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: Yonatan Alexander Garcia Grisales	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** **16/05/2025**

DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A Carlos Mario Garcia 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, **Carlos Mario y Yonatan mostraron una actitud abierta y colaborativa**, participando activamente con el profesional de enfermería. En este encuentro, se acordó con Yonatan la **creación y entrega de un plan de cuidados de enfermería domiciliario integral**. Este plan está diseñado para abordar sus necesidades específicas desde un enfoque holístico, priorizando su bienestar general.

El plan de cuidados detallará **estrategias e intervenciones precisas** para apoyar a Yonatan en diversas áreas, considerando los **determinantes sociales de la salud** y los principios de una **atención centrada tanto en la persona como en su familia**. Dentro de los hábitos para Yonatan se incluyen:

- **Hábito 1: fortalecer su red de apoyo emocional** a través de una mayor interacción familiar y social. El profesional de enfermería colaborará con Yonatan y su familia para **identificar actividades compartidas** que impulsen la comunicación, el diálogo constructivo y la expresión de afecto. También se explorarán vías para **ampliar su círculo social**. Idealmente, realizar actividades compartidas 1 vez a la semana.
- **Hidratación adecuada**, ofreciendo recomendaciones personalizadas sobre la ingesta diaria de líquidos, tipos de bebidas beneficiosas y métodos prácticos para integrar este hábito de forma regular y agradable en su rutina. Recomendando consumir al menos 2 litros de agua al día.
- **Actividad física constante y adaptada** a sus capacidades y preferencias. Esta práctica es clave para mejorar su estado de ánimo, reducir el estrés, potenciar su autoestima y favorecer su bienestar general. Se le brindarán sugerencias específicas de ejercicios (aeróbicos, de fuerza, flexibilidad), caminatas o actividades recreativas al aire libre. Además, se le educará sobre los beneficios del ejercicio para su salud física y mental, motivándolo a establecer metas realistas y a mantener un estilo de vida activo a largo plazo. Realizando al menos 3 días a la semana actividad física.

En cuanto a Carlos Mario se proponen los siguientes hábitos:

- **Descanso**: se sugiere tomar pausas durante la realización de actividades en el día, mínimo 2 pausas activas al día y dormir 8 horas al día, por ello se sugiere establecer una rutina a la hora de dormir.
- **Ejercicio físico**: se sugiere realizar actividad física en compañía de Yonatan, al menos 5 días a la semana.

Para asegurar la efectividad del plan y monitorear el progreso de Yonatan y Carlos Mario, se **programará una próxima visita domiciliaria**. La fecha se coordinará de mutuo acuerdo, respetando las necesidades y preferencias de la familia.

CONCLUSIONES/RECOMENDACIONES

Conclusiones

- Foco Holístico y Colaborativo: La visita domiciliaria con Carlos Mario y Yonatan evidenció una disposición colaborativa esencial para el éxito del cuidado. La creación de un plan de enfermería integral y centrado en la persona subraya la importancia de abordar las necesidades de Yonatan desde una perspectiva holística, considerando los determinantes sociales y la participación familiar como pilares fundamentales para su bienestar general.
- Estrategias Clave para el Bienestar Integral: El plan de cuidados propuesto se enfoca en áreas críticas como el fortalecimiento de la red de apoyo emocional a través de la interacción familiar y social, la adecuada hidratación y la promoción de actividad física regular. Estas intervenciones demuestran un enfoque proactivo para mejorar no solo la salud física de Yonatan, sino también su estado de ánimo, autoestima y bienestar mental, sentando las bases para un estilo de vida más saludable a largo plazo.

Recomendaciones

- Para asegurar la efectividad y sostenibilidad del plan de cuidados, se recomienda establecer un seguimiento riguroso y adaptable. Las futuras visitas domiciliarias deben no solo monitorear el progreso en las áreas identificadas (interacción social, hidratación, actividad física), sino también permitir ajustes flexibles al plan según la evolución de Yonatan y las dinámicas familiares. Priorizar la educación continua y el empoderamiento de Carlos Mario y Yonatan es clave para fomentar su autonomía y asegurar la apropiación de las estrategias de autocuidado, optimizando así los resultados a largo plazo.



ANNGIE LILIANA GARZON SALAZAR
PROFESIONAL EN ENFERMERIA
1.002.636.807