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: Yudy Marcelly Quintero García	**FECHA DE INTERVENCIÓN: 09-05-2025**

DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR /A Luz Dalía García

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 visita domiciliaria realizada en el hogar de Yudy Marcelly, se desarrolló una reunión en un ambiente tranquilo, empático y participativo. Tanto Yudy como Doña Luz Dalia mostraron una actitud receptiva y colaborativa frente al acompañamiento del profesional de enfermería, lo que permitió establecer un diálogo abierto y constructivo en torno a sus necesidades y condiciones de salud.

Se da inició con la presentación del propósito de la visita, enfatizando la importancia de fortalecer los hábitos de autocuidado y bienestar físico y emocional. Se explicó que se revisaría el plan de cuidados y su implementación en la vida de cada una.

Con Yudy Marcelly se abordaron tres hábitos fundamentales. En primer lugar, se observó que Yudy ha empezado a implementar la lectura diaria como una herramienta para la estimulación cognitiva, la reducción del estrés y la mejora del bienestar emocional mencionando que este hábito de hábito de lectura lo hacía al menos 20 minutos al día, contando con el acompañamiento de su madre. En segundo lugar, se discutió la importancia de la adherencia al tratamiento farmacológico a lo cual refieren hacerlo adecuadamente tal como se los envía el médico tratante. Finalmente, se enfatizó sobre la importancia de la asistencia oportuna a controles médicos.

En el caso de Doña Luz Dalia, se abordaron estrategias enfocadas en la prevención del cansancio extremo y del síndrome de Burnout, debido a su rol como cuidadora principal. Se percibe que algunos días a la semana Luz Dalía ha logrado implementar la actividad física, haciendo caminatas de al menos una hora. Asimismo, se observó que Luz Dalía tuvo en cuenta las recomendaciones acerca de implementar técnicas para cuidar su salud laboral, realizando pausas activas.

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,
- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica,
- Osteoporosis,
- 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 Yudy y Luz Dalia, recomendándoles que tengan muy en cuenta los planes de cuidado y que se apropien de la educación brindada.

CONCLUSIONES/RECOMENDACIONES

- Se recomienda mantener el hábito de lectura diaria como herramienta de estimulación y bienestar emocional.
- Se recomienda cumplir rigurosamente con el esquema de medicamentos establecido y reportar cualquier efecto secundario al personal de salud.
- Se recomienda asistir de manera oportuna a sus controles médicos, con apoyo de su red familiar para el traslado y el acompañamiento.
- Se recomienda priorizar momentos de autocuidado y descanso personal para evitar el agotamiento físico y mental.
- Se recomienda integrar de forma constante la actividad física y prácticas de relajación dentro de su rutina diaria.
- Se recomienda adoptar medidas ergonómicas durante las tareas de cuidado para prevenir lesiones o molestias musculares.
- Se recomienda fomentar el fortalecimiento del vínculo familiar mediante actividades compartidas que promuevan el bienestar mutuo.

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 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 HSJD EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO



ANNGIE LILIANA GARZON SALAZAR
PROFESIONAL DE ENFERMERÍA
1.002.636.807