Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS FORMATO DE ACTA DE INTERVENCIÓN PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y CUIDADORES/AS ESE HOSPITAL LOCAL SAN JUAN DE DIOS CONTRATO: 150.25.4.0354 VIGENCIA 2025**	

DATOS DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD	
NOMBRE COMPLETO DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD: Alba Socorro Betancurt	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** **15 DE MAYO DE 2025**
DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A Floralba Tabares Osorio	

PROFESIONAL QUE REALIZA LA INTERVENCIÓN		
NOMBRE DEL PROFESIONAL	**PROFESIÓN**	**TELÉFONO DE CONTACTO**
ANNGIE LILIANA GARZÓN SALAZAR	**ENFERMERÍA**	**3147357581**

TIPO DE INTERVENCIÓN REALIZADA	
Tercera visita	**X**

TEMAS: tercera visita domiciliaria de educación teórico prácticas y seguimiento al plan de recomendaciones concertado para la persona con discapacidad , su cuidador/a y núcleo familiar

DESARROLLO DE LA REUNION

Durante la tercera visita al hogar de Alba Socorro estaba en compañía de Floralba quien es una vecina que ahora le ayuda con su cuidado y el cuidado de su madre, se desarrolló un encuentro en un ambiente tranquilo y participativo. Ambas mostraron una actitud receptiva y colaborativa frente a la orientación brindada por el profesional de enfermería, participando activamente en la conversación y mostrando disposición para continuar con el proceso de acompañamiento.

En el marco de esta visita, se acordó con Floral la elaboración y entrega de un plan de cuidados, diseñado específicamente para responder a las necesidades tanto de Floralba como de Alba Socorro, teniendo en cuenta su diagnóstico de hipotiroidismo y síndrome de Meniere. Dicho plan contempla estrategias personalizadas y centradas en la persona y su entorno familiar, considerando también los determinantes sociales que influyen en su salud.

Entre los principales componentes del plan, se brindó educación a Alba Socorro y a Floralba sobre la importancia de mantener una adecuada adherencia al tratamiento con levotiroxina, resaltando la toma puntual del medicamento y el seguimiento médico regular.

Se propusieron acciones para disminuir la frecuencia e intensidad de síntomas como los vértigos, acúfenos y pérdida auditiva. Esto incluye:

- Promoción de una dieta baja en sodio para evitar la retención de líquidos.
- Introducción de técnicas de manejo del estrés como respiración profunda y meditación.
- Recomendaciones para evitar movimientos bruscos, cambios rápidos de postura y exposición a luces intensas o intermitentes.

Debido al riesgo aumentado por los episodios de vértigo, se discutieron medidas de seguridad en el hogar. Se enfatizó el uso de calzado antideslizante, evitar caminar descalza o en medias, y reorganizar espacios para prevenir accidentes.

Se subrayó la necesidad de ofrecer un acompañamiento emocional constante, fomentando la expresión de emociones y el diálogo abierto entre los miembros del hogar, para mitigar el impacto psicológico que conlleva el síndrome de Meniere.

Se incentivó la incorporación de una alimentación variada y equilibrada, así como la realización de caminatas diarias, preferiblemente acompañada, para evitar posibles caídas. También se recordó la relevancia de mantener una adecuada higiene personal.

A todas las recomendaciones anteriormente mencionadas, Alba Socorro refiere estar implementándolos poco a poco , además se percibe que ha comenzado a tener una alimentación variada, está comenzando a salir a caminar diariamente mínimo 30 minutos diarios.

Ademas, durante la visita, se brindó educación en los siguientes temas:

Tabaquismo: fumar es una acción que durante muchas generaciones se ha llevado a cabo, esta practica por la composición de químicos que se encuentran en el cigarrillo, van causando daño en diferentes órganos, por ejemplo los pulmones; el cuerpo cuando un agente extraño lo ataca, causa daño celular, este daño celular provoca que las células activen un mecanismo de regeneración celular, pero en cuestión futura, el cuerpo se cansa de regenerar de manera normal las células, de modo que empiezan a haber alteraciones en dicha regeneración, como células inmaduras o de tamaño diferente, esto es lo que ocasiona el cáncer. Pero, no solo estas alteraciones causa el cigarrillo, también se encuentran otras alteraciones como:

- Disnea,
- Asma exacerbada,
- Infecciones respiratorias,
- Cáncer (laringe, orofaringe, esófago, tráquea, bronquio, pulmón, leucemia mieloide aguda, estómago, páncreas,
- Riñón, uréter, colon, cuello uterino y vejiga urinaria),
- Cardiopatías coronarias,
- Infartos de miocardio
- Accidentes cerebrovasculares,
- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica
- Osteoporosis.
- Ceguera,
- Cataratas,
- Periodontitis,
- Aneurisma aórtico,
- Vasculopatía periférica aterosclerótica,
- Fracturas de cadera,
- Infertilidad,
- Impotencia

Estos efectos en un fumador pasivo, es decir el que no fuma pero si recibe el humo, se intensifican, de modo que el humo es perjudicial en muchos aspectos. Tenerlo alejado de tu entorno es prolongar tu esperanza de vida, es decir, cuantos años vivirá.

Se educó frente la importancia de realizar constantes cambios de posición, para evitar generar ulceras, las cuales son lesiones en la piel que se pueden causar por estar postrados en cama sin ninguna movilidad, estas lesiones al principio se ven inofensivas, pero si se dejan avanzar pueden generar muchas afectaciones o infecciones, pero como Diana Paola Y luz Adriana son completamente móviles, se les indicó tenerlo muy presente.

Y el tercer tema abordado fue una alimentación balanceada, se dieron indicaciones que las porciones en la distribución del plato deben ser equitativas, no incluir de mas los carbohidratos u grasas que puedan alterar la salud, las recomendaciones dadas fueron que el plato sea distribuido a tal fin que los alimentos que deben contener en el plato deben ser porciones que cumplan los requerimientos nutricionales, como carbohidratos, proteína, frutas y verduras, grasas naturales como el aguacate, y que lo ideal es no consumir jugos, dado que, el jugo es el azúcar pura de la fruta y sus propiedades no son muy bien aprovechadas por el cuerpo en esa preparación, lo ideal es comer la fruta entera y que los alimentos sean digeridos con agua, ya que esto favorece a que los alimentos sean mejor metabolizados.

Una vez finalizada la educación se procede a hacer cierre, despidiéndose de Alba Socorro y Floralba, recomendando les que tengan muy en cuenta los planes de cuidado y que se apropien de la educación brindada.

CONCLUSIONES/RECOMENDACIONES

- Doña Floralba y Alba Socorro demostraron una actitud colaborativa y abierta al proceso, lo cual facilita la implementación del plan de cuidados de manera efectiva y centrada en las necesidades reales de la paciente.
- La educación brindada ha permitido que tanto Alba Socorro como su cuidadora comprendan la importancia del tratamiento farmacológico y de las medidas preventivas, sentando las bases para una mejor gestión de sus condiciones de salud.
- El plan de cuidados contempla no solo aspectos físicos, sino también emocionales y sociales, lo que refuerza la atención centrada en la persona y la familia, y promueve una mejor calidad de vida a través del autocuidado y el fortalecimiento de los vínculos familiares.

Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC** **DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS** **FORMATO DE ACTA DE INTERVENCIÓN PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y CUIDADORES/AS** **ESE HOSPITAL LOCAL SAN JUAN DE DIOS** **CONTRATO: 150.25.4.0354** **VIGENCIA 2025**	HSJD Hospital Local San Juan de Dios Pensilvania-Caldas Empresa Social del Estado

PLAN DE RECOMENDACIONES DIRIGIDO A LA PERSONA CON DISCAPACIDAD.

PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS FORMATO DE ACTA DE INTERVENCIÓN PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y CUIDADORES/AS ESE HOSPITAL LOCAL SAN JUAN DE DIOS CONTRATO: 150.25.4.0354 VIGENCIA 2025**	HLSJD Pensilvania-Caldas EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO

PLAN DE RECOMENDACIONES DIRIGIDO AL CUIDADOR/A DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD.

PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC** **DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS** **FORMATO DE ACTA DE INTERVENCIÓN PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y CUIDADORES/AS** **ESE HOSPITAL LOCAL SAN JUAN DE DIOS** **CONTRATO: 150.25.4.0354** **VIGENCIA 2025**	HOSPITAL LOCAL SAN JUAN DE DIOS Pensilvania-Caldas H S D EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO



ANNGIE LILIANA GARZON SALAZAR
PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
1.002.636.807