Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC DIRECCIÓN 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

DATOS DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD	
NOMBRE COMPLETO DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD: Cesar Quintero Quintero	**FECHA DE INTERVENCIÓN: 02-05-2025**
DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR /A: Alba Rocío Suarez	

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 REUNIÓN

Durante la tercera visita domiciliaria realizada en el hogar de Alba Rocío y César, se dio seguimiento al plan de recomendaciones establecido previamente. Ambos mostraron disposición e interés, participando activamente en la conversación y respondiendo con apertura a las preguntas, lo que facilitó revisar el plan de cuidados, centrado en Cesar pero también considerando el bienestar de Doña Alba como cuidadora principal.

Con César, se abordaron los hábitos de cuidado acordados. En cuanto a la cesación del tabaquismo, si bien ha implementado los ejercicios sugeridos, manifestó que después de realizarlos continúa fumando cigarrillo, lo que indica la necesidad de seguir reforzando estrategias. Se observó una mejora en la alimentación familiar, adoptando hábitos más balanceados, y se evidenció una mayor interacción familiar: César ha participado en actividades recreativas con su familia al menos una vez por semana.

Respecto a los cambios de posición, César menciona que ha intentado realizarlos casi a diario. En cuanto a la hidratación, comenzó a usar una botella personal para contar su consumo de agua, logrando cumplir con la meta inicial de cuatro vasos diarios y mostrando disposición para incrementar la cantidad conforme al plan.

En el caso de Doña Alba, se trabajaron aspectos clave para su autocuidado. Se evidenció que ha comenzado a incorporar ejercicios de estiramiento y técnicas de relajación tres veces por semana, y expresó su compromiso de aumentar la frecuencia. Además, se ha motivado a fortalecer la interacción social con César a través de conversaciones, juegos, películas o preparación de alimentos en conjunto. Ella señaló que ya han compartido algunas de estas actividades, generando momentos de reconexión y mejorando la dinámica familiar.

Además, 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 práctica 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 causan 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,
- 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 más 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 Cesar y Alba Rocío, recomendando les que tengan muy en cuenta los planes de cuidado y que se apropien de la educación brindada.

CONCLUSIONES/RECOMENDACIONES

Tanto César como Doña Alba han mostrado avances significativos en la implementación de los hábitos de cuidado acordados, lo que refleja una actitud positiva y un compromiso creciente con el proceso de mejora en salud y bienestar. La interacción familiar y los momentos compartidos entre César y Doña Alba han contribuido a fortalecer su vínculo, lo cual impacta favorablemente el bienestar emocional de ambos.

Se sugiere continuar motivando a Doña Alba y a César a mantener y ampliar la frecuencia de los hábitos adquiridos (ejercicio, hidratación, interacción), incorporando rutinas simples y sostenibles que refuercen su bienestar físico y emocional.

PLAN DE RECOMENDACIONES DIRIGIDO A LA PERSONA CON DISCAPACIDAD.

Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC** **DIRECCIÓN 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

PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC DIRECCIÓN 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**	

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** **DIRECCIÓN 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 Manizales-Caldas EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO



ANNGIE LILIANA GARZON SALAZAR
PROFESIONAL EN ENFERMERIA
1.002.636.807