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: Yulian Andrés Guarín Giraldo	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 06/05/2025
DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A Orfanely Guarín Giraldo	

PROFESIONAL QUE REALIZA LA INTERVENCIÓN		
NOMBRE DEL PROFESIONAL	**PROFESIÓN**	**TELÉFONO DE CONTACTO**
Jennyfer García Montoya	Fisioterapia	3116827071

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 REUNIÓN

La visita fue realizada en el domicilio de Yulian Andrés Guarín Giraldo en donde estuvo presente durante la intervención la mamá de Yulian la señora Orfanely Guarín Giraldo, quien actúa como su principal cuidadora El ambiente fue tranquilo y colaborativo, lo cual permitió un adecuado desarrollo de la sesión.

Plan de cuidados Yulian: 3 a 5 veces por semana en sesiones de 20 a 30 minutos.Dividir en bloques cortos (2 o 3 actividades por sesión).

- Hábito 1: Actividades funcionales y motricidad fina (5–10 minutos)
  Objetivo: Promover la autonomía en tareas cotidianas.

- Pasar objetos de un recipiente a otro con pinza o cuchara.
- Ensartar aros o cuentas grandes.
- Jugar con masilla para fortalecer manos.
- Abrir/cerrar botellas, frascos o cierres.

- Habito 2: Ejercicios de coordinación motora (5–10 minutos)
  Objetivo: Desarrollar habilidades de control corporal.

- Lanzar y atrapar una pelota grande o liviana.
- Caminar en zigzag o sobre una línea recta.
- Subir y bajar un escalón o banco bajo.
- Juegos con aros o conos (pasar por dentro, pisarlos, saltar entre ellos).

- Habito 3: Estimulación sensorial motora (5 minutos)
  Objetivo: Regular la respuesta a estímulos táctiles, propioceptivos o vestibulares.

- Rodar sobre una colchoneta o alfombra.

- Presiones suaves con pelotas de goma sobre brazos y piernas.

Plan de cuidados Orfa Nelly:

- Hábito 1: realización de movilidad articular general 3 a 5 veces por semana
  Duración total: 30–45 minutos por sesión.

  Marcha en el sitio o trote suave – 5 min
  Círculos de brazos y hombros – 30 seg

  Rotaciones de tronco – 30 seg
  Elevaciones de rodillas – 3 min
  Saltos suaves (jumping jacks) – 1 min.

- Habito 2: estiramientos musculares
  Mantener entre 20–30 segundos por grupo muscular.Realizar ambos lados del cuerpo (derecho e izquierdo).
  Tren inferior:
  Cuádriceps: De pie, tomar un tobillo y llevarlo hacia el glúteo.
  Isquiotibiales: Sentado con las piernas estiradas, inclinar el tronco hacia adelante.
  Aductores: Sentado con las plantas de los pies juntas, empujar las rodillas hacia el suelo.
  Gemelos: Apoyar las manos en la pared, estirar una pierna hacia atrás con el talón en el suelo.
  Tren superior:
  Hombros: Cruzar un brazo sobre el pecho y empujar con el otro.
  Tríceps: Llevar una mano detrás de la cabeza y empujar el codo hacia atrás con la otra.
  Pectorales: Apoyar el brazo en la pared y girar el cuerpo en dirección contraria.
  Zona central:
  Espalda baja: Acostado boca arriba, llevar ambas rodillas al pecho.
  Columna torácica: Sentado, girar el tronco hacia un lado suavemente.
  Cuello: Inclinaciones laterales suaves llevando la oreja hacia el hombro.

En la visita se expuso y explicó el plan casero de manera detallada sustentando los beneficios de la implementación de la actividad física asimismo como los riesgos de no realizarla.

CONCLUSIONES/RECOMENDACIONES

Conclusiones: La segunda visita para la socialización del plan de cuidados dirigido a Yulian y su cuidadora fue recibida de manera adecuada y organizada, permitiendo establecer una comunicación clara entre el profesional, el entorno familiar y el usuario. Durante la intervención se generó un espacio respetuoso y adaptado a las necesidades sensoriales y comunicativas de la persona, favoreciendo su participación y comprensión del entorno.

El fisioterapeuta logró explicar de forma sencilla y estructurada los objetivos, actividades y estrategias que conforman el plan de cuidados, asegurando su adecuada comprensión y aplicación en el contexto domiciliario. Asimismo, se abordaron aspectos fundamentales como la rutina, el manejo conductual, la estimulación sensoriomotriz y la importancia del trabajo interdisciplinario, reforzando la participación activa de la familia o cuidadores.

Recomendaciones:

- Realizar las actividades a la misma hora del día para crear rutina.
- Supervisar siempre, respetando el espacio personal y los umbrales sensoriales.
- Acompañar con refuerzos positivos (elogios, juegos, premios simbólicos).
- Evitar ambientes ruidosos o con muchos estímulos visuales.

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**	



JENNYFER GARCIA MONTOYA
PROFESIONAL DE FISIOTERAPIA
REGISTRO PROFESIONAL
TP: 1053864166