salud en su contexto familiar, comunitario y ambiental ²⁵.

Insumos: Papel sabana, papel bond, cartulinas a colores, folder manila, fásster, plumones tijeras, fotocopias, trípticos, cartillas, folletos, solapines, goma, cinta maskintape, alquiler de proyector, refrigerio y almuerzos.

Recursos Humanos: Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, Autoridades locales, adultos mayores y familiares.

Costo total: S/. 671.00

ACTIVIDAD 1.2

Nombre: Taller de sesión demostrativa de alimentación nutricional.

Descripción:

Se desarrollará talleres de sesiones demostrativas de alimentación nutricional, en la cual los adultos mayores aprenderán a combinar los alimentos locales en forma adecuada, según las necesidades nutricionales del adulto mayor, a través de la participación activa y un trabajo grupal. Se utilizara metodología denominada “aprender haciendo” fomentando las dietas alimentarias para el adulto mayor y el plato saludable en la cual un cuarto de plato contendrá cereales, tubérculos, menestras; el otro cuarto de plato contendrá carnes, pescado, huevos y medio plato contendrá verduras y ensaladas con productos de la localidad ²⁶.

Insumos: Cartulina a colores, plumones de colores, tijeras, alimentos propios de la zona: trigo, zanahoria, lenteja, lechuga arveja, pescado, huevos, aceite, Kit de sesión demostrativa y balde de plástico con grifo para lavado de manos, mandilones, gorros, toalla.

Recursos humanos: Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, autoridades locales, adultos mayores y familiares.

Costo total: S/1,183.50

ACTIVIDAD 1.3

Nombre: Talleres Educativos de ejercicios específicos para los adultos mayores.

Descripción:

Esta actividad permitirá a los adultos mayores conocer de manera más educativa sobre diversos ejercicios específicos, se realizarán a través de actividades grupales relacionadas a ejercicios específicos como: Ejercicios de fuerza, coordinación y equilibrio. Con el objetivo de lograr la independencia por más tiempo con mejor capacidad funcional y mantener la destreza en la movilidad, lo que involucra varios sistemas, como el corazón y los vasos sanguíneos, el sistema respiratorio, sistema nervioso, el sistema músculo esquelético y el sistema endocrinológico.

Para los ejercicios de fuerza se utilizaran pequeños pesos ayudando a mejorar el tono muscular y la coordinación de los movimientos y la flexibilidad.²⁷

Para los ejercicios de coordinación se realizarán movimientos de las extremidades inferiores, el tronco y las extremidades superiores, teniendo siempre en cuenta la participación de varios planos musculares, el adulto mayor estará sentado o pardo.

Los ejercicios de equilibrio se realizarán en cualquier momento y lugar consiste en enseñar a los adultos mayores a pararse en un pie sosteniéndose en una silla, caminar de talón a dedos y caminata de equilibrio con un pie en frente del otro en línea recta.²⁸

Insumos: Colchonetas, camillas, estetoscopio, tensiómetro, oxímetro, sillas, mesas, pelotas, pesas, equipo de sonido y refrigerios.

Recursos humanos: Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, adultos mayores, familiares de los adultos mayores, profesor de educación física, enfermera y médico.

Costo total: S/4,490.00

Para la consecución del resultado 2:

Se habrá fortalecido el interés de autoridades locales para el cumplimiento de políticas saludables a favor de los adultos mayores en el distrito de Santa Cruz.

ACTIVIDAD 2.1

Nombre: Taller de sensibilización a las autoridades distritales sobre los principales derechos reconocidos de las personas adultas mayores.

Descripción:

Este taller permitirá la sensibilización sobre los derechos reconocidos a las personas adultas mayores está dirigido a las autoridades distritales de Santa Cruz; enfatizando la atención preferente en los establecimientos públicos y privados que prestan servicios al adulto mayor, transporte público dotar con asientos reservados para los adultos mayores, igualdad ante la ley de no ser discriminados y participar en forma individual o asociada en la vida política, económica, social, cultural. Con el objetivo que las autoridades distritales respeten, protejan y promuevan los principales derechos de los adultos mayores.

Insumos: Banner publicitario, impresiones, sola pines, cinta maskintap, laptop, proyector multimedia, refrigerio, plumones.

Recursos humanos: Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, alcalde distrital, subprefecto, programa nacional de asistencia solidaria pensión 65, PNP, director de la red de salud Santa Cruz y ministerio público.

Costo total: S/.2,110.00

ACTIVIDAD 2.2

Nombre: Capacitación a las autoridades locales sobre participación e integración social del adulto mayor.

Descripción:

Se realizará una reunión con las autoridades locales incluyendo al alcalde distrital para llegar a sensibilizar que tan importante es trabajar con este grupo etáreo, en beneficio para su salud de los adultos mayores.

Enfatizando el registro de identidad (DNI), inclusión en programas sociales, participación en el centro de atención integral del adulto mayor y promover espacios sociales y culturales para los adultos mayores. Con el objetivo que el adulto mayor mantenga una activa participación e integración a la sociedad.

La capacitación es el conjunto de actividades didácticas, orientadas a ampliar los conocimientos, habilidades y aptitudes de las autoridades locales del distrito de Santa Cruz relacionado a la participación e integración como agentes de desarrollo comunitario con adultos mayores activos.

Enfatizando el registro de identidad (DNI), inclusión en programas sociales, participación en el centro de atención integral del adulto mayor y promover espacios sociales y culturales para los adultos mayores.

Insumos: Banner publicitarios, papelotes, plumones, tijeras, fotocopias, solapines, goma, cinta, laptop, cañón multimedia y refrigerios.

Recursos humanos: Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, Alcalde distrital, Subprefecto, programa nacional de asistencia solidaria pensión 65, coordinador de curso de vida adulto mayor, registro nacional de identificación y estado civil y directora de la red de salud Santa Cruz.

Costo Total: S/. 623.00

ACTIVIDAD 2.3

Nombre: Campañas de tamizaje, diagnóstico y control de daños no transmisibles con participación del comité multisectorial.

Descripción:

Se Realizará campañas de tamizaje, diagnóstico y control de daños no transmisibles dirigido a los adultos mayores del centro de atención integral en coordinación con el comité multisectorial y el Centro de Salud Santa Cruz, con el objetivo de fortalecer las acciones preventivas promocionales para reducir la morbimortalidad por diabetes, hipertensión, dislipidemias, sobrepeso y obesidad. Enfatizando el tamizaje laboratorial, cálculo del índice de masa corporal, toma de presión arterial y medición del perímetro abdominal. Contribuyendo a la detección y tratamiento oportuno de los daños no transmisibles.

Insumos: Lapiceros, cuaderno, papel boom, registro de asistencia, algodón, Tensiómetro, estetoscopio, cinta métrica, lancetas, glucómetro, caja para bioseguridad, Jeringas guantes, alcohol, tiras reactivas, balanzas, tallímetro, medicamentos y microcentrifuga.

Recursos humanos: Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, biólogo, médico cirujano, nutricionista y Enfermeros del centro de salud Santa Cruz.

Costo Total: S/3,115.00

Para la consecución del Resultado 3

Se habrá Fortalecido la información, educación y comunicación sobre el proceso de envejecimiento en las familias de los adultos mayores del distrito de Santa Cruz.

ACTIVIDAD 3.1

Nombre: Talleres de fortalecimiento a las familias sobre el proceso de envejecimiento saludable adulto mayor.

Descripción:

Esta actividad permitirá fortalecer a las familias de los adultos mayores sobre el proceso de envejecimiento que es irreversible, único, individual y universal; utilizando la metodología lluvia de ideas, trabajo grupal y experiencias vividas, enfatizando que el envejecimiento es un proceso inherente a la vida humana, el cual constituye una experiencia única, heterogénea y su significado varía dependiendo de la connotación de

cada familia y cultura del adulto mayor, es como un fenómeno multidimensional que involucra todas las dimensiones de la vida humana donde se experimentan cambios de orden físico, psicológico y social. Con el objetivo que las familias entiendan el fenómeno del proceso de envejecimiento y promuevan la calidad de vida del adulto mayor ²⁹.

Insumos: Papelotes, cartulinas, plumones, tijeras, fotocopias, solapines, goma, cinta, laptop, cañón multimedia y refrigerio.

Recursos Humanos: Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, Familiares de los adultos mayores, adultos mayores, autoridades locales y médico cirujano.

Costo Total: S/. 593.00

ACTIVIDAD 3.2

Nombre: Taller para Fortalecer la estimulación cognitiva y autoestima con los familiares del adulto mayor

Descripción:

En este taller fortalecerá la estimulación cognitiva y autoestima de los adultos mayores y familiares con el objetivo de mantenerlo activo tanto física y mentalmente, favoreciendo la plasticidad cerebral, funciones cognitivas, autoestima y dependencia. Haciéndole participar al adulto mayor en la preparación del menú diario, planificando la comida y cena del día siguiente, proyección de música que más le gusta provocará emociones, recuerdos, sensación de paz y alegría de haber pasado un rato muy agradable escuchando canciones de su infancia o juventud; se enseñara a que realicen juegos de memoria como ajedrez, cartas, formar palabras, completar frases y armar rompecabezas junto a los miembros de la familia en coordinación con la Psicóloga del Centro de salud Santa Cruz.

Insumos: Equipo de sonido, fotografías, reloj grande, Laptop, solapantes, goma, cinta, cañón multimedia, juego de ajedrez, cartas, periódico, rompecabezas y refrigerios.

Recursos Humanos: Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, adultos mayores, psicóloga del centro de salud santa cruz, nutricionista y familiares de los adultos mayores.

Costo: S/1,170.00

ACTIVIDAD 3.3

Nombre: Taller en prevención de violencia a los adultos mayores por familiares o cuidadores.

Descripción:

Esta actividad permitirá brindar de manera objetiva y categórica conocimientos acerca Prevención del maltrato psicológico, abuso económico, negligencia, maltrato físico y sexual. Además se hará de conocimiento de la Ley 30364 de prevención de la violencia, en la cual la violencia es cualquier acción o conducta que le cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico y que se produce en el contexto de una relación de responsabilidad, confianza o poder, de parte de un integrantes a otro del grupo familiar. Se tiene especial consideración a los adultos mayores y personas con discapacidad. Con el apoyo del profesional de psicología del centro de salud Santa Cruz.

Insumos: Banner, laptop, solapantes, silicona, cinta maskintape, cañón multimedia, refrigerios, papelotes y trípticos.

Recursos Humanos: Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, familiares, psicóloga, centro de emergencia mujer (CEM), del ministerio público, policía nacional y coordinadora del programa nacional de asistencia solidaria pensión 65 y médico cirujano del centro de salud Santa Cruz.

Costo: S/.717.00.

IV. MÉTODOS Y TÉCNICAS A UTILIZAR:

Los métodos a utilizar serán: La investigación en donde los participantes expresaran sus preconceptos, experiencias, vivencias, creencias; asimismo utilizaremos el método expositivo con la finalidad de aumentar, reorganizar la educación en salud; así como el método de análisis que permitirá determinar la situación del adulto mayor y reflexionar sobre las causas, factores que condicionan el envejecimiento y el método de desarrollo de habilidades que consiste en empoderar al adulto mayor en el desarrollo y entrenamiento en sus propias habilidades y destrezas.

Utilizaremos la técnica de tormenta o lluvia de ideas que consiste en lanzar una idea, pregunta o tema en donde los participantes podrán expresar sus ideas, conceptos o propuestas, en base a una situación planteada o tema a trabajar, además permitirá la participación espontánea de los adultos construyendo de esta manera un entorno que hace posible la intervención de todos ellos. Asimismo contaremos con un especialista para el desarrollo de esta técnica, quien asumirá el desarrollo de esta actividad. Por otro lado, fortaleceremos sus actividades motoras a través de la realización de manualidades, baile, en donde demostrarán sus habilidades artísticas.

Se promoverá una eficiente educación en salud para un envejecimiento saludable, fortalecimiento del interés de autoridades locales para el cumplimiento de políticas saludables a favor de los adultos mayores e impulsar la información, educación y comunicación sobre el proceso de envejecimiento en las familias de los adultos mayores del distrito de Santa Cruz.

También se fomentara el análisis, el diálogo y la reflexión sobre los talleres presentados con una duración máxima de 45 minutos, en la cual utiliza un lenguaje sencillo, claro que permita desarrollar una breve exposición y realizar conclusiones además permite generar preguntas para verificar su comprensión “retroalimentación”.

V. DETERMINACIÓN DEL CALENDARIO DE ACTIVIDADES

| Actividades | 1er trimestre | 2do trimestre | 3er trimestre | 4to trimestre |
|--|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 1.1: Talleres Educativos en autocuidado de la salud en los adultos mayores. | | | | x |
| 1.2: Taller de sesión demostrativa de alimentación nutricional. | | x | | |
| 1.3: Talleres Educativos de ejercicios específicos para los adultos mayores. | | | x | |
| 2.1: Taller de sensibilización a las autoridades distritales sobre los principales derechos reconocidos de las personas adultas mayores. | x | | | |
| 2.2: Capacitación a las autoridades locales sobre participación e integración social del adulto mayor | | x | | x |
| 2.3: Campañas de Tamizaje, diagnóstico y control de daños no transmisibles con participación del comité multisectorial. | | | x | |
| 3.1: Talleres de fortalecimiento a las familias sobre el proceso de envejecimiento saludable adulto mayor. | x | | | |
| 3.2: Taller para Fortalecer la estimulación cognitiva y autoestima de los adultos mayores. | | x | | x |
| 3.3: Taller en prevención de violencia a los adultos mayores por familiares o cuidadores. | | | x | |

VI. DETERMINACIÓN DE LOS RECURSOS NECESARIOS:

RECURSOS HUMANOS:

- Personal del centro de salud Santa Cruz
- Personal de la ONG - FADRE
- Estudiantes de la especialidad en salud familiar y comunitaria
- Autoridades o representante de la municipalidad
- Personal del centro de atención del adulto mayor.
- Autoridad o representante del ministerio público.
- Autoridad o representante de la policía nacional
- Facilitadora de pensión 65
- Representante del ministerio de la mujer y poblaciones vulnerables.

RECURSOS MATERIALES

- Auditorio para actividades educativas
- Material de escritorio para talleres
- Laptop
- Proyector multimedia
- Equipo de sonido
- Medicamentos.
- Insumos
- Equipos médicos
- Kit de sesiones demostrativas

RECURSOS FINANCIEROS

Costo total del proyecto en Soles: S/71,812.50

- Subvención solicitada ONG – FADRE : S/52,787.50
- Subvención solicitada Centro del adulto mayor : S/.2,822.00
- Centro de Salud Santa Cruz: s/16,203.00

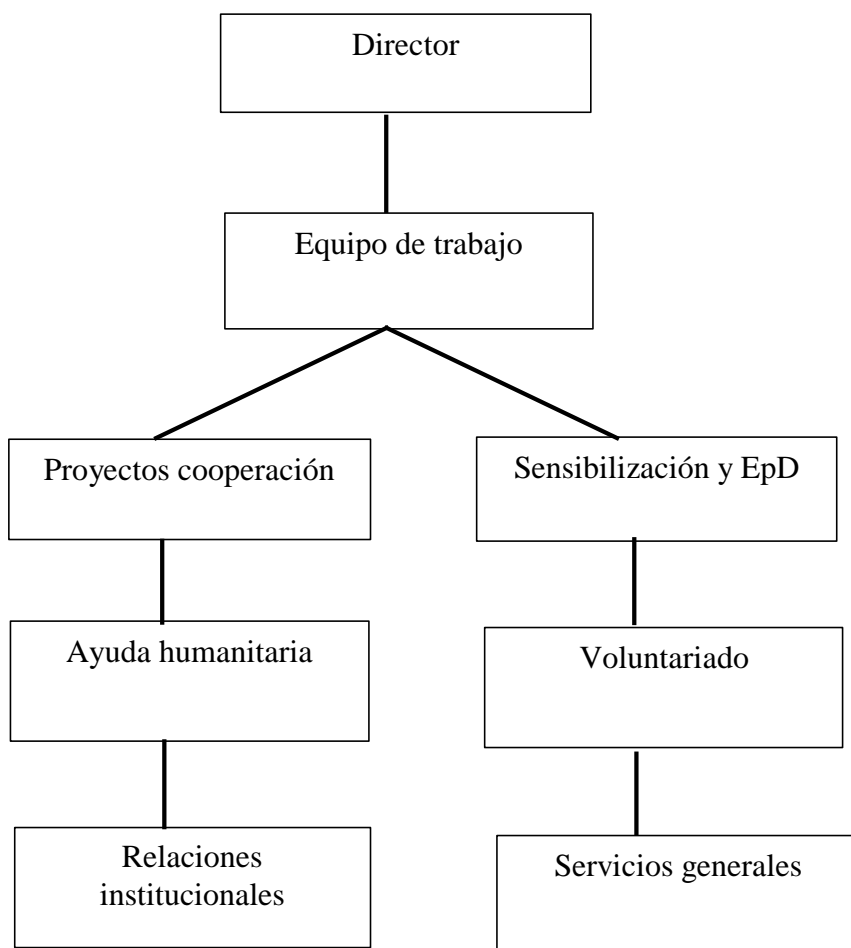
VII. CÁLCULO DE COSTOS DE EJECUCIÓN Y PRESUPUESTO

| Partidas presupuestarias | | Aporte Solicitado | C.S.Santa Cruz | ONG FADRE | Centro adulto mayor | TOTAL COSTES |
|--------------------------|--|-------------------|------------------|------------------|---------------------|------------------|
| A. COSTES DIRECTOS | | | | | | |
| A.I | INFRAESTRUCTURA Y CONSTRUCCION | | | | | |
| A.II | EQUIPOS, MATERIALES Y SUMINISTROS | 14,672.50 | 7,663.00 | 4,187.50 | 2,822.00 | 14,672.50 |
| | 1.1: Talleres Educativos en autocuidado de la salud. | 671.00 | 50.00 | 360.00 | 261.00 | 671.00 |
| | 1.2: Taller de sesión demostrativa de alimentación nutricional. | 1,183.50 | 618.00 | 407.50 | 158.00 | 1,183.50 |
| | 1.3:Talleres educativos de ejercicios específicos para los adultos mayores. | 4,490.00 | 2,740.00 | 960.00 | 790.00 | 4,490.00 |
| | 2.1: Taller de sensibilización a las autoridades sobre los principales derechos reconocidos de las personas adultas mayores. | 2,110.00 | 1,500.00 | 360.00 | 250.00 | 2,110.00 |
| | 2.2:Capacitación a las autoridades locales sobre participación e integración social del adulto mayor. | 623.00 | 100.00 | 275.00 | 248.00 | 623.00 |
| | 2.3: Campañas de Tamizaje, diagnóstico y control de daños no transmisibles con participación del comité | 3,115.00 | 2,405.00 | 375.00 | 335.00 | 3,115.00 |
| | 3.1: Talleres de fortalecimiento a las familias sobre el proceso de envejecimiento saludable adulto mayor. | 593.00 | 50.00 | 345.00 | 198.00 | 593.00 |
| | 3.2: Taller para Fortalecer la estimulación cognitiva y autoestima de los adultos mayores | 1,170.00 | 50.00 | 675.00 | 445.00 | 1,170.00 |
| | 3.3: Taller de prevención del maltrato a los adultos mayores por familiares o cuidadores. | 717.00 | 150.00 | 430.00 | 137.00 | 717.00 |
| A.III | PERSONAL LOCAL | 48,600.00 | 0.00 | 48,600.00 | 0.00 | 48,600.00 |
| | Equipo Técnico | | | | | |
| | Técnico responsable del proyecto | Mes | 0.00 | 39,600.00 | | 39,600.00 |
| | Asistente Contable | Mes | 0.00 | 9,000.00 | 0.00 | 9,000.00 |
| A.IV | VIAJES, ESTANCIAS Y DIETAS | | | | | |
| A.V | FUNCIONAMIENTO | 6,940.00 | 6,940.00 | 0.00 | 0.00 | 6,940.00 |
| | Combustible seguimiento | 3,840.00 | 3,840.00 | 0.00 | 0.00 | 3,840.00 |
| | Materiales de oficina | 3,000.00 | 3,000.00 | 0.00 | 0.00 | 3,000.00 |
| | Gastos bancarios | 100.00 | 100.00 | 0.00 | 0.00 | 100.00 |
| | SUBTOTAL COSTES DIRECTOS | 70,212.50 | 14,603.00 | 52,787.50 | 2,822.00 | 70,212.50 |
| | Porcentaje Euros total de c. Directos | | | | | 0.00 |
| | B. COSTOS INDIRECTOS | 1,600.00 | 1,600.00 | 0.00 | 0.00 | 1,600.00 |
| B.I | Gastos administrativos ONGs Española | 800.00 | 800.00 | 0.00 | 0.00 | 800.00 |
| B.II | Gastos administrativos ONGs Local | 800.00 | 800.00 | 0.00 | 0.00 | 800.00 |
| | SUBTOTAL COSTES INDIRECTOS | 1,600.00 | 1,600.00 | 0.00 | 0.00 | 1,600.00 |
| | TOTAL GENERAL | 71,812.50 | 16,203.00 | 52,787.50 | 2,822.00 | 71,812.50 |

VIII. ADMINISTRACIÓN DEL PROYECTO

La ejecución de las actividades programadas se logrará a través de la coordinación con la ONG facilitadores del desarrollo regional (FADRE), en la cual financiara el proyecto para luego pasar a ser ejecutado. El autor será el responsable de la ejecución de las actividades y de la previa coordinación con las autoridades para el desarrollo de cada taller, capacitación y sesiones demostrativas promoviendo un envejecimiento activo y saludable en adulto mayores del centro de atención integral Santa Cruz.

Grafica N° 2: Organigrama de la ONG FADRE



IX. INDICADORES DE EVALUACIÓN DEL PROYECTO

Para el objetivo de desarrollo:

Al 2025, al menos el 1% de los adultos mayores de la provincia de Santa Cruz habrá mejorado su calidad de vida.

Para el objetivo general:

A diciembre del 2020 al menos el 30% de adultos mayores cumplen con el tratamiento médico y recomendaciones no médicas para el control de las enfermedades crónicas degenerativas.

Para los resultados esperados:

RESULTADOS 1

Al finalizar el Proyecto el 60% de los adultos mayores con habilidades y conocimiento adecuado en alimentación, actividad física y recreativa, y control de su enfermedad.

RESULTADOS 2

A diciembre del 2020, se tendrá ordenanza municipal para el fomento del envejecimiento.

RESULTADOS 3

Al finalizar el proyecto el 80% de las familias con conocimientos básicos sobre el proceso de envejecimiento en el distrito de Santa Cruz.

X. FACTORES EXTERNOS CONDICIONANTES PARA EL LOGRO DE LOS EFECTOS E IMPACTO DEL PROYECTO

Para la consolidación de este proyecto de desarrollo local se establecerá alianzas estratégicas involucrando a los adultos mayores, familiares, centro de salud Santa Cruz, municipalidad provincial, ministerio público, policía nacional, centro de emergencia mujer, pensión 65, centro del adulto mayor y otras autoridades involucradas.

Así mismo se concertará con la dirección regional de salud, red de salud Santa Cruz y la ONG facilitadores del desarrollo regional (FADRE), con quienes se establecerán un convenio tripartito para el desarrollo de las actividades programadas en el proyecto, además este proyecto de desarrollo local permitirá mejorar la calidad de vida de los adultos mayores a través del fortalecimiento y desarrollo de competencias de gestión en las autoridades y líderes comunales del distrito de Santa Cruz, así mismo se habrá establecido una adecuada información, educación y comunicación sobre el proceso de un envejecimiento saludable en las familias de los adultos mayores.

Otro de los aspectos importantes es la existencia de la ONG FADRE cuyo compromiso es de asumir con responsabilidad el cuidado del adulto mayor, sus actividades deben centrarse en la promoción de la salud que permite mantener o mejorar la salud velar por la calidad de vida y por optimizar el potencial humano.

Por otro lado, el involucramiento de la sociedad en su conjunto protege y apoya a los adultos mayores dentro de su espacio geográfico.

XI. SOSTENIBILIDAD DEL PROYECTO

Para la sostenibilidad del proyecto de desarrollo local se habrá fortalecido la gestión municipal del distrito de Santa Cruz, que a través de su Plan de gestión institucional brindará el apoyo presupuestal necesario para la continuidad del proyecto. Por otro lado contamos con el compromiso del establecimiento de salud y desde su estrategia de enfermedades no transmisibles promover un envejecimiento activo y saludable en adultos mayores del centro de atención integral Santa Cruz.³⁰

Por otro lado, la voluntad y el trabajo en equipo de los profesionales es esencial para consolidar las distintas ópticas y lograr el cumplimiento de los objetivos del proyecto. Así mismo la vinculación del proyecto con la comunidad y los actores sociales es importante permite articular y activar la energía social trabajando de manera coordinada para lograr un mayor impacto en la sociedad es decir, haciendo suya la propuesta y los resultados obtenidos

XII. IMPACTO AMBIENTAL

El impacto ambiental del proyecto es el conjunto de estudios y análisis técnicos que permiten valorar los efectos que puede causar sobre el medio ambiente. En base a ello para el desarrollo de este proyecto se proponen medidas de mitigación de posibles impactos negativos, con la finalidad de armonizar las actividades del proyecto con el medio ambiente.

Además, las actividades desarrolladas en este proyecto tendrán un impacto positivo sobre el medio ambiente a través del reciclaje estaremos enseñando a reciclar correctamente, estas acciones complementaran con una serie de actividades lúdicas y terapéuticas para reforzar el cuidado del entorno a la vez que los adultos mayores pasan momentos agradables, divertidos y en grupo.

XIII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES:

- ✓ El proyecto ha permitido establecer alianzas estratégicas con las diferentes instituciones públicas y privadas desarrollando actividades encaminadas a evitar las complicaciones causadas por las enfermedades crónicas degenerativas en el adulto mayor del distrito de Santa Cruz.
- ✓ El proyecto se ha constituido en un punto estratégico para abordar al adulto mayor y establecer una cultura de autocuidado orientados hacia un cambio de comportamientos saludables que le permita mejorar la calidad de vida y reducir el riesgo de las complicaciones de los adultos mayores del adulto mayor del distrito de Santa Cruz.
- ✓ La existencia de la ONG FADRE en la provincia de Santa Cruz, como aliado estratégico, es fundamental para ejecutar el proyecto, dado que su objetivo institucional es promover el desarrollo sostenible y mejorar la calidad de vida de la población.

RECOMENDACIONES

- ✓ Fortalecer las competencias del equipo de salud básico, para abordar la problemática multidimensional e interdisciplinario en el curso de vida Adulto Mayor.
- ✓ El profesional especialista brindara los conocimientos necesarios para desarrollar el autocuidado y adopción de estilos de vida saludables en la familia y comunidad.
- ✓ La Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, deberá seguir impulsando a los nuevos profesionales especialistas la elaboración y formulación de proyectos que permitan contribuir en el mejoramiento de la calidad de vida de la persona, familia y comunidad; así como el fortalecimiento de los vínculos institucionales para la gestión del financiamiento.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. Informe OMS. Ginebra: OMS; 2015 [citado el 11 de octubre de 2019]. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186471/WHO_FWC_ALC_15.01_spa.pdf;jsessionid=E24DD93E703BFED784614F71CF1A3F68?sequence=1
2. Huenchuan S. Envejecimiento, personas mayores y agenda 2030 para el desarrollo sostenible: perspectiva regional y de derechos humanos. Santiago: Comité editorial de CEPAL; 2018. [Citado el 11 de octubre de 2019]. Disponible en: https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44369/1/S1800629_es.pdf
3. Liz V. Envejecer en el Perú: hacia el fortalecimiento de las políticas para personas adultas mayores. Perú agosto 2019. Disponible en: <https://www.defensoria.gob.pe/wp-content/uploads/2019/08/IA-N%C2%B0-006-2019-DPAAE-ENVEJECER-EN-EL-PER%C3%9A.pdf>
4. Ministerio de la mujer y poblaciones vulnerables. Ley para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar y su reglamento .Lima 4ª edición-Junio ; 2017. Disponible en: [file:///C:/Users/Juan Downloads/Conoce_la_ley_N_30364_DGCVG_MIMP.pdf](file:///C:/Users/Juan%20Downloads/Conoce_la_ley_N_30364_DGCVG_MIMP.pdf)
5. Olascoaga A. Participación social y su influencia en la calidad de vida de adultos mayores [pre-proyecto de tesis] 21p. Universidad de Montevideo; 2014 .Disponible en: <https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/Pre-proyecto-Participacion%20ciudadana%20y%20vejez.pdf>
6. Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP). Participación e integración social. Lima; 2015. [acceso 23 de Octubre de 2019]; Disponible en: https://www.mimp.gob.pe/adultomayor/archivos/Informe2015_3.pdf

7. Vicente G. Federación de asociaciones de enfermería comunitaria y atención primaria en salud. Volumen 10 .Revista Iberoamericana de Enfermería Comunitaria. Diciembre 2017 [Acceso 23 de Octubre de 2019] Disponible en:
<https://enfermeriacomunitaria.org/web/attachments/article/1788/RIdeC-v10-n2-dic2017-may2018%20-%20completa.pdf>
8. Eguren A. Estrategia de envejecimiento activo estrena, principado de Asturias 2018-2021. International Journal of Integrated Care, 19(S1): A168, pp. 1-8, DOI: dx.doi.org/10.5334/ijic.s3168.Abril 2019.Disponible en:
https://ec.europa.eu/eip/ageing/sites/eipaha/files/results_attachments/estrena46_9.pdf
9. Reyes T. José C. healthy and active human aging process, a challenge for elderly, family and society. Rev. Cubana Invest Bioméd [Internet]. 2015 Sep [citado 2019 Nov 28]; 30(3): 454-459. Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002011000300006&lng=es.
10. Gabriela G. Estudio transversal sobre la vivencia de los cambios en la vejez: [tesis doctoral]. España, Universidad Internacional de Catalunya; 2019 [citado el 28 de noviembre de 2019];Disponible en:
http://repositori.uic.es/bitstream/handle/20.500.12328/1277/TFG_Infermeria_Gabriela_Gracia_Alarte.pdf?sequence=1&isAllowed=y
11. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Situación de la población adulta mayor Informe Técnico 03 .Lima; 2019[citado el 28 de noviembre de 2019] disponible en:
https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/03-informe-tecnico-03_adulto-abr-may-jun2019.pdf
12. Organización Panamericana de la Salud. (OPS). Plan de acción para la prevención y control de las enfermedades no transmisibles en las américas 2013-2019 [Acceso Octubre 2019). Disponible en: <https://www.paho.org/chi/>
13. Organismo de las Naciones Unidas. (ONU). Informe sobre el envejecimiento de la población mundial. Estados Unidos; 2019. [Acceso el 12 de Octubre de 2019] Disponible

en: https://www.who.int/docs/default-source/documents/decade-of-health-ageing/decade-ageing-proposal-es.pdf?sfvrsn=b0a7b5b1_12

14. Orosco C. Depresión y autoestima en adultos mayores institucionalizados y no institucionalizados. Lima;2015 [citado 12 octubre 2019] Disponible en: <http://revistas.ulima.edu.pe/index.php/Persona/article/viewFile/500/474>
15. Ydalsys N, José C, Mirian R. Teoría déficit de autocuidado. Vol.19. Cuba ;2017[citado 28 noviembre 2019] Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/espirituana/gme-2017/gme173i.pdf>
16. García M, Salazar M, Brenda A. Actividades físicas y sociales que realiza el adulto mayor para favorecer el autocuidado. Rev Paraninfo Digital.Mexico; 2016; [Consultado el 12 de Diciembre de 2019] Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n25/pdf/146.pdf>
17. Franco A. El rol de los profesionales de la salud en la atención primaria en salud (APS).Salud Pública.Colombia;2015 [Citado 30 Octubre de 2019].Disponible en <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v33n3/v33n3a11.pdf>
18. Ministerio de Salud. Estrategia nacional para un envejecimiento saludable basado en el curso de vida. Dirección de Planificación Estratégica y evaluación de las acciones en salud. 1ª. ed. Costa Rica; 2018. [citado 29 noviembre 2019]. Disponible en: <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/biblioteca-de-archivos/sobre-el-ministerio/politcas-y-planes-en-salud/estrategias/3864-estrategia-nacional-para-un-envejecimiento-saludable-2018-2020/file>
19. Objetivos de Desarrollo sostenible. Sistema de las naciones unidas en el Perú, publicado Lima; 2017[citado 29 noviembre 2019].Disponible en: <http://www.bcrp.gob.pe/docs/Publicaciones/Revista-Moneda/moneda-175/moneda-175-04.pdf>
20. Instituto Nacional de Estadística e Informática. Adultos mayores de 70 y más años de edad, que viven solos. Censo Nacional;2017[citado 12 diciembre 2019].Disponible en:

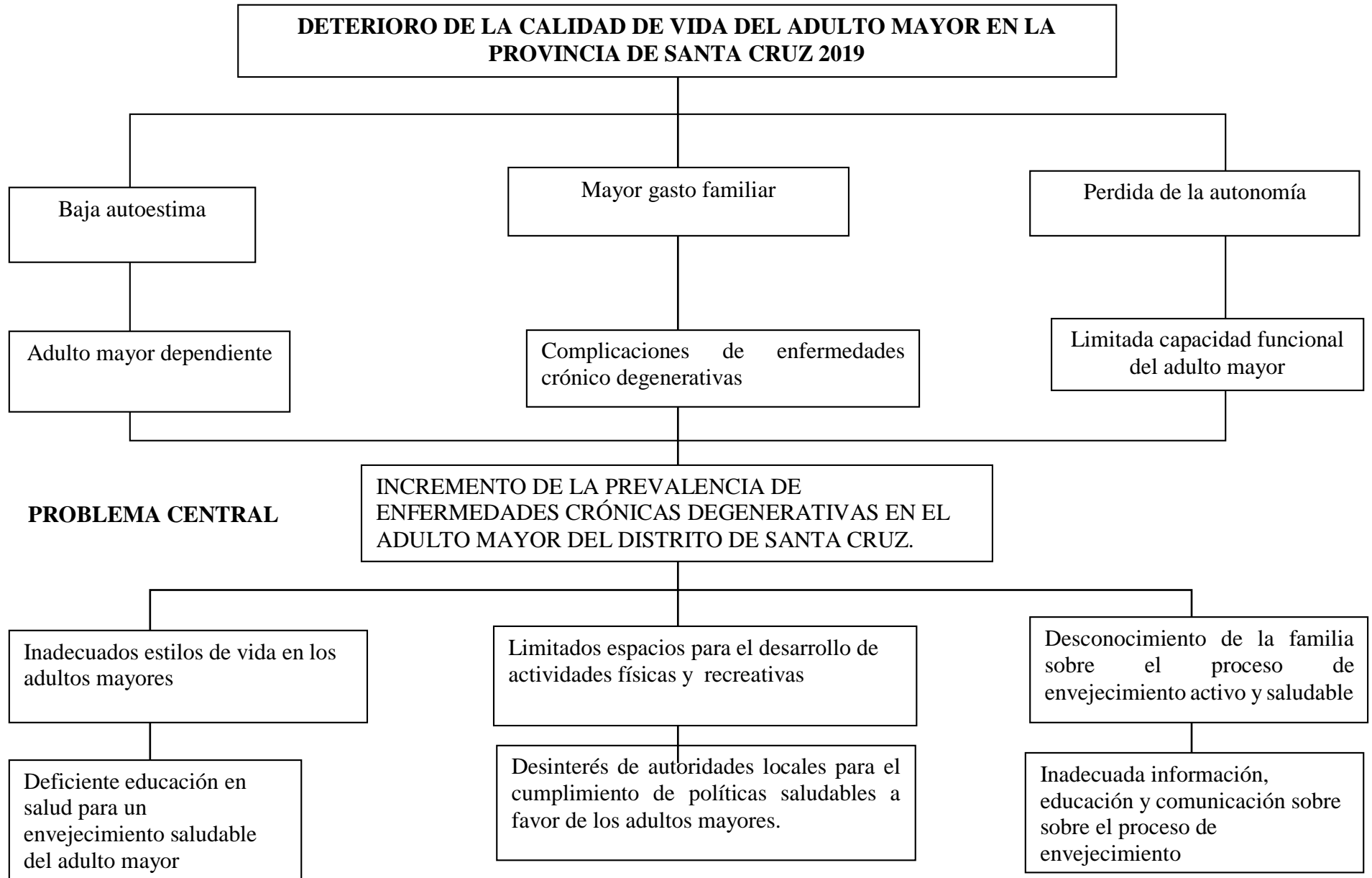
https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitaless/Est/Lib1577/Libro01.pdf

21. Ministerio de Salud. Norma técnica de salud para la atención integral de salud de las personas adultas mayores. N.T.S.043-MINSA/DGSP-V.1 Perú; 2006. [citado 29 noviembre 2019]. Disponible en: http://bvs.minsa.gob.pe/local/DGSP/800_MS-DGSP211.pdf
22. Plan de desarrollo regional concertado: Cajamarca 2021 [citado 08 noviembre 2019]. Disponible en: https://www.mesadeconcertacion.org.pe/sites/default/files/archivos/2015/documentos/11/6_pdrc_cajamarca_2010_2021.pdf
23. Conferencia episcopal peruana, Jurisdicciones eclesiásticas. Provincia de Santa Cruz (Perú). Ubicación geográfica y mapas [citado 08 noviembre 2019]. Disponible en: [https://es.wikipedia.org/wiki/Provincia_de_Santa_Cruz_\(Per%C3%BA\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Provincia_de_Santa_Cruz_(Per%C3%BA))
24. Verónica B, Alejandra R, Pamela C. Hábitos alimentarios, estado nutricional y estilos de vida en adultos mayores activos de la ciudad de Chillán, Chile. Rev. chil. nutr. [Internet]. 2017 Mar [citado 2019 Dic 13]; 44(1): 57-62. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182017000100008&lng=es. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182017000100008>.
25. Hernández J, Paredes J, Marín R. Atención primaria: cómo diseñar talleres para promover la salud en grupos comunitarios. [citado 08 noviembre 2019]. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S021265671300200X>
26. Ministerio de Salud. Documento técnico sesiones demostrativas de preparación de alimentos, [citado 08 noviembre 2019]. Disponible en: https://web.ins.gob.pe/sites/default/files/Archivos/cenan/deprydan/documentosNormativos/9_Documento_Tecnico%20de%20Sesiones%20demostrativas.pdf

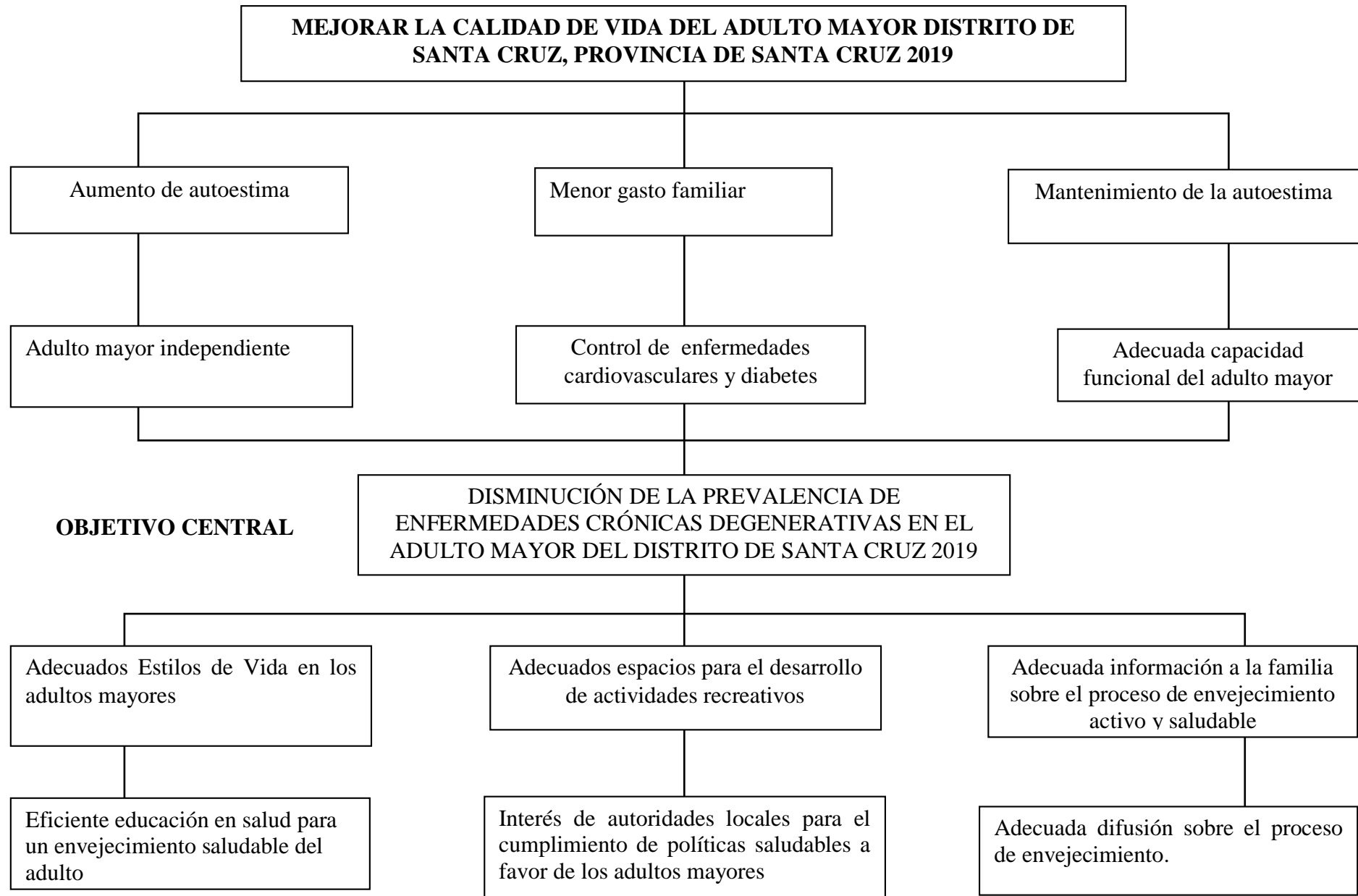
27. Organización Mundial de la Salud. Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. OMS; 2015 [citado 08 noviembre 2019]. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44441/9789243599977_spa.pdf;jsessionid=092038ED0EFCED5E248CECC18B95F2E8?sequence=1
28. Parra M. Envejecimiento activo y calidad de vida: análisis de la actividad física y satisfacción vital en personas mayores de 60 años. Tesis doctoral. universidad Miguel Hernández; 2017. [citado 08 noviembre 2019]. disponible en: <http://dspace.umh.es/bitstream/11000/4457/1/TD%20Parra%20Rizo%2C%20Maria%20Antonia.pdf>
29. Huenchuan S. Envejecimiento, personas mayores y agenda 2030 para el desarrollo sostenible: perspectiva regional y de derechos humanos, Libros de la CEPAL, N° 154 (LC/PUB.2018/24-P), Santiago, Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL); 2018. Naciones Unidas. 253p.
30. Ley orgánica de municipalidades. Ley N° 27972 [citado 29 noviembre 2019]. Disponible en: [http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/BCD316201CA9CDCA05258100005DBE7A/\\$FILE/1_2.Compendio-normativo-OT.pdf](http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/BCD316201CA9CDCA05258100005DBE7A/$FILE/1_2.Compendio-normativo-OT.pdf)

ANEXOS

ÁRBOL DE PROBLEMAS



ÁRBOL DE OBJETIVOS



MATRIZ DE MARCO LÓGICO

| LÓGICA DE INTERVENCIÓN | INDICADORES OBJETIVAMENTE VERIFICABLES | FUENTE DE VERIFICACIÓN | SUPUESTOS |
|--|--|---|--|
| <p>OBJETIVO DE DESARROLLO:</p> <p>Mejorar la calidad de vida del adulto mayor de la provincia de Santa Cruz 2019.</p> | <p>Al 2025 el 1% de los adultos mayores de la provincia de Santa Cruz habrá mejorado su calidad de vida.</p> | <p>Informe final del proyecto. Fotografías Afiliación al SIS, pensión 65. Informe de caracterización de las redes de apoyo social: inicio y fin del proyecto.</p> | <p>Se cuenta con la unidad ejecutora de salud, autoridades y programa social participando activamente para mejorar la calidad de vida del adulto mayor en la provincia de Santa Cruz.</p> |
| <p>OBJETIVO GENERAL:</p> <p>Disminuir la prevalencia de enfermedades crónicas degenerativas en el adulto mayor del distrito de Santa Cruz 2019.</p> | <p>A diciembre del 2020 al menos 30% de adultos cumplen con el tratamiento médico y recomendaciones no médicas para el control de las enfermedades crónicas degenerativas.</p> | <p>Reportes mensuales de estrategias de prevención y control de daños no trasmisibles His Tablero de mando Visitas domiciliarias Historias clínicas con plan de atención integral. Fotografías.</p> | <p>Se cuenta con la participación de autoridades locales, de organizaciones públicas y de Salud comprometidas con el desarrollo de estilos de vida saludables para disminuir las enfermedades crónicas degenerativas distrito de santa cruz.</p> |

| RESULTADOS | | | |
|---|--|---|--|
| R1: Se habrá promovido una eficiente educación en salud para un envejecimiento saludable adulto mayor del centro de atención Integral distrito de santa cruz. | Al finalizar el Proyecto el 60% de los adultos mayores con habilidades y conocimiento adecuado en alimentación, actividad física y recreativa, y control de su enfermedad. | Cuadernos de actas Lista de asistencia. Fotos | Se cuenta con Personal de Salud Capacitado para brindar adecuada educación para un envejecimiento saludable del centro de atención integral distrito de santa cruz |
| R2: Se habrá fortalecido el interés de autoridades locales para el cumplimiento de políticas saludables a favor de los adultos mayores en el distrito de santa cruz | A diciembre del 2020 se tendrá 01 comité multisectorial activo trabajando por envejecimiento activo y saludable | Registro de asistencia. Actas de reunión Fotografías Ordenanza municipal Oficios de coordinación. | Se cuenta con autoridades locales impulsando Políticas saludables a favor de los adultos mayores del distrito de santa cruz. |
| R3: Se habrá Fortalecido la información, educación y comunicación sobre el proceso de envejecimiento en las familias de los adultos mayores del distrito de santa cruz. | Al finalizar el proyecto el 80% de las familias con conocimientos básicos sobre el proceso de envejecimiento en el distrito de santa cruz. | Registro de asistencia Fotografías. Cuadernos de visitas. | Familias comprometidas y participando en acciones para envejecimiento saludable y activo en el distrito de santa cruz. |
| ACTIVIDADES | RECURSOS | | Costos |
| | Recursos Humanos | Recursos Materiales | |

| | | | |
|--|---|---|--------------------|
| <p>1.1: Talleres Educativos en autocuidado de la salud en los adultos mayores.</p> | <p>Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, Autoridades locales, adultos mayores y familiares. Equipo de salud.</p> | <p>Papel sabana, papel bond de colores, cartulinas a colores, folder manila, fáster, plumones tijeras, impresiones, cartillas, folletos, solapines, silicona líquida, cinta maskintape, alquiler de proyector, refrigerio y almuerzos.</p> | <p>S/ 671.00</p> |
| <p>1.2: Taller de sesión demostrativa de alimentación nutricional.</p> | <p>Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, autoridades locales, adultos mayores y familiares. Nutricionista</p> | <p>Cartulina a colores, plumones de colores, tijeras, alimentos propios de la zona: trigo, zanahoria, lenteja, lechuga arveja, pescado, huevos, aceite, Kit de sesión demostrativa y balde de plásti grifo para lavado de , mandilones, gorros, toalla.</p> | <p>S/ 1,183.50</p> |
| <p>1.3: Talleres Educativos de ejercicios específicos para los adultos mayores.</p> | <p>Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, adultos mayores,</p> | <p>Colchonetas, camilla</p> | |

| | | | |
|---|---|--|-------------|
| | familiares de los adultos mayores, profesor de educación física, enfermera y médico. | Estetoscopio + tensiómetro, Oxímetro Sillas, mesas, equipo de sonido, pelotas, pesas, refrigerios. | S/ 4.490 |
| 2.1: Taller de sensibilización a las autoridades distritales sobre los principales derechos reconocidos de las personas adultas mayores. | Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, alcalde distrital, Subprefecto, programa nacional de asistencia solidaria pensión 65 y director de la red de salud santa cruz. | Banner publicitario, impresiones, solapines, cinta maskintap, laptop, proyector multimedia, refrigerio. | S/ 2,110.00 |
| 2.2: Capacitación a las autoridades locales sobre participación e integración social del adulto mayor. | Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, alcalde distrital, subprefecto, programa nacional de asistencia solidaria pensión 65, coordinador de curso de vida adulto mayor, registro nacional de identificación y estado civil y directora de la red de salud santa cruz. | papelotes, cartulinas, Plumones, tijeras, fotocopias, solapines, goma, cinta maskintape, laptop, proyector de multimedia, refrigerios. | S/623.00 |
| 2.3: Campañas de Tamizaje, diagnóstico y control de daños no | Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, autoridades locales, adultos mayores, personal médico, | Lapiceros, cuaderno, papel boom, registro de pacientes, | |

| | | | |
|---|---|---|-------------|
| transmisibles con participación del comité multisectorial. | enfermero y de laboratorio del centro de salud santa cruz. | algodón, tensiómetro, estetoscopio, cinta métrica, lancetas, glucómetro, caja para bioseguridad, guantes, alcohol, tiras reactivas, balanzas, tallímetro, medicamentos. | S/ 3,115.00 |
| 3.1: Talleres de fortalecimiento a las familias sobre el proceso de envejecimiento saludable adulto mayor. | Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, familiares de los adultos mayores, sicólogo y médico cirujano | Papelotes, cartulinas, plumones ,tijeras, fotocopias, solapines, goma, cinta, laptop, refrigerio. | S/ 593.00 |
| 3.2: Taller para Fortalecer la estimulación cognitiva y autoestima de los adultos mayores. | Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, familiares de los adultos mayores y psicóloga del centro de salud santa cruz | Equipo de sonido, fotografías, reloj grande, laptop, solapantes, goma, cinta, cañón multimedia, juego de ajedrez, cartas, periódico, rompecabezas y refrigerios. | S/1,170.00 |

| | | | |
|---|---|--|-----------------|
| <p>3.3: Taller en prevención de violencia a los adultos mayores por familiares o cuidadores.</p> | <p>Futuros especialistas de salud familiar y comunitaria, familiares, psicóloga, centro de emergencia mujer (CEM), del ministerio público, policía nacional y coordinadora del programa nacional de asistencia solidaria pensión 65 y médico cirujano del centro de salud santa cruz.</p> | <p>Banner, laptop, solapantes, silicona, cinta maskintape, cañón multimedia, refrigerios, papelotes y trípticos.</p> | <p>S/717.00</p> |
|---|---|--|-----------------|

Costos unitarios

| RUBRO | UNIDAD | CANTIDAD | PRECIO UNITARIO Nuevos Soles | COSTE TOTAL S/ |
|--|---------|----------|------------------------------------|-------------------|
| II. EQUIPOS MATERIALES Y SUMINISTROS | | | | 14,672.50 |
| 1.1: Talleres Educativos en autocuidado de la salud. | | | | 671.00 |
| Papel sabana | Unidad | 24 | 0.50 | 12.00 |
| Papel bond de colores(verde,rojo,amarillo,azul) | Millar | 1 | 24.00 | 24.00 |
| Cartulina de colores(verde,amarillo,rojo,rosado) | unidad | 48 | 0.50 | 24.00 |
| Folder manila A 4 | unidad | 100 | 0.50 | 50.00 |
| faster de folder | Ciento | 1 | 6.00 | 6.00 |
| Plumones Jumbo 47 | UNIDAD | 12 | 2.50 | 30.00 |
| Cinta Masking Tape De 2" Tuk | unidad | 6 | 5.00 | 30.00 |
| Tijeras | UNIDAD | 3 | 4.00 | 12.00 |
| Silicona liquida 100 ml | UNIDAD | 3 | 6.00 | 18.00 |
| Cinta Masking Tape De 2" Tuk | unidad | 6 | 5.00 | 30.00 |
| Impresiones | UNIDAD | 50 | 0.50 | 25.00 |
| Gigantografia | UNIDAD | 1 | 50.00 | 50.00 |
| SERVICIOS | | | | |
| Alquiler de local | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Refrigerios | Taller | 65 | 4.00 | 260.00 |
| Alquiler del proyector | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |

| | | | | |
|--|---------|----|--------|-----------------|
| 1.2: Taller de sesión demostrativa de alimentacion nutricional. | | | | 1,183.50 |
| Cartulina de colores(verde,amarillo,rojo,rosado) | unidad | 48 | 0.50 | 24.00 |
| Plumones Jumbo 47 | UNIDAD | 12 | 2.50 | 30.00 |
| Cinta Masking Tape De 2" Tuk | unidad | 6 | 5.00 | 30.00 |
| Papel sabana | Unidad | 24 | 0.50 | 12.00 |
| Tijeras | UNIDAD | 3 | 4.00 | 12.00 |
| Lenteja | kilo | 3 | 5.00 | 15.00 |
| Trigo | kilo | 5 | 3.00 | 15.00 |
| Arbeja | kilo | 5 | 3.50 | 17.50 |
| Zanahoria | kilo | 2 | 2.50 | 5.00 |
| Lechuga | kilo | 2 | 3.00 | 6.00 |
| Pescado | kilo | 5 | 10.00 | 50.00 |
| Huevos | Kilo | 3 | 4.00 | 12.00 |
| Aceite | kilo | 2 | 6.00 | 12.00 |
| Mandilones | unidad | 12 | 20.00 | 240.00 |
| Gorros | Unidad | 12 | 5.00 | 60.00 |
| Toallas | UNIDAD | 6 | 3 | 18.00 |
| balde de plastico | unidad | 1 | 15.00 | 15.00 |
| Kit de sesion demostrativa | UNIDAD | 1 | 250.00 | 250.00 |
| SERVICIOS | | | | |
| Alquiler de local | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Refrigerios | Taller | 65 | 4.00 | 260.00 |
| Alquiler del proyector | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |

| 1.3:Talleres educativos de ejercicios específicos para los adultos mayores. | | | | 4,490.00 |
|--|---------|----|---------|-----------------|
| Colchonetas | Unidad | 2 | 150.00 | 300.00 |
| Camilla para examen | UNIDAD | 1 | 600.00 | 600.00 |
| Estetoscopio + tensiometro | UNIDAD | 2 | 320.00 | 640.00 |
| Oximetro | unidad | 1 | 1500.00 | 1500.00 |
| Sillas de madera | Unidad | 2 | 150.00 | 300.00 |
| Mesas | Unidad | 2 | 150.00 | 300.00 |
| Pelotas | Unidad | 3 | 30.00 | 90.00 |
| Pesas | unidad | 4 | 100.00 | 400.00 |
| SERVICIOS | | | | |
| Alquiler local | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Alquiler de sonido | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Refrigerios | Taller | 65 | 4.00 | 260.00 |

| 2.1: Taller de sensibilización a las autoridades sobre los principales derechos reconocidos de las personas adultas mayores. | | | | 2,110.00 |
|---|---------|----|---------|-----------------|
| Banner publicitario | unidad | 1 | 100.00 | 100.00 |
| Impresiones | UNIDAD | 50 | 0.50 | 25.00 |
| Solapines | UNIDAD | 65 | 1.00 | 65.00 |
| Cinta Masking Tape De 2" Tuk | unidad | 6 | 5.00 | 30.00 |
| Laptop | unidad | 1 | 1500.00 | 1500.00 |
| Plumones Jumbo 47 | UNIDAD | 12 | 2.50 | 30.00 |
| SERVICIOS | | | | |
| Alquiler local | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Alquiler de proyector de multimedia | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Refrigerios | Taller | 65 | 4.00 | 260.00 |

| 2.2:Capacitación a las autoridades locales sobre participación e integración social del adulto mayor. | | | | 623.00 |
|--|---------|----|-------|---------------|
| Papel sabana | Unidad | 24 | 0.50 | 12.00 |
| Cartulina de colores(verde,amarilo,rojo,rosado) | unidad | 48 | 0.50 | 24.00 |
| Plumones Jumbo 47 | UNIDAD | 12 | 2.50 | 30.00 |
| Tijeras | UNIDAD | 3 | 4.00 | 12.00 |
| Impresiones | UNIDAD | 50 | 0.50 | 25.00 |
| Solapines | UNIDAD | 65 | 1.00 | 65.00 |
| Goma grandes | Unidad | 3 | 5.00 | 15.00 |
| Cinta Masking Tape De 2" Tuk | unidad | 6 | 5.00 | 30.00 |
| SERVICIOS | | | | |
| Alquiler local | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Alquiler de proyector de multimedia | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Refrigerios | unidad | 65 | 4.00 | 260.00 |
| Alquiler de laptop | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |

| | | | | |
|---|---------|-----|--------|---------|
| 2.3: Campañas de Tamizaje, diagnóstico y control de daños no transmisibles con participación del comité multisectorial. | | | | 3115.00 |
| Lapiceros punta fina (color azul) | unidad | 50 | 0.50 | 25.00 |
| Cuadernos grandes | unidad | 4 | 5.00 | 20.00 |
| Papel bond | Millar | 1 | 24.00 | 24.00 |
| Registro de pacientes | unidad | 50 | 0.50 | 25.00 |
| Algodón 100 gr | UNIDAD | 2 | 5.00 | 10.00 |
| Tensiometro + estetoscopio | unidad | 1 | 320.00 | 320.00 |
| Cinta métrica | UNIDAD | 3 | 5.00 | 15.00 |
| Lancetas descartables | Unidad | 200 | 1.00 | 200.00 |
| Glucometro | Unidad | 1 | 350.00 | 350.00 |
| Caja de bioseguridad | Unidad | 12 | 5.00 | 60.00 |
| Guantes descartables | Unidad | 200 | 0.50 | 100.00 |
| Tallimetro para adulto | UNIDAD | 1 | 500.00 | 500.00 |
| Alcohol x 1 lt | Unidad | 2 | 10.00 | 20.00 |
| Enalapril 10 mg | unidad | 200 | 0.08 | 16.00 |
| Tiras reactivas para glucosa | Unidad | 200 | 3.00 | 600.00 |
| Balanza adulto de madera | UNIDAD | 1 | 500.00 | 500.00 |
| SERVICIOS | | | | |
| Alquiler local | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Refrigerios | Taller | 70 | 4.00 | 280.00 |

| | | | | |
|--|---------|----|-------|--------|
| 3.1: Talleres de fortalecimiento a las familias sobre el proceso de envejecimiento saludable adulto mayor. | | | | 593 |
| Papel sabana | Unidad | 24 | 0.50 | 12.00 |
| Cartulina de colores(verde,amarito,rojo,rosado) | unidad | 48 | 0.50 | 24.00 |
| Plumones Jumbo 47 | UNIDAD | 12 | 2.50 | 30.00 |
| Tijeras | UNIDAD | 3 | 4.00 | 12.00 |
| Impresiones | UNIDAD | 50 | 0.50 | 25.00 |
| Solapines | UNIDAD | 65 | 1.00 | 65.00 |
| Goma grandes | Unidad | 3 | 5.00 | 15.00 |
| Cinta Masking Tape De 2" Tuk | unidad | 6 | 5.00 | 30.00 |
| SERVICIOS | | | | |
| Alquiler de aptop | Taller | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Alquiler local | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Refrigerios | Taller | 70 | 4.00 | 280.00 |

| | | | | |
|---|---------|----|--------|--------|
| 3.2: Taller para Fortalecer la estimulación cognitiva y autoestima de los adultos mayores | | | | 1170 |
| Reloj grande | UNIDAD | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Solapines | UNIDAD | 65 | 1.00 | 65.00 |
| Cinta Masking Tape De 2" Tuk | unidad | 6 | 5.00 | 30.00 |
| Goma grandes | Unidad | 3 | 5.00 | 15.00 |
| Juego de ajedrez de madera | UNIDAD | 1 | 250.00 | 250.00 |
| Fichas de cartas | UNIDAD | 6 | 5.00 | 30.00 |
| Rompecabezas de madera para adultos mayores | UNIDAD | 3 | 100.00 | 300.00 |
| Periódicos | UNIDAD | 50 | 1.00 | 50.00 |
| SERVICIOS | | | | |
| Alquiler de aptop | Taller | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Alquiler local | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Refrigerios | Taller | 70 | 4.00 | 280.00 |

| | | | | |
|---|---------|-----|--------|--------|
| 3.3: Taller de prevención del maltrato a los adultos mayores por familiares o cuidadores. | | | | 717 |
| Banner publicitario | unidad | 1 | 100.00 | 100.00 |
| Solapines | UNIDAD | 65 | 1.00 | 65.00 |
| Cinta Masking Tape De 2" Tuk | unidad | 6 | 5.00 | 30.00 |
| Plumones Jumbo 47 | UNIDAD | 12 | 2.50 | 30.00 |
| Papel sabana | Unidad | 24 | 0.50 | 12.00 |
| Tripticos | unidad | 100 | 1.00 | 100.00 |
| SERVICIOS | | | | |
| Alquiler de aptop | Taller | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Alquiler local | Reunion | 1 | 50.00 | 50.00 |
| Refrigerios | Taller | 70 | 4.00 | 280.00 |

REUNIÓN EVIDENCIAS DE IDENTIFICACIÓN DE PROBLEMAS

