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: Cesar Quintero Quintero	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** **22 DE ABRIL DE 2025**
DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A **Alba Rocío Suárez**	

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

TIPO DE INTERVENCIÓN REALIZADA	
Segunda visita	**X**

TEMAS: Concertación de actividades a realizar para el plan de recomendaciones con la persona con discapacidad, cuidador/a y su núcleo familiar.

DESARROLLO DE LA REUNION

Doña Alba y César mostraron disposición e interés, respondiendo activamente a las preguntas. Durante la visita, se acordó con César la elaboración y entrega de un plan de cuidados domiciliario integral.

- Hábito 1: Cesación del tabaquismo: este plan detallará estrategias específicas para abordar el hábito de fumar, incluyendo recursos para dejar de fumar y apoyo conductual. Se enfatizará la importancia de incrementar la interacción familiar, promoviendo actividades compartidas y una comunicación abierta para fortalecer su red de apoyo emocional. Para este una de las estrategias que se sugiere es utilizar técnicas de distracción como realizar actividades que César disfrute como lo es la lectura. Adicionalmente, se sugiere disminuir el consumo de cigarrillo de manera gradual y registrar los avances, cambios en el estado de ánimo, nivel de ansiedad durante el proceso y posibles recaídas en una agenda diaria. Además de llevar una alimentación balanceada en cereales, frutas, verduras y carnes que le permita disminuir la ansiedad que puede generar el proceso.
- Hábito 2: Cambios de posición periódicos: con el fin de prevenir complicaciones asociadas a la movilidad reducida, se utilizará como estrategia establecer tiempos para realizar los cambios de posición como mínimo cada 2 horas.
- Hábito 3: Hidratación adecuada: para mejorar el consumo de agua en César, se sugiere el uso de una botella personal para facilitar el conteo de ingestas, además se traza como meta el consumo de 4 vasos al día durante una semana, posteriormente aumentar la ingesta la siguiente semana a 6 vasos y finalmente, en la tercera semana aumentarla a 8 vasos diarios.

También se prestará especial atención a la situación de la cuidadora principal: Se proporcionarán a Doña Alba recursos e información sobre estrategias prácticas para el autocuidado:

- Hábito 1: Realización de actividad física: se sugiere a doña Alba la realización de ejercicios de estiramiento al despertar y ejercicios de relajamiento antes de ir a dormir, con el fin de mejorar su sueño y por ende el descanso disminuyendo así el cansancio que se puede derivar de sus labores diarias. Se espera que los realice mínimo 5 veces a la semana.
- Hábito 2: Higiene: Promover en doña Alba que vea la higiene diaria como un espacio personal, no solo una obligación; realizando un baño diario, higiene bucal como mínimo 3 veces al día y que cuide su cabello y sus uñas, reforzando de esta manera que cuidarse a sí misma, también es una forma de cuidar a los demás.

- Hábito 3: Interacción social: se sugiere a doña Alba fomentar momentos de conversación y juego con César (rompecabezas, ver una película, preparar una comida juntos) mínimo 2 veces a la semana, como una forma de salir de la rutina y buscar momentos de reconexión.

Se establecerá un seguimiento regular para evaluar la implementación del plan de cuidados, monitorear el progreso de César y Doña Alba, y brindar apoyo continuo. Se programará una próxima visita domiciliaria.

CONCLUSIONES/RECOMENDACIONES

Conclusiones:

La visita domiciliaria reveló disposición para colaborar, pero también áreas de preocupación como el manejo emocional de César y la sobrecarga de la cuidadora, que requieren atención para mejorar el bienestar general.

Recomendaciones:

Implementar el plan de cuidados, brindar apoyo a César, proporcionar recursos de autocuidado a la cuidadora, fomentar la comunicación familiar y realizar seguimiento regular del caso.



ANNGIE LILIANA GARZÓN SALAZAR
PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
1.002.636.807