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 García Grisales	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** **02/05/2025**
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	
Tercera visita	**X**

TEMAS: 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, **Carlos Mario y Yonatan mostraron una actitud muy receptiva y colaborativa**, participando activamente en la conversación con el profesional de enfermería. En este encuentro, se realizó el seguimiento del **plan de cuidados de enfermería domiciliario integral** previamente establecido. Este plan, diseñado para abordar las necesidades específicas de Yonatan y promover su bienestar general, considera su **retraso mental** e incluye actividades clave como:

- **Actividad Física**
- **Alimentación Saludable y Segura**
- **Higiene Personal**
- **Interacción Social y Emocional**
- **Administración de Medicamentos**

Al consultarles sobre la implementación de las indicaciones, la respuesta fue muy positiva. Tanto Yonatan como su cuidador principal han **incorporado con éxito las recomendaciones**. Han mantenido **caminatas diarias de al menos 30 minutos** y han mejorado su alimentación, distribuyendo los alimentos de manera equitativa para asegurar todos los requerimientos nutricionales (proteínas, carbohidratos, frutas y verduras). Además, han logrado una **ingesta constante de líquidos**, con al menos cuatro vasos (250 ml) diarios. Se observó también una mejora en la **higiene personal** y en la **interacción social y emocional** dentro del núcleo familiar, reflejando una clara disposición de todos los miembros para fortalecer los lazos.

Ademas, 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 practica 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 causa 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,
- Riñón, uréter, colon, cuello uterino y vejiga urinaria),
- Cardiopatías coronarias,
- Infartos de miocardio,
- Accidentes cerebrovasculares,
- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica,
- 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 **Carlos Mario y Yonatan** 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 mas 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 **Carlos Mario y Yonatan**, recomendando les que tengan muy en cuenta los planes de cuidado y que se apropien de la educación brindada.

CONCLUSIONES/RECOMENDACIONES

Conclusiones

- **Éxito en la Implementación del Plan de Cuidados:** La visita evidenció la **exitosa aplicación del plan de cuidados domiciliario** por parte de Yonatan y Carlos Mario. Se observaron mejoras concretas en actividad física, alimentación, higiene, hidratación e interacción familiar, destacando la **actitud colaborativa** de ambos a pesar del retraso mental de Yonatan.
- **Educación Preventiva y de Salud Integral:** La sesión educativa brindó información vital sobre los **riesgos del tabaquismo y la importancia de la alimentación balanceada y la prevención de úlceras**. Este enfoque proactivo subraya el compromiso con la **promoción de la salud y la prevención de enfermedades** en el entorno familiar.
- **Colaboración Familia-Enfermería para el Bienestar Sostenible:** La **disposición activa de la familia** para seguir las recomendaciones y la educación recibida es clave. Esta colaboración mutua es fundamental para **mantener los hábitos saludables y el bienestar integral** de Yonatan y Carlos Mario a largo plazo.

Recomendaciones

- Recomiendo continuar con el **seguimiento domiciliario periódico**, centrándose en **reforzar los hábitos saludables ya incorporados** y en la **evaluación continua de la comprensión y aplicación** de la educación brindada, especialmente en temas como el tabaquismo. Es crucial mantener la **participación activa de Carlos Mario y Yonatan**, ajustando las estrategias del plan de cuidados según sus necesidades y evolución, para asegurar la sostenibilidad del bienestar integral de la familia.



DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS
PLAN DE RECOMENDACIONES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y CUIDADORES/AS
ESE HOSPITAL LOCAL SAN JUAN DE DIOS
CONTRATO: 150.25.4.0354
VIGENCIA 2025

PLAN CASERO DE CUIDADOS

Yonatan Alexander García Grisales= Yonatan alexander garcía grisales

Diagnóstico: Trastorno mental no especificado

Firma profesional

Alimentación

Recuerda variar cada uno de tus alimentos sin exceder en las porciones, no muchas harinas, grasas, jugos. Divide tu plato con granos, proteínas, frutas y verduras y no olvides beber agua.

Actividad

Además de las caminatas diarias incorpora en tu día a día actividades como pantallitas y flexiones de pecho tomo propio peso. Salgamos de la rutina.

Medicamentos

Toma medicamentos reportando las dosis y los horarios para que esto no ocasione en ti reacciones adversas.

04. Salud

Cuida tu salud asistiendo a controles médicos regulares y mantén un autocuidado con la higiene de tu cuerpo con baños diarios y cepillado después de cada comida. No olvides que el descanso también es muy importante para recuperarte, no te estresaligas.

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 EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO



ANNGIE LILIANA GARZON SALAZAR
PROFESIONAL EN ENFERMERIA
1.002.636.807