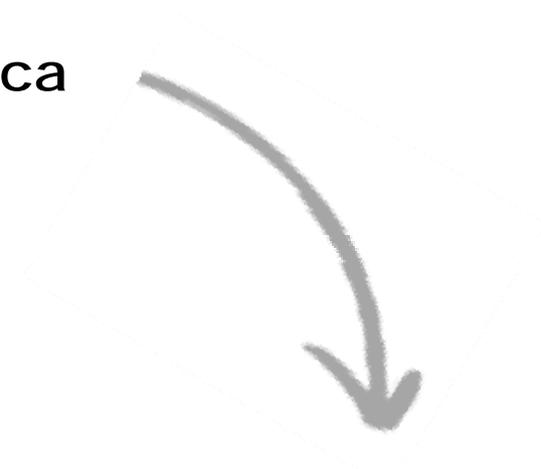




Consulta la buena práctica



**EULEN SERVICIOS SOCIO SANITARIOS**  
DESAYUNOS SALUDABLES

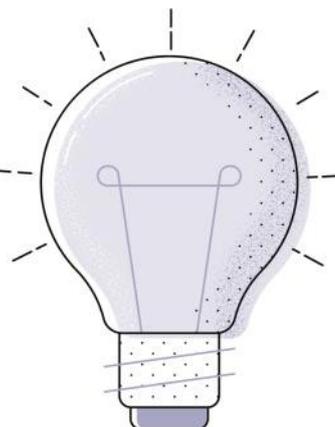


# ÍNDICE

1. RESUMEN DE LA BUENA PRÁCTICA .....	3
2. ÁMBITO DE ACTUACIÓN.....	3
3. PERSONAS BENEFICIARIAS .....	4
4. TIPO DE ACTIVIDAD .....	4
5. ÁMBITO TERRITORIAL.....	5
6. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA .....	5
7. JUSTIFICACIÓN .....	5
8. OBJETIVOS .....	6
9. PALABRAS CLAVES .....	7
10. TEMPORALIZACIÓN .....	8
11. HITOS .....	8
12. RECURSOS .....	8
13. FINANCIACIÓN.....	9
14. ALINEACIÓN CON OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS) .....	9
15. COHERENCIA CON LOS PRINCIPIOS DEL MODELO DE ATENCIÓN INTEGRAL Y CENTRADA EN LA PERSONA (AICP).....	10
16. COHERENCIA CON LOS CRITERIOS COMPLEMENTARIOS.....	12

# 1. RESUMEN DE LA BUENA PRÁCTICA

Hemos desarrollado un espacio donde se pone en valor la importancia de establecer unos hábitos de alimentación saludable a través charlas formativas junto con la creación de menús y estrategias alimentarias en el domicilio. Paralelamente, el departamento de terapia ocupacional dotará de un rincón para que las personas usuarias puedan realizar actividades instrumentales como preparar este tipo de desayuno una vez a la semana, instaurando y entrenando así la rutina y posteriormente pueda ser llevada a cabo en el domicilio.



## 2. ÁMBITO DE ACTUACIÓN

Detallar el ámbito de actuación marcando con una X la opción u opciones que correspondan de la siguiente tabla:

<b>Personalización, integralidad y coordinación:</b> <i>experiencias aplicadas de atención o de intervención que favorezcan la autonomía personal, la independencia funcional, el bienestar y la participación de las personas que tienen necesidad de apoyos.</i>	X
<b>Productos de apoyo y TIC:</b> <i>diseño y/o implementación de tecnologías, productos de apoyo y TIC para favorecer la autonomía, la independencia, el bienestar y la seguridad, tanto de las personas que tiene necesidad de apoyos como de las personas que les atienden o cuidan.</i>	
<b>Entorno físico y comunitario:</b> <i>experiencias que desarrollen el diseño arquitectónico, mejoras relacionadas con el entorno residencial de la persona, actuaciones ambientales dirigidas a favorecer la accesibilidad, etc.</i>	X
<b>Desarrollo organizativo y profesional:</b> <i>Innovaciones organizativas, metodológicas o normativas que medien o favorezcan la aplicación del modelo, a través de cambios normativos, instrumentos de evaluación, adaptaciones en los sistemas de organización y gestión de los centros y recursos, coordinación sociosanitaria, metodologías e instrumentos de atención personalizada, adaptación de perfiles profesionales y formas de actuación.</i>	
<b>Acciones de comunicación:</b> <i>aquellas experiencias relacionadas con medios de comunicación dirigidas a romper los estereotipos e imágenes erróneas sobre la vejez, discapacidad, enfermedad, etc., que propongan una visión que ponga en valor a las personas.</i>	
<b>Generación de conocimiento:</b> <i>iniciativas dirigidas a la investigación, evaluación, publicaciones, entornos académicos que favorezcan la generación de conocimiento y visibilicen los avances en nuevos modelos de atención y/o cuidados.</i>	
<b>COVID-19:</b> <i>se refiere a aquellas iniciativas que hayan nacido o se hayan tenido que ajustar específicamente en el marco de la pandemia del virus de la COVID-19.</i>	

### 3. PERSONAS BENEFICIARIAS

Detallar las características de las personas beneficiarias marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Personas mayores	X
Personas con discapacidad	
Personas en situación de dependencia	X
Familias	
Profesionales	
Sociedad en general	
Otro/s	
Describa las características principales de las personas beneficiarias de la experiencia:	
Mayores con deterioro cognitivo	

### 4. TIPO DE ACTIVIDAD

Detallar el tipo de actividad de su entidad marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Centro residencial	
Comunidades, viviendas, domicilios	
Centros ocupacionales	
Centros de día	X
TAD, SAD	
Escuelas, universidades y otros centros educativos	
Lugares y centros de trabajo	
Políticas públicas	
Transporte	
Ocio	
Cultura	
Deporte	
Otro/s	
Describa el tipo de actividad de la entidad que lleva a cabo la buena práctica:	

## 5. ÁMBITO TERRITORIAL

Detallar el ámbito territorial de su entidad marcando con una X la opción que corresponda, especificando la zona de actuación:

Local (Especificar municipio): Madrid	
Provincial (Especificar provincia): Madrid	
Autonómico y regional (Especificar comunidad autónoma y/o región): Madrid	
Estatal España	
Unión Europea	
Internacional	
Indique el lugar/es en los que se desarrolla la buena práctica: Centro de día municipal Carmen Conde ubicado en Madrid	

## 6. DESCRIPCIÓN DE LA BUENA PRÁCTICA

Describa a continuación, de forma detallada, en qué consiste la buena práctica, metodología empleada, fases de implementación, etc. (máximo 2.000 palabras):

Debido a las características de las personas usuarias que atendemos y, observando el perfil actual de las personas mayores que acuden al centro de día, ofreceremos un espacio en donde el departamento sanitario pondrá en valor la importancia de establecer unos hábitos de alimentación saludable a través charlas formativas junto con la creación de menús y estrategias alimentarias en el domicilio. Paralelamente, el departamento de terapia ocupacional (en cooperación del resto del equipo técnico y auxiliar) dotará de un rincón para que las personas usuarias puedan realizar actividades instrumentales como preparar este tipo de desayuno una vez a la semana, instaurando y entrenando así la rutina y posteriormente pueda ser llevada a cabo en el domicilio.

Con ello, además trabajaremos otras actividades asociadas como son:

- Planificación en los ingredientes del desayuno (taller de recados y elaboración de lista de la compra)
- Modificación de conductas alimentarias en el domicilio
- Tomar conciencia sobre la importancia de la ingesta alimentaria
- Establecimiento y entrenamiento de rutinas que pueden ser continuadas en el domicilio.

## 7. JUSTIFICACIÓN

Especifique el motivo o causa que motivó la puesta en marcha de la iniciativa:

Desde el centro de día municipal Carmen Conde y debido a la situación de pandemia vivida en los últimos años, objetivamos la necesidad de establecer rutinas y hábitos de alimentación saludables en los mayores que permitan mantener la independencia en su domicilio el máximo tiempo posible.

## 8. OBJETIVOS

Indique el Objetivo General y los Objetivos Específicos de la iniciativa:

Objetivo General:

**Instaurar hábitos saludables en el adulto mayor**

Objetivos Específicos:

- Mantener una dieta sana y equilibrada
- Mantener el nivel de autonomía
- Aumentar autoestima
- Potenciar el desarrollo motor promoviendo un envejecimiento activo
- Reforzar el sentimiento de pertenencia al grupo

## 9. PALABRAS CLAVES

Describe cuatro "palabras claves" relacionadas con su buena práctica y porqué tienen importancia, por ejemplo: palabra clave "Personalización", porque llevamos a cabo una atención personalizada, centrada en las características e idiosincrasia de cada una de las personas, teniendo en cuenta su opinión, intereses, valores, costumbres...

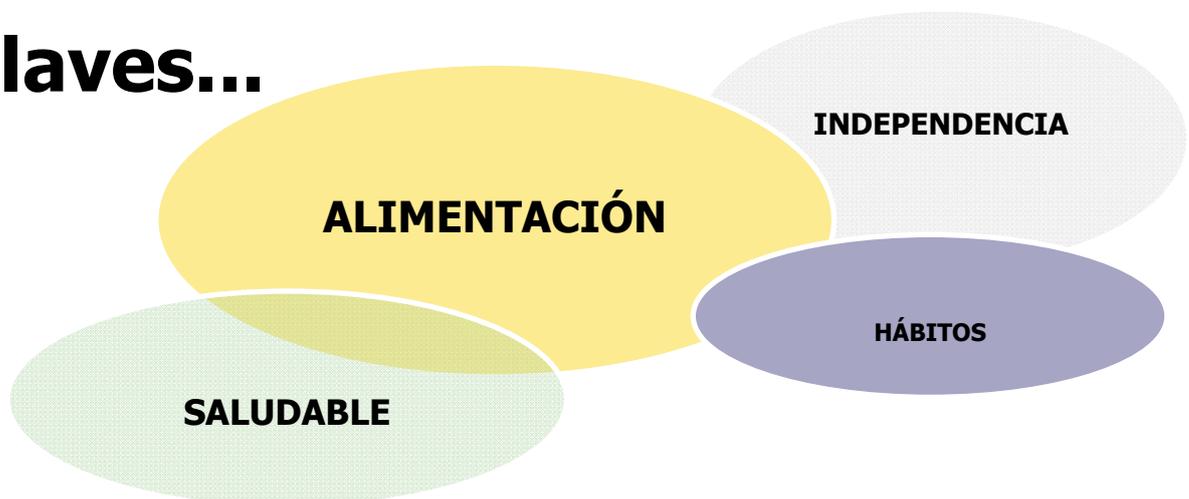
Palabra clave -1-: alimentación

Palabra clave -2-: saludable

Palabra clave -3-: independencia

Palabra clave -4-: hábitos

### Claves...



## 10. TEMPORALIZACIÓN

Indique la fecha de inicio de la buena práctica (mes y año):

Año de inicio: 2022  
Mes de inicio: MARZO

## 11. HITOS

Describir hitos importantes, como, por ejemplo, premios, reconocimientos recibidos por la iniciativa que se presenta. Si no los hubiera, indicar no procede.

No procede

## 12. RECURSOS

Describir los recursos necesarios para llevar a cabo la experiencia, en cuanto a personal necesario y recursos materiales:

- Personal necesario para llevar a cabo la experiencia:

Personas de referencia en el centro de día (personal auxiliar, terapeuta ocupacional, DUE)

- Recursos materiales necesarios para llevar a cabo la experiencia:

- Tostador
- Cafetera
- Exprimidor
- Pan integral, AOVE, naranjas

## 13. FINANCIACIÓN

Detallar el tipo de financiación con el que cuenta la buena práctica, marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Recursos propios	X
Cuota de personas usuarias	
Ingresos derivados de la prestación de servicios/productos	
Subvenciones	
Otros	
Especificar otras fuentes de financiación diferentes:	

## 14. ALINEACIÓN CON OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE (ODS)

Elegir el objetivo/s de desarrollo sostenible a los que contribuya la buena práctica, marcando con una X la opción u opciones que correspondan:

Acabar con la pobreza	
Hambre cero	
Salud y bienestar	X
Educación de calidad	
Igualdad de género	X
Agua limpia y saneamiento	
Energía asequible y no contaminante	
Trabajo decente y crecimiento económico	
Industria, innovación e infraestructura	
Reducción de las desigualdades	
Ciudades y comunidades sostenibles	
Producción y consumo responsables	
Acción por el clima	
Vida submarina	
Vida de ecosistemas terrestres	
Paz, justicia e instituciones solidarias	
Alianzas para lograr los objetivos	
No procede / No aplica	

## 15. COHERENCIA CON LOS PRINCIPIOS DEL MODELO DE ATENCIÓN INTEGRAL Y CENTRADA EN LA PERSONA (AICP)



### Principio de Autonomía

Se promueve la capacidad de autogobierno de las personas y su derecho a tomar sus propias decisiones acerca de su plan de vida, así como a que sus preferencias sean atendidas, también cuando presentan situaciones de gran dependencia, pudiendo hacer elecciones entre diferentes alternativas.

Esta buena práctica promueve la AICP otorgando a los mayores la posibilidad de decisión tras recibir la información pertinente que alimentos forman parte de ese desayuno, quién prepara cada semana el desayuno y quién realiza la labor de la planificación de compra semanal.

### Principio de Individualidad

Se reconoce que cada persona es única y diferente del resto, por tanto, las actuaciones responden a criterios de personalización y flexibilidad.

Cada uno dentro de sus gustos y preferencias eligen la ingesta de los alimentos deseados en el desayuno.

### Principio de Independencia

Se reconoce que todas las personas poseen capacidades que deben ser identificadas, reconocidas y estimuladas con el fin de que, apoyándonos en ellas, se puedan prevenir o minimizar las situaciones de discapacidad o de dependencia.

Gracias a esta actividad se promueve el envejecimiento activo fomentando la independencia en el desarrollo de las actividades de la vida diaria y poder mantener esta rutina en el domicilio.

## Principio de Integralidad

Se contempla a la persona como un ser multidimensional en el que interactúan aspectos biológicos, psicológicos y sociales entendidos como una globalidad a la hora de actuar con las personas. Para garantizar la actuación óptima en todos estos ámbitos, el conjunto de recursos sociosanitarios y de otros sectores deben planificarse, diseñarse y organizarse, no con el eje puesto en los servicios, sino girando alrededor de las personas para que la atención y los apoyos lleguen de manera integrada a quienes los precisan.

Se proporciona a cada persona mayor el apoyo pertinente teniendo en cuenta la visión holística de la persona, como un ser multidimensional.

## Principio de Participación

Se reconoce que las personas tienen derecho a participar en la elaboración de sus planes de atención y de apoyo a su proyecto de vida. Y también a disfrutar en su comunidad, de interacciones sociales suficientes y gratificantes y acceder al pleno desarrollo de una vida personal y social plena y libremente elegida.

Antes de establecer la puesta en marcha de esta buena práctica se realizó una asamblea general con las personas mayores tras la petición por su parte del establecimiento de rutinas más saludables en sus domicilios.

Además, la iniciativa contempla como propuesta futura incluir un enfoque intergeneracional, dotando del acompañamiento de familiares y amistades en la actividad y, si es posible y las medidas de la actual pandemia lo permiten, de la asistencia de centros educativos y colegios que puedan visitarnos y acompañarnos en el desayuno.

## Principio de Inclusión social

Se reconoce que las personas deben tener la posibilidad de permanecer y participar en su entorno, disfrutar de interacciones positivas y variadas y tener acceso y posibilidad de acceder y gozar de los bienes sociales y culturales.

Esta actividad no solo persigue un objetivo de alimentación saludable, sino, que conlleva el bienestar en su totalidad ya que mientras realizan la actividad se ofrece un espacio en el que compartir experiencias y opiniones

## Principio de Continuidad de atención

## Principio de Continuidad de atención

Se reconoce que las personas deben tener acceso a los apoyos que precisan de manera continuada, coordinada y adaptada permanentemente a las circunstancias de su proceso.

Tanto el personal técnico como auxiliar tienen en cuenta las necesidades de apoyo de los mayores ofreciendo el apropiado a sus circunstancias individuales.

# 16. COHERENCIA CON LOS CRITERIOS COMPLEMENTARIOS



## Criterio de Innovación

Desde la experiencia se plantean cambios con respecto a los modelos tradicionales de atención o se cuestionan los enfoques clásicos relacionados con la imagen de las personas o con el modo de desarrollar intervenciones o actuaciones.

Con la puesta en marcha de esta actividad rompemos con la imagen del mayor con deterioro cognitivo como un ser frágil y con necesidad de grandes apoyos. Por otra parte, el desayuno se lleva a cabo de una manera saludable, considerando las preferencias de la persona mayor, pero también desde una perspectiva biospsicosocial y nutritiva.

## Criterio de Transferibilidad

La experiencia contiene elementos y características que facilitan su generalización, replicabilidad o adaptación.

Esta actividad es fácilmente replicable ya que sólo necesita de muy poca dotación material y es extrapolable a cualquier grupo de mayores con deterioro cognitivo con necesidades de apoyo leve. Por otra parte, la iniciativa ha conseguido la aprobación por parte del ayuntamiento de Madrid, por lo que en un futuro, podrá ser transferida a otros municipios y ciudades, así como a los recursos asistenciales y sociosanitarios, teleasistencia, etc.

## Criterio de Trabajo en Red

### **Criterio de Trabajo en Red**

Para el desarrollo de la experiencia se han establecido relaciones y acciones conjuntas con distintas entidades y agentes de la comunidad.

Nuestra iniciativa ofrece la posibilidad a medio plazo de trabajar en red a través de ayuntamientos, servicio de teleasistencia y otros recursos sociosanitarios. Por ejemplo, el desayuno podría ser recordado a las personas usuarias como un evento en el servicio de teleasistencia como una actividad saludable, para que, posteriormente, las personas usuarias puedan tener recuerdo de la iniciativa e incorporar los alimentos en su dieta diaria.

### **Criterio de Perspectiva de Género**

La iniciativa considera de forma transversal y sistemática las diferentes situaciones, condiciones, aspiraciones y necesidades de mujeres y hombres, incorpora objetivos y actuaciones específicas de género o contempla su impacto por género (personas destinatarias y profesionales).

Con esta actividad también se fomenta el cambio de roles en la edad adulta, ya que los mayores de generaciones pasadas están interiorizando que las actividades que anteriormente estaban destinadas única y exclusivamente a las mujeres están evolucionando, y que ellos como parte de una población activa también deben luchar contra estos estereotipos.

### **Criterio de Evaluación y Resultados**

La experiencia cuenta con un sistema de evaluación y medición de resultados sobre:

- 1) Efectividad y cumplimiento de objetivos
- 2) Impacto social
- 3) Sostenibilidad y viabilidad técnica y económica

A lo largo del año se realizarán diferentes encuestas de satisfacción sobre la actividad propuesta, en donde estudiaremos la viabilidad de seguimiento en cuanto a la gratificación por parte de los participantes, así como un estudio de sostenimiento de la actividad con respecto al impacto económico en el centro de día

(Describir qué resultados se han obtenido?)

### **Criterio de Evaluación y Resultados**

A priori y teniendo como referencia las verbalizaciones por parte de las personas usuarias se muestran muy satisfechos con la propuesta y la puesta en marcha de esta nueva actividad que ya está consolidada en el centro de manera rutinaria.

### **Ambiente facilitador y otros criterios**

En cuanto al entorno, aspectos socio-espaciales, comunitarios, ergonómicos y de otra tipología.

Gracias al desarrollo de esta actividad se les proporciona un espacio seguro y adaptado a las necesidades individuales de cada una de los participantes que posteriormente permitirán generar un entorno comunitario en donde compartir inquietudes y experiencias