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: Luis Ferney García	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** **23 DE ABRIL DE 2025**
DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A Beatriz Elena Grisales	

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

Durante la visita domiciliaria, Doña Beatriz y Luis Ferney demostraron una actitud receptiva y colaborativa, participando activamente en la conversación con el profesional de enfermería. En este contexto, se acordó con Luis Ferney la elaboración y entrega de un plan de cuidados de enfermería domiciliario integral, diseñado para abordar sus necesidades específicas desde un enfoque holístico y promover su bienestar general.

Este plan de cuidados de enfermería detallará estrategias e intervenciones específicas para apoyar a Luis en diversas áreas, considerando los determinantes sociales de la salud y los principios de la atención centrada en la persona y la familia.

- **Hábito 1:** Cesación de tabaco: En relación con su hábito de fumar, se proporcionarán recursos y educación para facilitar su cesación, incluyendo información sobre los riesgos asociados al tabaquismo, opciones de terapia de reemplazo de nicotina, apoyo conductual individualizado y/o grupal (consejería motivacional). Se sugiere disminuir de manera gradual la cantidad de cigarrillos fumados al día.
- **Hábito 2:** Fortalecimiento de la red de apoyo: para ello, el profesional de enfermería trabajará con Luis Ferney y su familia para identificar actividades compartidas que fomenten la comunicación abierta, el diálogo constructivo y la expresión de afecto entre los miembros de la familia. Se explorarán también estrategias para ampliar su círculo social. Se recomienda a Luis realizar 2 veces a la semana actividades que disfrute con su familia, que pueden ser charlas, caminatas breves o compartir momentos de esparcimiento como ver películas o escuchar música en compañía.
- **Hábito 3:** Mantener una hidratación adecuada: Se abordará la necesidad de mantener una hidratación adecuada, proporcionando recomendaciones personalizadas sobre la ingesta diaria de líquidos, tipos de bebidas recomendadas y estrategias para hacer de este hábito una parte regular y agradable de su rutina diaria. Se sugiere que ingiera entre 6 a 8 vasos de agua al día y que utilice una alarma para recordar con facilidad la toma.
- **Hábito 4:** Actividad física: se recomienda que realice actividad física adaptada a sus capacidades y preferencias, como herramienta para mejorar su estado de ánimo, reducir el estrés, aumentar su autoestima y promover su bienestar general. Se proporcionarán recomendaciones específicas sobre tipos de ejercicio (aeróbico, de fuerza, flexibilidad), caminata o actividades recreativas al aire libre. Se educará a Luis Ferney sobre los beneficios del ejercicio para la salud física y mental, y se le motivará a establecer metas realistas y a mantener un estilo de vida activo a largo plazo. Se propone realizar actividad física mínimo 30 minutos, entre 3 a 5 veces por semana.

En cuanto a Doña Beatriz, se elaborará un plan de cuidados centrado en brindar estrategias de autocuidado dentro de las que se incluyen:

- **Hábito 1:** Asistencia a controles médicos de manera periódica: se sugiere a doña Beatriz utilizar una agenda para llevar un registro de sus citas médicas con anticipación, además de tener un registro de signos de alarma por los cuales deba consultar al médico y se establece como objetivo asistir al 100% de los controles médicos durante los próximos 3 meses.
- **Hábito 2:** Actividad física: Se implementará la actividad física dentro del plan de doña Beatriz con el fin de aumentar su nivel de energía y disminuir la sensación de fatiga. Se sugiere establecer una rutina de al menos 3 días a la semana con caminatas de 20 a 30 minutos e integrar las actividades con las del paciente para fomentar la adherencia,
- **Hábito 3:** Gestión del tiempo: se sugiere crear un horario diario que incluya tiempo para el autocuidado, trabajo, descanso y actividades sociales; además de priorizar tareas urgentes y delegar tareas domésticas cuando sea posible. Se propone delegar al menos 2 tareas que actualmente realice sola e implementar un horario semanal donde saque al menos 1 hora diaria para su descanso.
- Hábito 3: Comunicación familiar: con el fin de mejorar sus relaciones interpersonales dentro de las que se mencionan estrategias como la escucha activa como una herramienta poderosa y la práctica de la auto-reflexión sobre las experiencias y emociones. Este hábito permitirá a doña Beatriz fortalecer el vínculo con su hijo mientras lo cuida y cuida de sí misma.

Para garantizar la efectividad del plan de cuidados de enfermería y realizar un seguimiento adecuado del progreso de Luis Ferney y Doña Beatriz. Se programará una próxima visita domiciliaria, cuya fecha se acordará en conjunto, teniendo en cuenta las necesidades y preferencias de la familiar.

CONCLUSIONES/RECOMENDACIONES

Conclusiones

La visita domiciliaria reveló una actitud colaborativa, facilitando la implementación de un plan de cuidados de enfermería que aborda integralmente las necesidades de Luis Ferney, incluyendo aspectos físicos, emocionales y sociales. Se prioriza el seguimiento continuo del plan.

Recomendaciones

Implementar el plan de cuidados, priorizando la cesación tabáquica, el apoyo familiar, la hidratación y la actividad física. Realizar visitas de seguimiento para evaluar el progreso y ajustar el plan.



ANNGIE LILIANA GARZÓN SALAZAR
PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
1.002.636.807