

**UNIVERSIDAD DE EL SALVADOR**  
**FACULTAD DE MEDICINA**  
**ESCUELA MÉDICA**



**CONTROL DEL SOBREPESO EN LAS PERSONAS ADULTAS  
MAYORES, UNIDAD DE SALUD EL ZAPOTAL DEL MUNICIPIO  
OJOS DE AGUA, EN EL PERIODO DE MAYO A JUNIO, 2024.**

**Presentado por:**

**WENDY MELISSA DIAZ HERNANDEZ  
ILEANA MERCEDES FRANCO SORTO**

**Para optar al grado de:  
DOCTOR EN MEDICINA**

**Asesor:**

**DR. JUAN JOSÉ CABRERA QUEZADA**



Ciudad universitaria "Dr. Fabio Castillo Figueroa", El Salvador, julio, 2024

**AUTORIDADES DE LA  
UNIVERSIDAD**

**Rector:**

**MSC. JUAN ROSA QUINTANILLA**

**Vicerrectora académica:**

**DRA. EVELYN BEATRIZ FARFAN MATA**

**Vicerrector administrativo:**

**MSC. ROGER ARMANDO ARIAS ALVARADO**

**Secretario general:**

**LIC. PEDRO ROSALIO ESCOBAR CASTANEDA**

**AUTORIDADES DE LA FACULTAD DE MEDICINA**

**Decano:**

**DR SAUL DIAZ PEÑA**

**Vicedecano:**

**LIC. FRANKLIN ARNULFO MENDEZ DURAN**

**Secretario:**

**MSC. ROBERTO CARLOS HERNANDEZ MARROQUIN**

**Director de escuela de medicina:**

**DR. DOUGLAS ALFREDO VELASQUEZ RAIMUNDO.**

**Director de la escuela ciencias de la salud:**

**LICDS. MONICA RAQUEL RAMOS DE VENTURA**

## CONTENIDO

RESUMEN EJECUTIVO.....	6
1. INTRODUCCION.....	7
2. ANTECEDENTES.....	8
2.1. Descripción de la institución.....	8
2.2 Visión del Ministerio de Salud.....	8
2.3 Mandato/Misión del Ministerio de Salud.....	8
5.4 Intervenciones de institución ejecutora.....	9
2.5 Situación principal del problema.....	9
3. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO.....	10
4. DIAGNÓSTICO SITUACIONAL Y PROBLEMA POR PRIORIZAR.....	11
5. PLAN DE INTERVENCIÓN.....	13
5.1 Objetivo estratégico:.....	13
5.2 Objetivo General:.....	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
5.3 Objetivos específicos:.....	13
5.4 Matriz del Plan Operativo del PIP.....	14
5.5 Presupuesto.....	16
5.6 Cronograma.....	16
5.8 Plan de sostenibilidad.....	17
6. INFORME DE EJECUCIÓN.....	18
8. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	20
9. ANEXOS,.....	22
9.1 Diagnóstico de la localidad.....	22
9.2 Los niveles de escolaridad con los que cuentan las personas de El Zapotal son los siguientes.....	23
9.3 Principales actividades productivas de la zona o municipio elegido....	23
9.4 Mapa de actores.....	28
9.5 Análisis de políticas públicas.....	31
9.6 Análisis FODA con el personal de salud.....	31

9.7 Proyección de población oficial nacional de estadística y censos de 10 a más años del MINSAL.....	32
9.8 Priorización del problema.....	38
9.10 Lista de asistencia.....	49
10. BIBLIOGRAFÍA.....	50

## **RESUMEN EJECUTIVO.**

En el presente proyecto sobre la prevención de sobrepeso en el adulto mayor en Cantón El Zapotal tiene como misión crear un cambio en el estilo de vida de los adultos mayores a través de una atención de prevención del sobrepeso y las complicaciones que están asociadas a este, por lo cual se realizó diferentes actividades enfocadas en los diferentes trabajadores de salud del establecimiento, que conviven con dicha población de la Unidad Básica del Cantón El Zapotal para una mejor atención al adulto mayor.

La capacitación del personal de salud que brinda atenciones a los adultos mayor se hace en relación con sensibilizar sobre los diferentes riesgos en la salud causados por el sobrepeso.

Al inicio se realizó un diagnóstico de las diferentes causas por las cuales había una deficiencia de las atenciones basadas en “modelo de atención en la salud integral para la persona adulta mayor” y de la importancia de utilizarlo en la práctica.

Los objetivos de la realización de dicho proyecto fueron: Contribuir a mejorar la salud de las personas adultas mayores de El Zapotal por medio de implementar guías de alimentación saludable y actividad física además de capacitación al personal, acerca de atención integral al adulto mayor.

## **1. INTRODUCCION**

La población que habitan en la zona del Cantón El Zapotal, Ojos de agua, Chalatenango, son de las 1286 personas, según datos de la ficha familiar de promotores de salud realizada el mes de septiembre del año 2023. El diagnóstico hace hincapié en que las personas adultas mayores son la población más frágil, se observó que la principal complicación fue el sobrepeso y como este influye en el desarrollo de sus actividades diarias, de los diferentes estilos de alimentación que realizaban al estar en una zona donde hay una cultura bien definida del tipo de alimentos que ingiere dicha población, siendo una de las causas de deficiencias de vitaminas, minerales y alimentos, además de la disminución de ejercicios diarios para mantener un estilo de vida sano.

A partir de los datos expuestos se realiza el presente proyecto donde se brinda información sobre la atención integral al adulto mayor, se educa sobre la guía de alimentación en la población salvadoreña, así como los ejercicios de fácil realización para evitar la inactividad y prevención de la fragilidad, motivo por el cual se capacitó al personal en dichas actividades para dar una atención integral.

## **2. ANTECEDENTES**

### **2.1. Descripción de la institución.**

La Unidad de Salud Básica del Zapotal fue una institución que nace luego del conflicto armado interno de El Salvador en el año 1983 a partir del cual luego surgen en dicha comunidad en el año 2011 con el propósito de brindar una atención a la población de dicha área, concentrar a la micro red de Chalatenango del sistema de salud, además de pertenecer como fragmento de la Unidad de salud intermedia Ojos de agua, Chalatenango, el personal con el que cuenta la Unidad de salud el Zapotal se encuentra conformada por médico director, médico en servicio social, licenciada en enfermería, auxiliar de enfermería, tres promotores de salud y un personal de usos múltiples.

### **2.2 Visión del Ministerio de Salud.**

Instancia rectora de sector fortalecida, conduciendo de manera eficiente y efectiva el Sistema Nacional de Salud y garantizando a los habitantes de la República de El Salvador servicios integrales de salud en armonía con el ambiente, con equidad, calidad y calidez, para la conservación y restablecimiento de la salud, estimulando para ello la corresponsabilidad y la contraloría social.

### **2.3 Mandato/Misión del Ministerio de Salud.**

Somos la instancia del estado rectora en materia de salud que garantiza a los habitantes de El Salvador la cobertura de servicios oportunos e integrales, con equidad, calidad y calidez en corresponsabilidad con la comunidad incluyendo todos los sectores y actores sociales, para contribuir a la mejor calidad de vida.

#### **2.4 Intervenciones de institución ejecutora.**

Hasta la fecha no se cuenta con documentación sobre la realización de actividades sobre el estado nutricional en la población adulta mayor de la unidad de salud de El Zapotal, sin embargo, se cuenta con programa de adulto mayor, en el cual se está haciendo énfasis en la importancia de una inscripción temprana al programa para realizar una mejor intervención en la salud

#### **2.5 Situación principal del problema.**

Hasta la fecha se cuenta con un total de 176 adultos mayores de los cuales 91 son hombres y 85 son mujeres, del total de población inscrita en el programa de adulto mayor hasta el año 2023, 67 fueron diagnosticados con sobrepeso y entre los factores identificados se encuentra falta de actividad física, inadecuada alimentación, falta de personal de nutrición y falta de involucramiento por parte de los familiares a cargo del cuidado de las personas adultas mayores. (ver anexo 9.1) (Ministerio de Salud, gobierno de El Salvador, 2023).

### **3. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO**

El cantón El Zapotal ubicado en el municipio de Ojos de agua, Chalatenango tiene una población total de 1286 habitantes de los cuales 176 son personas adultas mayores, 85 mujeres y 91 hombres y del total de estos 67 se encuentran inscritas en el programa de adulto mayor y presentan problemas del estado nutricional, siendo el sobrepeso la principal afectación.

Las intervenciones educativas para intervenir en los factores de riesgo que favorecen el sobrepeso, es de importancia en la promoción de la salud, ya que influye directamente sobre la salud y el pronóstico de sus padecimientos, entre los factores de riesgo se encuentran inadecuada alimentación, como factor principal además falta de actividad física.

Por lo que se vuelve una problemática de suma importancia, en el presente proyecto se capacitó al personal de salud, familiares y pacientes para mejorar el estado nutricional, ya que, de no mejorar su un estilo de alimentación inadecuada y control del sobrepeso, esto conlleva a desarrollar enfermedades crónico como diabetes, hipertensión arterial, infarto agudo al miocardio entre otras.

#### **4. DIAGNÓSTICO SITUACIONAL Y PROBLEMA POR PRIORIZAR**

En la distribución geográfica actual se tomaron en cuenta aspectos ambientales, cultura de la población, costumbres, además de ubicación física la cual se encuentra en el departamento de Chalatenango, municipio de Ojos de agua, Cantón El Zapotal.

Actualmente está conformado con una población de 1286 habitantes aproximadamente, de los cuales 176 son adultos mayores divididos en 91 hombres y 85 mujeres, la zona está dividida en tres distritos zona A, zona B, zona C, conformada por los Cantones El Zapotal y Cantón Coyolar. (ver anexo 4). La población al estar ubicada en un área geográfica rural donde se cuenta con dificultad al acceso, ha provocado dificultad de desplazamiento motivo por el cual no hay medio de transporte con servicio regular, por lo que la población refiere no poder desplazarse a centro de salud de primer nivel así como a centro de hospital de referencia tanto para acudir a una situación de emergencia así como a una cita hospitalaria, así también afectando al personal de Salud para brindar las diferentes atenciones como odontología, nutrición, psicología.

Es la población de adultos mayores del Cantón Zapotal, Ojos de agua, Chalatenango afectada por las diferentes enfermedades crónicas además de presentar problemas de estado nutricional siendo su principal afectación el sobrepeso en personas adultas mayores 67 de ellas presento dicho problema. El factor prevenible para no desarrollar problemas de estado nutricional en la población adulta mayor está relacionado con la buena alimentación además de otros factores que contribuyen de manera negativa a estos padecimientos entre ellos inadecuados estilos de vida, alimentación alta en calorías, falta de actividad física como caminata, falta de personal de nutrición para dar un buen asesoramiento para el control de este factor.

A pesar de estar en un área rural, esta cuenta con organización de la comunidad, conformada por un grupo de autoayuda para minimizar factores de riesgo para enfermedades crónicas, además de un grupo de adulto mayor desde el 2012, también tiene atención a acercamientos comunitarios, donde se brinda atención a adultos

mayores, Programa de tamizaje anual, donde se evalúan medidas antropométricas como peso, talla, índice de masa muscular, exámenes de rutina, donde la dificultad presentada es la limitación de toma de exámenes, y las diferentes discapacidades de los adultos mayores.

## **5. PLAN DE INTERVENCIÓN**

### **5.1 Objetivo estratégico:**

Contribuir a fortalecer la atención integral en las personas adultas mayores.

### **5.2 Objetivo general:**

Contribuir al control del sobrepeso en las personas adultas mayores, Unidad de Salud el Zapotaldel municipio Ojos de Agua, en el periodo de mayo a junio, 2024.

### **5.3 Objetivos específicos:**

- Explicar sobre la alimentación saludable y la importancia de la actividad física para el control del sobrepeso a las personas adultas mayores.
- Capacitar sobre la evaluación integral y nutricional del adulto mayor al personal de salud.

### 5.4 Matriz del Plan Operativo del PIP.

<b>Problema central:</b> Sobrepeso en la población adulta mayor.				<b>Zona Geográfica</b>	<b>Cantón El Zapotal, Ojos de agua, Chalatenango.</b>					
				<b>Responsables</b>	Wendy Melissa Díaz Hernández. Ileana Mercedes Franco Sorto.					
<b>Objetivo general:</b> Contribuir al control del sobrepeso en las personas adultas mayores, Unidad de Salud el Zapotal del municipio Ojos de Agua, en el periodo de mayo a junio, 2024.				<b>Fecha</b>	Mayo a junio 2024					
<b>Indicador del Objetivo General:</b> Sobrepeso en la población adulta mayor				<b>Medios de Verificación de OG</b>	Test de entrada y salida. Encuestas de satisfacción.					
Causa	Objetivo específico	Actividades	Beneficiarios		Meta	Lugar	Fecha	Responsables	Indicadores	
			Directos	Indirectos					Descripción	Medios de verificación
Poca educación sobre alimentación saludable y actividad física.	Explicar sobre la alimentación saludable y la importancia de la actividad física para el control del sobrepeso a las personas adultas mayores.	Realizar capacitación a personas adultas mayores sobre alimentación saludable y actividad física.	67 personas adultas mayores que asiste a unidad de salud de El Zapotal.	Población total del Cantón El Zapotal	Realizar una capacitación con personas adultas mayores sobre la alimentación saludable y actividad física.	Cantón El Zapotal	2 de mayo 2024	Wendy Melissa Díaz Hernández  Ileana Mercedes Franco Sorto	80% de los adultos mayores reconocen la importancia del consumo de alimentos saludable.	Encuesta de satisfacción.

Causa	Objetivo específico	Actividades	Beneficiarios		Meta	Lugar	Fecha	Responsables	Indicadores	
			Directos	Indirectos					Descripción	Medios de verificación
Poco conocimiento sobre la atención integral en salud por parte del personal de salud.	Capacitar sobre la evaluación integral y nutricional del adulto mayoral personal de salud	Capacitación sobre la evaluación integral y nutricional del adulto mayoral personal de salud	8 personal de salud deUSB Cantón el Zapotal	167 usuarios adultos mayores que asisten a la USB Cantón Zapotal	Realizar una capacitación con el personal de salud sobre la evaluación integral y nutricional del adulto mayor	Cantón El Zapotal	3 de mayo 2024	Wendy Melissa DíazHernández Ileana Mercedes Franco Sorto	80% del personal de salud reconoce las escalas de evaluación nutricional	Prueba de entrada y salida

## 5.5 Presupuesto.

Ítem	Insumos	Valores
Equipo	Computadoras, Tablet, equipo de diseño gráfico.	\$150
Alimentación	Se tomará un tiempo de Alimentación	\$60
Internet	Cantidad de megas descargados	\$ 24
Materiales	afiches publicitarios, impresoras, materiales de oficina.	\$50
Total		\$284

## 5.6 Cronograma

PERIODO DE EJECUCIÓN: Marzo a mayo 2024

Actividades que realizar	Marzo	Abril	Mayo
Diseño del proyecto	27		
Aprobación del proyecto	18		
Preparación de material para capacitaciones		19 al 25	
Capacitación a familiares de adulto mayor			2
Capacitación a personal de salud			3

## **5.7 Monitoreo y evaluación.**

### Monitoreo

- Álbum fotográfico (ver anexo 9.8)
- Listas de asistencia. (ver anexo 9.10)

### Evaluación.

- Prueba de entrada y salida (ver anexo 9.8)
- Encuesta de satisfacción (ver anexo 9.8)

## **5.8 Plan de sostenibilidad**

Se realizó a través de la capacitación al personal de salud, con el propósito de mantener un plan de sostenibilidad hacia la atención integral del adulto mayor.

## 6. INFORME DE EJECUCIÓN

Fecha de realización 2 y 3 de mayo del año 2024

Periodo: Marzo- mayo 2024

Breve descripción acerca del proyecto:

En el siguiente proyecto se quiere fortalecer los conocimientos al personal de salud para una atención integral y adecuada al adulto mayor y de la importancia de sobrepeso y cómo este afecta en las enfermedades degenerativas en la población del Cantón Zapotal Ojos de Agua, Chalatenango comprendida en el periodo de marzo- mayo del 2024.

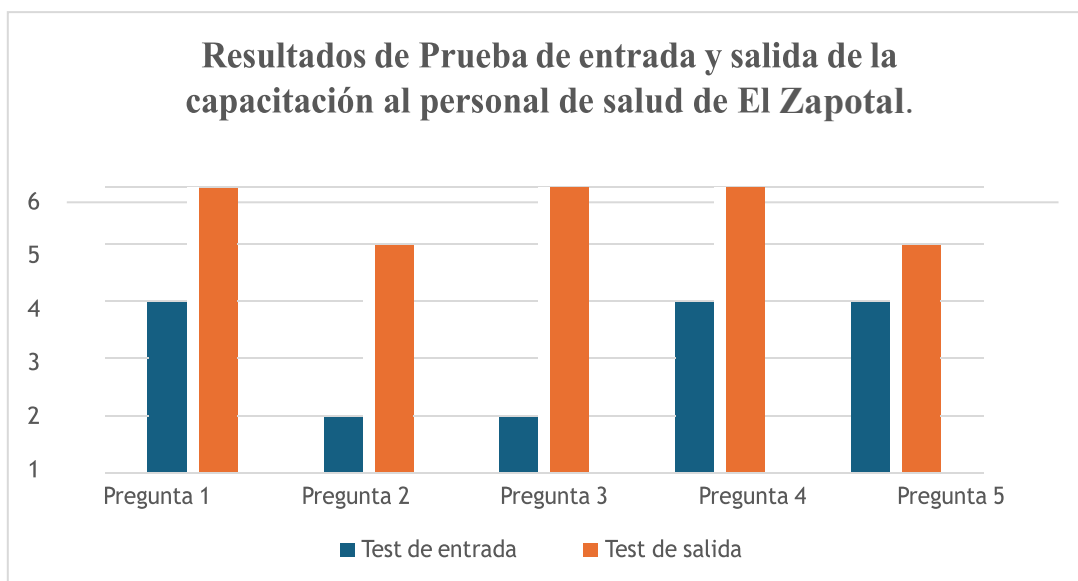
Se realizaron las siguientes dos actividades con los adultos mayores: Socializar una alimentación adecuada para la persona adulto mayor basado en la guía de una alimentación saludable para la familia salvadoreña, haciéndose una breve explicación de los alimentos saludables de los no saludables y la segunda actividad corresponde en una serie de ejercicios simples que realizó el adulto mayor, con el propósito de mostrar los diferentes movimientos que pueden mejorar la actividad física, siendo estos de beneficio ya que la persona adulta mayor carece de facilidad para realizar movimientos de alto impacto por un tiempo prolongado; y la tercera actividad consistió en realizar una socialización con el personal de salud que tuviese contacto con el personal adulto mayor, a fin de tener una atención integral con dicha población.

A partir de dichas actividades se contó con una asistencia de 16 personas adultas mayores, a los cuales se les realizó una encuesta de satisfacción nada más a 10 asistentes ya que tuvieron que retirarse del lugar 6 asistentes, a las personas a los que se les realizó la encuesta de satisfacción con una calificación del 1 al 10 donde 1 es el nivel más bajo y 10 el nivel más alto, dio como resultado una nota global de satisfacción de 9.7 ya que 3 personas dieron una calificación de 9 y 7 personas una calificación de 10.

A la capacitación del personal asistieron tres promotores de salud, un auxiliar de enfermería y una licenciada en enfermería, a los cuales se les realiza una prueba de entrada para valorar los conocimientos respecto al tema previo a capacitación, realizando un número total de cinco preguntas abordando actividades dirigidas al adulto mayor.

Una vez se realizó el tema se desarrolló actividad de prueba de entrada se procede a realizar una ponencia sobre las diferentes actividades, como el llenado correcto de la historia clínica geriátrica, escala de dependencia del adulto mayor, una evaluación nutricional, luego de finalizar dichas.

Actividades se procede a realizar una prueba de salida donde se evalúa los conocimientos adquiridos durante la misma, dando como resultado una mejoría en los niveles de conocimiento de los asistentes a la capacitación.



Nota: Grafico muestra resultado comparativo de las pruebas de entrada presentando un nivel bajo de conocimiento acerca de la evaluación nutricional del adulto mayor y en el resultado de las pruebas de salida se evidencio una mejoría en los resultados que se muestran.

Una vez terminada la ponencia, se da paso a las respectivas preguntas, y se finaliza con un refrigerio agendado para los asistentes de dicha capacitación.

## **8. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **8.1 Conclusiones.**

- En este proyecto se identificó muchos factores de riesgo relacionados con el problema de sobrepeso en la población adulta mayor entre ellos malos hábitos de alimentación, falta de actividad física, falta de apoyo por parte de los cuidadores, falta de personal de nutrición, falta de acceso a transporte público, nivel socioeconómico bajo, entre otros, todos ellos influyen de forma negativa en el estado nutricional a largo plazo.
- Los resultados obtenidos en la prueba de entrada al personal de salud en la capacitación sobre atención integral al adulto mayor reflejan falta de conocimiento de los componentes de una atención integral al adulto mayor principalmente en el componente nutricional, funcional y cognitivo.
- Durante el desarrollo de la capacitación sobre alimentación saludable y actividad física a los adultos mayores se concluye que la mayor parte de la población no cuenta con una adecuada alimentación ya que desconocen las buenas prácticas de alimentación saludable además de la falta de conocimiento acerca de la actividad física que como adultos mayores pueden realizar sin causar daño a su cuerpo.
- Después de haber realizado la capacitación al personal mostró mayor interés en retroalimentar sus conocimientos para dar una mejor atención para adulto mayor y posteriormente a la capacitación a los adultos mayores mostraron mayor interés en conocer más acerca de buenas prácticas de alimentación saludable además de realización de actividad física de acuerdo con su condición.

## **8.2 Recomendaciones**

- A nivel institucional realizar capacitaciones dirigidas al personal de salud de manera constante para retroalimentar sobre atención integral al adulto mayor.
- Proporcionar personal especializado en nutrición para poder dar una atención integral y retroalimentar conocimientos de alimentación saludable y así mejorar su estado nutricional a largo plazo.
- Realizar cuñas de radio y televisión con información sobre alimentación saludable y la importancia de la actividad física.
- Hacer énfasis en la importancia de asistir a los grupos de autoayuda y sesiones educativas sobre alimentación saludable acompañado de actividad física frecuente para disminuir las complicaciones a largo plazo sobre su estado nutricional.

## 9. ANEXOS,

### 9.1 Diagnóstico de la localidad

Características demográficas de la población.

Actualmente la Unidad de salud básica del Zapotal se encuentra ubicada en El Cantón El Zapotal en el municipio de Ojos de agua en el departamento de Chalatenango y cuenta con una población de aproximadamente 1,286 habitantes.

Tabla 5. Población estimada según estadística MINSAL 2024 de región del cantón El Zapotal, Ojos de agua, Chalatenango.

POBLACION	TOTAL		
	TOTAL	HOMBRES	MUJERES
Población total (2024)	1,286	658	628
Número de niños de 0 a 9 años	168	87	81
Número de adolescentes (personas de 10 a 19 años)	283	158	125
Número de adultos (personas de 20 a 59 años)	659	322	337
Numero de adultos mayores (personas de 60 a más años)	176	91	85

Fuente: Base de datos de ficha familiar por promotor de salud de unidad de salud El Zapotal, Ojos de agua, Chalatenango, septiembre 2023.

Nivel instruccional (% de alfabetos y no alfabetos y nivel de escolaridad)

Los niveles de educación que se encuentran en la población del zapotal se encuentran clasificados de la siguiente manera, número de personas alfabetos 866 con un porcentaje de 67.34% del cual la población femenina conformada por 442 representa un 34.37% así el contraste del total de población analfabeta con un total de 420 personas de las cuáles las mujeres 216 representan un 32.82 % y los hombres 204 un total de 31.0% representando así un 63.82 % de la población.

9.2 Los niveles de escolaridad con los que cuentan las personas de El Zapotal son los siguientes

Tabla 6: Niveles de estudio de la población del Zapotal, Ojos de agua, Chalatenango, El Salvador

Género	Primero a séptimo grado	Séptimo anoveno grado	Bachillerato	Estudios universitarios
Masculino	290	75	47	8
Femenino	249	128	43	22
Total	539	203	94	30

Nota: Datos tomados de hoja de ficha familiar por promotores de Unidad de salud El zapotal, Ojos de agua, Chalatenango, 23 de septiembre del 2023.

### 9.3 Principales actividades productivas de la zona o municipio elegido

La población del cantón El Zapotal históricamente cuenta con diferentes actividades que a lo largo de los años permanece aún vigente siendo la principal producción de productos agrícolas que caracteriza el municipio la cosecha de maíz, maicillo, arroz, hortaliza, añil, siendo su principal representante el maíz a partir del cual en épocas de cosecha realizan tamales, atol de elote, riguas, elotes salcochados.

La elaboración de atarrayas de nylon, matates para la pesca artesanal, esto se debe a que una pequeña parte de la población se alimenta de los productos obtenidos del río Sumpul.

En cuanto a las actividades realizadas en el casco urbano como las fiestas patronales estas se celebran en diferentes fechas y grupos étnicos siendo mayor número de población de religión católica con un porcentaje de 85%, las fiestas patronales son las siguientes.

#### **Tipo de casa de la zona o municipio elegido.**

El cantón Zapotal se caracteriza por ser de los pocos lugares que aún tiene casas tipo

rústicas que caracterizan la zona a la vez que hay una influencia de la urbanización en la construcción de las otras casas que se encuentran actualmente, los materiales con los que están construidas con: ladrillo, adobe, cerámica, duralita, teja, y cuentan con manejo de excretas de sanitario, abonera, hoyo seco, otro.

Se hace un rastreo para identificar los materiales con los que se construyeron las viviendas actuales evidenciando que de las 349 viviendas se encontró que el los materiales usados para construcción de paredes fue ladrillo, 2 con bahareque, 19 con adobe, en cuanto a los materiales de los pisos tenemos que 205 de las viviendas cuenta con ladrillo, 103 con cemento, 28 con tierra, otro con 30, respecto al techo 229 cuentan con duralita, teja 113, otro 7, el manejo de excretas de las viviendas se encuentra de la siguiente manera inodoro 207, letrina 2, abonera 103, otro 7.

Tabla 7. Materiales de construcción de las diferentes viviendas que conforman el área del cantón El Zapotal.

Cantón	Número de viviendas	Número de familias	Material de paredes				Material de piso				Material de techo		
			ladrillo	bahareque	adobe	otro	ladrillo	cemento	tierra	otro	duralita	teja	otro
El zapotal	148	177	97	0	si	-	87	47	14	-	101	47	-
El coyolar	201	155	177	2	19	3	118	56	24	3	128	66	7
total	349	332	274	2	19	3	205	103	38	3	229	113	7

Fuente: Datos tomados de hoja de ficha familiar por promotores de unida de salud El Zapotal, ojos de agua, Chalatenango 23 de septiembre del 2023

**Servicios públicos disponibles (agua, tratamiento de la basura, energía eléctrica, transporte público u otros).**

Actualmente el servicio de agua se encuentra en todas las viviendas que tienen cañería intradomiciliaria la cual recibe un tratamiento con cloración para hacerla apta para

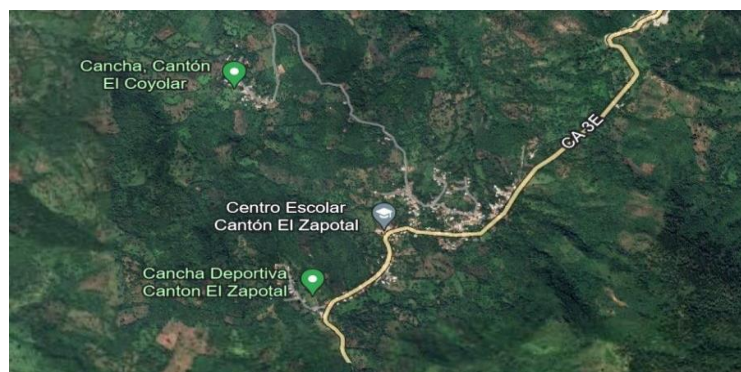
consumo humano.

El manejo de basura se maneja mediante la recolección domiciliaria una vez a la semana, la cual es recogida por vehículo no apto para traslado de esta, dado por la alcaldía municipal.

Con respecto a la energía eléctrica el 98% de la población cuenta con energía eléctrica y las viviendas que no cuentan con este recurso tienen la peculiaridad de estar localizadas en zonas de difícil acceso.

El transporte público con el que se cuenta es únicamente por vehículos intermunicipales con horarios irregulares de salida del lugar en tres ocasiones al día.

Mapa de la distribución geopolítica y acceso geográfico al establecimiento de salud.



Fuente: CA 3E, 446R+X2 El zapotal, ojos de agua, Chalatenango.  
(<https://maps.app.goo.gl/hdt5qnpLNT8VYB349>)

### **Servicios de comunicaciones (acceso a televisión, radio, teléfono e internet)**

Actualmente la población al contar con servicio de luz, la gran mayoría cuenta con servicio de radio, televisión con la única limitante que la única red telefónica disponible para esa zona es red de Tigo El salvador.

### **Provisión de servicios de salud (número de médico, enfermera, promotores de salud si aplica u otro personal)**

La población de servidores de salud en El zapotal se encuentra conformada por; médico director, licenciada en enfermería, auxiliar de enfermería, 3 promotores de salud y un polivalente.

### **Provisión de servicios de salud (número de médico, enfermera, promotores de salud si aplica u otro personal)**

La población de servidores de salud en El zapotal se encuentra conformada por; médico director, médico en servicio social, licenciada en enfermería, auxiliar de enfermería, 3 promotores de salud y un polivalente.

### **Inscripciones al programa adulto mayor.**

Al momento se cuenta con una población de 176 personas adultas mayores de las cuales 81 deson hombres y 85 son mujeres de los cuales 67 se encuentran inscritos al programa de adulto mayor ala fecha con un total de inscripciones de 4 en lo que va del año.

Tabla 8. Lista de personas inscritas en el programa de adulto mayor de Unidad de salud El Zapotal

SEXO	CANTIDAD	HTA	DM	IRC	EPILEPSIA
FEMENINO	51	47	3	1	1
MASCULINO	16	13	2	0	0

Fuente:(Ministerio de Salud, gobierno de El Salvador, 2023)

### **Veinte primeras causas de morbilidad y mortalidad de la población adulta mayor.**

Tabla 9. Veinte primeras causas de mortalidad en la población del cantón El Zapotal

Número	Patología de base
1	Paro cardíaco
2	Enfermedad renal estadio 5
3	Infarto al miocardio
4	Neumonía bacteriana
5	Hipertensión arterial
6	Diabetes mellitus tipo 2
7	Cirrosis no alcohólica
8	Senilidad
9	Traumatismo por caídas
10	Sangrado gastrointestinal
11	Insuficiencia cardíaca congestiva
<b>12</b>	<b>Enfermedad pulmonar obstructiva</b>

13	Cáncer de cérvix
14	Edema de pulmón
15	Cáncer de próstata
16	Cáncer de pulmón
17	Trastornos mentales dependientes de alcohol
18	Traumatismos múltiples
19	Paro respiratorio
20	Accidente de tránsito

Fuente: Principales causas de muerte según registro de alcaldía municipal del Zapotal, Ojos de agua, Chalatenango.

Otros problemas identificados en la población.

En la población con respecto a los factores de riesgo y vulnerabilidad que estos tienen se encuentra por un lado los factores del mal estado nutricional como principal factor de riesgo el sobrepeso debido a la falta de actividades física y dieta con alto contenido de carbohidratos. Así como también la falta de educación sobre alimentación saludable y falta de apoyo por parte de los familiares

#### 9.4 Mapa de actores

Descripción de La RIIS:

USB -ZAPOTAL, pertenece a la micro red de Chalatenango, Eco que pertenece a unidad Ojosde agua. A continuación, se detalla de manera ilustrativa la capacidad instalada de la Microred de Chalatenango.

Tabla 10: Contactos de enlace con los establecimientos de la red.

<b>Unidad de salud</b>	<b>Medico director</b>	<b>Teléfono</b>	<b>Correo</b>
US-I Azacualpa	Roxana Aguilar	7876-2485	<a href="mailto:roxana.aguilar@salud.gob.sv">roxana.aguilar@salud.gob.sv</a>
US-I Chalatenango	Sandra Peraza	7740-7232	<a href="mailto:sandra.peraza@salud.gob.sv">sandra.peraza@salud.gob.sv</a>
US-I El Dorado	Patricia Pineda	7985-3092	<a href="mailto:patricia.pinedan@salud.gob.sv">patricia.pinedan@salud.gob.sv</a>
US-I Protónico	Elsy Orellana	7538-5497	<a href="mailto:elsy.orellana@salud.gob.sv">elsy.orellana@salud.gob.sv</a>
US-I Las Vueltas	Rodolfo Trejo	7850-6055	<a href="mailto:rodolfo.trejo@salud.gob.sv">rodolfo.trejo@salud.gob.sv</a>
US-I San Luis del Carmen	Reina Alfaro	76254219	<a href="mailto:Reinae.alfaro@salud.gob.sv">Reinae.alfaro@salud.gob.sv</a>
US-I Ojos de Agua	Walter Osorio	7055-6756	<a href="mailto:walter.osorio@salud.gob.sv">walter.osorio@salud.gob.sv</a>

Tabla 11. Contactos de interés de instituciones públicas y privadas.

<b>Nombre del actor comunitario o multisectorial</b>	<b>Nombre y cargo de referente/enlace</b>	<b>Lugar</b>	<b>Teléfono</b>
José Franco	Centro Escolar Cantón El Zapotal	Director	77211318
Víctor Cabrera	Protección civil	Representante	78611249
José Arias	ADESCO Cantón El zapotal	Presidenta	60297582
Pastor de Jesús Guardado	Comité de salud de cantón elzapotal	Presidente	79276036
José Lito	Comité de Salud de U/S	Presidente	7261-4026
María Menjívar	ODS- Cantón el zapotal	Representante ODS	No posee
Alicia Guardado	Proyecto de atención infantil temprano	ODI	79373407

### 9.5 Análisis de políticas públicas

- Norma técnica de atención integral en salud a la persona adulta mayor.
- Ley de atención integral para la persona adulta mayor.
- Guía técnica sobre comunicación social para la atención de los adultos mayores

### 9.6 Análisis FODA con el personal de salud

#### **Fortalezas:**

El personal de salud de la unidad de salud del cantón El Zapotal al contar con grupo de adulto mayor, conocimiento de la población, hay una mayor disponibilidad para la realización de actividades.

#### **Oportunidades:**

Organización comunitaria por parte de la comunidad más apoyo de las diferentes instituciones que brindan apoyo local, que pondrán a disposición los diferentes recursos.

#### **Debilidades:**

Se cuenta con escaso tiempo para la realización de las diferentes actividades, así como el acceso a las diferentes zonas para tener un acercamiento

#### **Amenazas:**

Dificultad para el desplazamiento de los diferentes actores a la población blanco, analfabetismo por parte de los familiares.

9.7 Proyección de población oficial nacional de estadística y censos de 10 a más años del MINSAL.

Población estimada según estadística MINSAL 2024 de región del cantón El Zapotal, Ojos de agua, Chalatenango.

POBLACION	TOTAL, GENERAL		
	TOTAL	HOMBRES	MUJERES
Población total (2024)	1,286	658	628
Número de niños de 0 a 9 años	168	87	81
Número de adolescentes (personas de 10 a 19 años)	283	158	125
Número de adultos (personas de 20 a 59 años)	659	322	337
Numero de adultos mayores (personas de 60 a mas años)	176	91	85

Fuente: Base de datos de ficha familiar por promotor de salud de unidad de salud El Zapotal, Ojos de agua, Chalatenango, septiembre 2023.

**Capacitación sobre alimentación saludable y actividad física en el adulto mayor.**

**Carta didáctica: Alimentación saludable y actividad física en el adulto mayor.**

Fecha: jueves 2 de mayo de 2024

Lugar: Sede de promotor de salud del  
CoyolarUnidad de Salud Básica El Zapotal

Hora. 9:00 – 10 am y 1:00 – 2:00 pm

**Objetivo:** Explicar sobre la alimentación saludable y la importancia de la actividad física para el control del sobrepeso a las personas adultas mayores.

<b>Hora</b>	<b>Contenido</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Recursos</b>
15 minutos	Bienvenida y de presentación mediadores	Establecer ambiente de confianza y dar a conocer expectativas sobre el taller	Participantes se inscribirán en listados de asistencia y dirán sus nombres en voz alta	Lista de asistencia

15 minutos	Desarrollo de Temática de alimentación saludable y actividad física	Explicar el significado de buenas prácticas de alimentación saludable y actividad física	Utilización de rotafolio preparado previamente con contenido de alimentación saludable	Rotafolio
15 minutos	Desarrollo de ejercicios de bajo impacto en el adulto mayor	Explicar de manera práctica la realización de actividad física de bajo impacto en el adulto mayor	Presentación de video de realización de actividad física en el adulto mayor	-Laptop -Reproductor de sonido (bocina). -Proyector de imagen
15 minutos	Despedida y agradecimientos. Encuesta de satisfacción	Sondear sobre la aceptación del taller	Llenado de encuesta de satisfacción	Copias de encuesta de satisfacción

Carta didáctica: Capacitación sobre atención integral al adulto mayor al personal de salud

Fecha: viernes 3 de mayo 2024

Lugar: Unidad de salud básica El

ZapotalHora. 9:00 – 10 am

- **Objetivo:** Capacitar sobre la evaluación integral y nutricional del adulto mayor al personal de salud

<b>Hora</b>	<b>Contenido</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Metodología</b>	<b>Recursos</b>
15 minutos	Bienvenida y Presentación de mediadores y entrega de prueba de entrada.	Establecer ambiente de confianza y dar a conocer expectativas sobre el taller.	Breve introducción acerca de la importancia de la evaluación integral en el adulto mayor.	-Webcam Presentación en PowerPoint. Copias de prueba de entrada.

15 minutos	<p>Conceptos básicos</p> <p>Componentes de la atención integral al adultomayor</p> <p>Promoción y educación para un envejecimiento activo y saludable</p> <p>Nutrición en el adulto mayor</p> <p>Actividad física en el adulto mayor</p>	<p>Retroalimentar los conocimientos básicos acerca de la atención integral en el adulto mayor</p>	<p>Presentación de diapositivas preparadas con el contenido antes mencionado</p>	Laptop
15 minutos	<p>Ejercicios de bajo impacto en el adultomayor</p>	<p>Explicar de manera práctica la realización de ejercicios de bajo impacto en el adulto mayor</p>	<p>Presentación de video realizando diferentes ejercicios en el adulto mayor</p>	<p>Laptop</p> <p>Reproductor de sonido.</p>

15 minutos	Despedida y agradecimientos. Entrega de prueba de salida	Examen de 5 preguntas rápidas y sencillas acerca de los temas impartidos	Test de 5 preguntas generales sobre los componentes de la atención integral al adultomayor	Copias de test de salida
------------	---	--	--	--------------------------

## 9.8 Priorización del problema

Se identifica que de la población total que está conformada 1286 habitantes de los cuales una población de adultos mayores de 176 donde se identificó por medio de la evaluación nutricional al momento de asistir al centro de salud que 67 pacientes tiene sobrepeso siendo el principal problema del estado nutricional que presentan y esto es debido a la falta de conocimiento de buenas prácticas de alimentación saludable, falta de actividad física, falta de involucramiento por parte de los cuidadores entre otros factores que influyen de manera negativa a su estado de salud.

Medios de verificación de las actividades priorizadas (listas de asistencia, álbum fotográfico, anecdotario, entre otros)

	
<p><b>Imagen 1. Reunión con grupo de adultos mayores Cantón El Zapotal.</b></p>	<p><b>Imagen 2. reunión con grupo de adultos mayores en Cantón El Coyolar.</b></p>

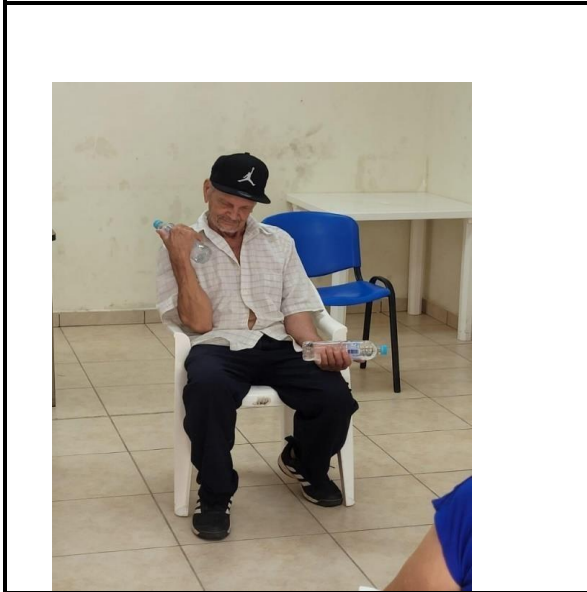
Tabla 11: Álbum fotográfico de actividades del adulto mayor realizadas el 2 mayo 2024



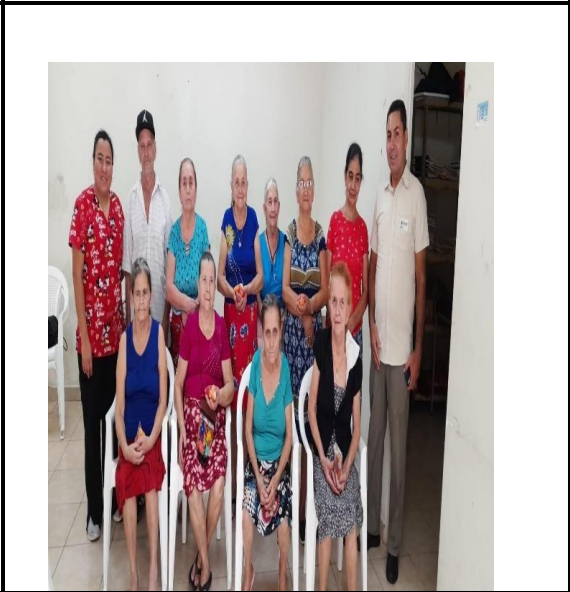
**Imagen 3. Material educativo utilizado para capacitación sobre alimentación saludable del adulto mayor.**



**Imagen 4. Material educativo utilizado para capacitación sobre alimentación saludable del adulto mayor.**



**Imagen 5 Rutina de ejercicios del adulto mayor.**



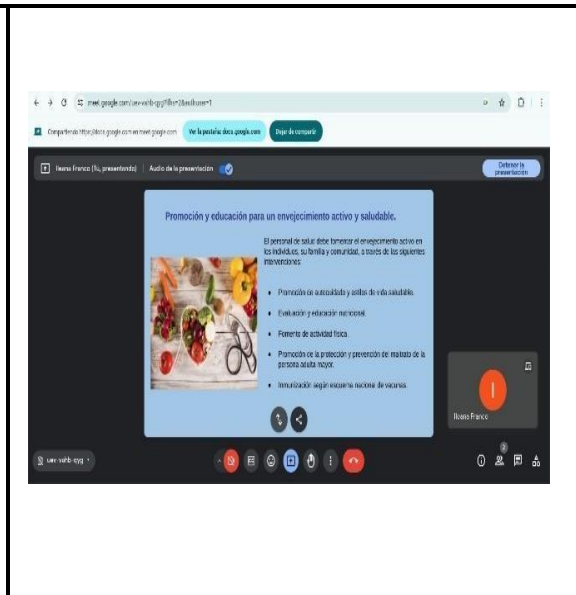
**Imagen 6 Finalización de actividades del adulto mayor.**

**Fuente: Unidad de Salud Básica El Zapotal, Ojos de agua, Chalatenango**

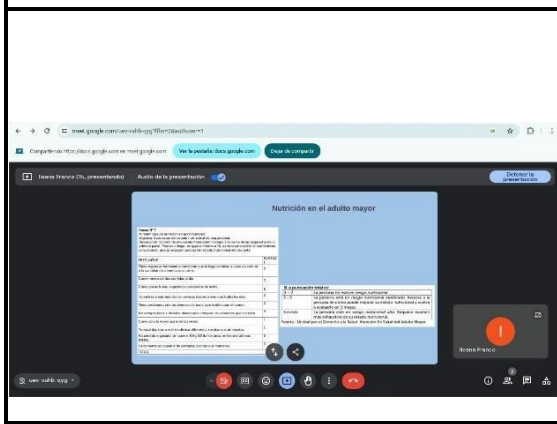
**Imágenes de grabación de capacitación sobre atención integral al adulto mayor.**



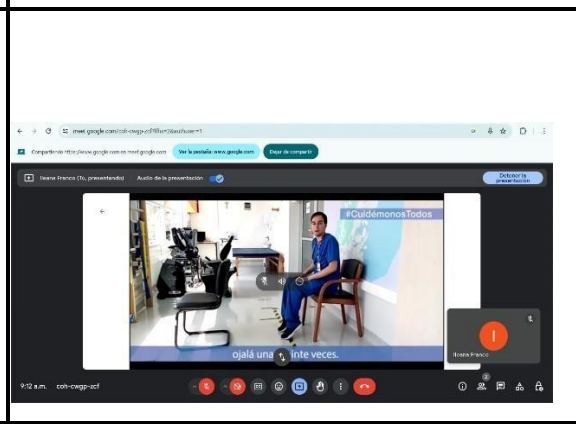
**Imagen 1. Atención integral del adulto mayor.**



**Imagen 2. Estado de nutrición en el adulto mayor.**



**Imagen 3. Tabla de identificación de escalas en el adulto mayor.**



**Imagen 4. Ejercicios en el adulto mayor.**

Nota: Tabla con imágenes que presenta las diferentes temáticas que se utilizaron para capacitación del personal de salud.

## Encuesta de satisfacción sobre capacitación de atención integral al adulto mayor

Código EPL:	Fecha: 3 mayo 2024
Nombre institución: UDSB El Zapotal Ojos de agua Chalatenango	Ciudad: Cantón El Zapotal Ojos de agua Chalatenango
Tipo de acción: Capacitación al personal de salud sobre atención integral del adulto mayor	Tema: Atención integral del adulto mayor

Estimado participante, la siguiente encuesta nos permitirá conocer su nivel de aceptación de la capacitación en el que ha participado, esta encuesta es anónima y nos ayudará a identificar posibilidades de mejora. Por favor sea lo más honesto y objetivo posible.

1 Brinde una valoración a las siguientes afirmaciones, la escala de valoración es:

1	2	3	4	5
Totalmente desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Algo de acuerdo	Totalmente de acuerdo

Afirmación		Valoración				
		1	2	3	4	5
1	La capacitación ayudó a reconocer todos los componentes en la atención integral al adulto mayor					
2	Los recursos empleados (vídeos, folletos y otros) generaron interés sobre el temay motivaron la atención durante el desarrollo de la capacitación					

3	La metodología empleada motivó una participación activa durante todo el desarrollo de la capacitación					
4	El facilitador ayudó a solventar las dudas e inquietudes que surgieron durante el desarrollo de la capacitación por parte de los participantes					
5	El facilitador generó un ambiente de respeto entre todos y dirigió la capacitación buscando la participación de todos.					
6	Al finalizar la capacitación me sentí motivado a generar compromisos y acciones personales y grupales					

Lo más destacable fue:

Algo que se debe o puede mejorar es:

--

<b>Nivel de satisfacción:</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mi satisfacción en general con la capacitación del 1 (lo más bajo) al 10 (lo más alto) es:										

**Encuesta de satisfacción sobre capacitación de alimentación saludable en adulto mayor**

<b>Código EPL:</b>	<b>Fecha:</b> 2 de mayo 2024
<b>Nombre institución:</b> UDSB El Zapotal Ojos de agua Chalatenango	<b>Ciudad:</b> Ojos de agua Chalatenango
<b>Tipo de acción:</b> Capacitación a familiares sobre alimentación saludable en el adulto mayor	<b>Tema:</b> Alimentación saludable en el adulto mayor

Estimado participante, la siguiente encuesta nos permitirá conocer su nivel de aceptación de la capacitación en el que ha participado, esta encuesta es anónima y nos ayudará a identificar posibilidades de mejora. Por favor sea lo más honesto y objetivo posible.

Brinde una valoración a las siguientes afirmaciones, la escala de valoración es:

1	2	3	4	5
Totalmente desacuerdo	Algo en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Algo de acuerdo	Totalmente de acuerdo

Afirmación		Valoración				
		1	2	3	4	5
1	La capacitación le ayudó a reconocer cuál debe ser la alimentación saludable en el adulto mayor					
2	Los recursos empleados (vídeos, folletos y otros) generaron interés sobre el tema y motivaron la atención durante el desarrollo de la capacitación					
3	La metodología empleada motivó una participación activa durante todo el desarrollo de la capacitación					
4	El facilitador ayudó a solventar las dudas e inquietudes que surgieron durante el desarrollo de la capacitación por parte de los participantes					
5	El facilitador generó un ambiente de respeto entre todos y dirigió la capacitación buscando la participación de todos.					
6	Al finalizar la capacitación me sentí motivado a generar compromisos y acciones personales y grupales					

Lo más destacable fue:

--

Algo que se debe o puede mejorar es:

--

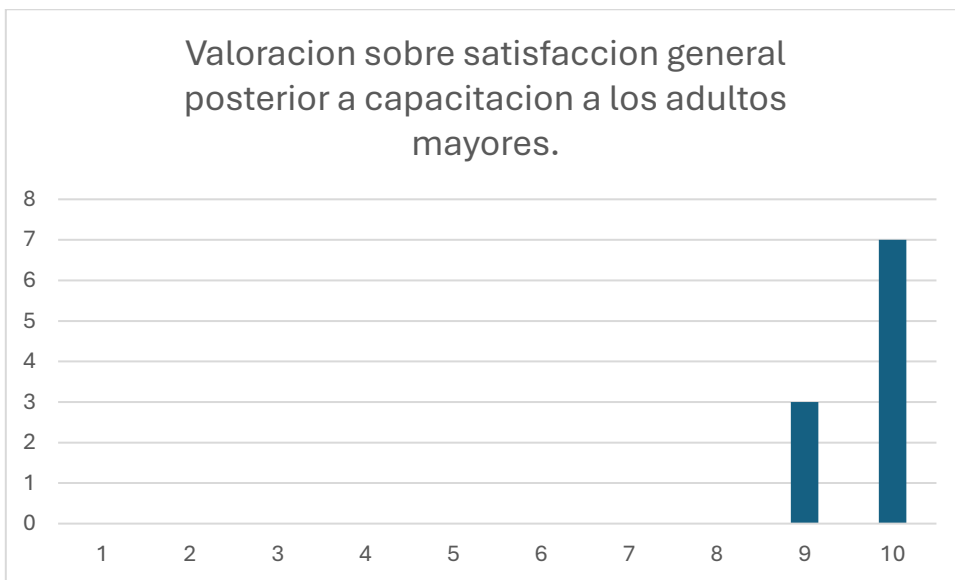
<b>Nivel de satisfacción:</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mi satisfacción en general con la capacitación del 1 (lo más bajo) al 10 (lo más alto) es:										

Algo que se debe o puede mejorar es:

--

<b>Nivel de satisfacción:</b>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mi satisfacción en general con la capacitación del 1 (lo más bajo) al 10 (lo más alto) es:										

Valoración	Número de personas
1	0
2	0
3	0
4	0
5	0
6	0
7	0
8	0
9	3
10	7



Nota: Tabla que muestra los resultados de la encuesta de satisfacción en general posterior a la capacitación sobre alimentación saludable y actividad física en el adulto mayor.

## 9.9 Test de entrada y salida de la capacitación sobre atención integral al adulto mayor

En la siguiente prueba se evaluarán los conocimientos previos y posterior a la realización de la capacitación sobre atención integral al adulto mayor al personal de salud de USB El Zapotal Ojos de agua Chalatenango.

1. Conoce cuales son todos los componentes de la atención integral del adulto mayor escríbalos:
  - Historia clínica completa
  - Evaluación funcional
  - Evaluación visual
  - Evaluación auditiva
  - Evaluación nutricional
  - Evaluación odontológica
2. Conoce cuales son las escalas utilizadas para la evaluación de la funcionalidad y cognición en los adultos mayores:
  - Actividades básicas de la vida diaria.
  - Actividades instrumentales de la vida diaria.
  - Mini mental test.
3. Cada cuanto tiempo se deben realizar los controles en pacientes adultos mayores:
  - Cada año.
4. Cada cuanto tiempo se deben realizar exámenes de tamizaje en pacientes adultos mayores:
  - Cada año.
5. Escriba cuales son los ejercicios que deben realizar los pacientes

adultos mayores

- Caminar.
- Bailar.
- Correr.

	Test de entrada	Test de Salida
Pregunta 1	3	5
Pregunta 2	1	4
Pregunta 3	1	5
Pregunta 4	3	5
Pregunta 5	3	4

### 9.10 Lista de asistencia

<p>Lista de asistencia 03-Mayo-2024 M.A.14</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Marta Menjivar Navero Navano.</li> <li>2. Juventina Riva Hernandez</li> <li>3. Felipe Menjivar Menjivar</li> <li>4. Rosa Elvira Orellana Guardado. r.c.o.g.</li> <li>5. Mejiro Ido Mejivan Menjivar</li> <li>6. Maria Emeida Guardado Guardado</li> <li>7. Maria Juventina Orellana Menjivar. m.j.o.b.m.</li> <li>8. Maria Rosa Orellana Menjivar M.R.M.</li> <li>9. Maria Bertha Orellana</li> <li>10. Jose Emeterio Orellana Menjivar.</li> <li>11. Ilectilde Orellana Guardado.</li> </ol>	<p>Lista de Asistencia.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Maria Cruz Gallas Calles.</li> <li>2. Mona Francia de Navarrete</li> <li>2. Erita Mejia</li> <li>4. Maria Cristina Lopez.</li> <li>5. Margarita Vides Mejia</li> <li>6. Jose Maria Navarrete.</li> <li>7. Juan Jose Cruz Alvarado</li> </ol>
<p>Lista de asisencia de canton Coyolar</p>	<p>Lista de asitencia de canton el zapotal</p>

## 10. BIBLIOGRAFÍA

- Nutrición MDESDEELSU. Guía alimentaria para las familias salvadoreñas [Internet]. Fao.org. [citado el 10 de junio de 2024]. Disponible en:  
<https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/2085afa6-36d9-4bc6-8c90-ab58bb827044/contento>
- Salvador EL, De M. GUIA DE ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN DE LA FAMILIA SALVADOREÑA POR GRUPOS ETAREOS [Internet]. Gob.sv. [citado el 10 de junio de 2024]. Disponible en:  
[https://asp.salud.gob.sv/regulacion/pdf/guia/Guia\\_alimentacion\\_etareos.pdf](https://asp.salud.gob.sv/regulacion/pdf/guia/Guia_alimentacion_etareos.pdf)
- Población estimada según estadística MINSAL 2024 de Región del Zapotal, Ojos de Agua, Chalatenango. (2023). En Base de Datos de Ficha Familiar Por Promotor de Salud Septiembre 2023 Unidad de Salud Básica, el Zapotal Ojos de Agua. Dr. Walter Enrique Osorio, Promotor de salud José Lucio Menjívar. Recuperado 7 de mayo de 2024, de <https://acrobat.adobe.com/id/urn:aaid:sc:VA6C2:280dcc1d-fc8b-4b6f-bf1e-0c1fcd80f88e>