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 SAN JOSE DE BELALCAZAR VIGENCIA 2025**	

DATOS DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD	
NOMBRE COMPLETO DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD: JORGE CANO	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 04/06/2025
DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A: MARIA ANGELICA CANO GARCIA	

PROFESIONAL QUE REALIZA LA INTERVENCIÓN		
NOMBRE DEL PROFESIONAL	**PROFESIÓN**	**TELÉFONO DE CONTACTO**
LAURA PENA LOPEZ	**PSICOLOGIA**	3103562781

TIPO DE INTERVENCIÓN REALIZADA	
Tercera visita: plan de recomendaciones	**X**

TEMAS:

- **Seguimiento al proceso de autoaceptación y motivación.**
- **Recomendaciones prácticas para fortalecer el esparcimiento adaptado.**
- **Estrategias familiares para reforzar autoestima, comunicación y acompañamiento emocional.**

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Durante esta tercera visita se mantuvo un espacio de diálogo positivo y afectivo con el señor Jorge Cano y su hija, María Angélica. Se reafirmó la actitud resiliente del usuario frente a su discapacidad, con manifestaciones claras de autoestima conservada, pensamiento positivo, autonomía y sentido del humor. Jorge comparte que se siente acompañado, útil dentro de su núcleo familiar, y valora profundamente los gestos de afecto cotidianos.

La cuidadora continúa mostrando tranquilidad, compromiso y admiración por la actitud de su padre, reafirmando que su rol como cuidadora no representa una carga, sino una experiencia de gratitud y aprendizaje. A nivel familiar, se destaca una relación funcional, basada en la aceptación y normalización de la discapacidad, en la que se prioriza el respeto y la participación activa de Jorge en todas las decisiones.

Se validaron los avances en la implementación de actividades recreativas, como los juegos de sopa de letras y las caminatas, y se propuso ampliar el abanico de opciones con ejercicios cognitivos y de motricidad fina adaptados a sus intereses y capacidades. Así mismo, se reforzó la importancia de los espacios de diálogo familiar y del reconocimiento constante de sus esfuerzos y logros.

.

CONCLUSIONES/RECOMENDACIONES

- **Conclusiones sobre temáticas desarrolladas:** Jorge Cano mantiene una excelente disposición emocional y actitud proactiva frente a su diagnóstico. La familia ha sido clave en este proceso de adaptación saludable,

promoviendo actividades significativas y validando su autonomía. No se identifican factores de riesgo emocionales actuales, pero sí oportunidades para potenciar su motivación a través de actividades creativas, estimulación cognitiva y más espacios de participación social.

- **Seguimiento a hábitos concertados:** Se han implementado actividades de esparcimiento como sopas de letras, salidas breves, y acompañamiento en rutinas familiares. Se observa una buena adherencia a los hábitos de autoreconocimiento, con validación frecuente de su esfuerzo. La familia reporta un ambiente emocional estable, donde el afecto y el humor son elementos constantes.

PLAN DE RECOMENDACIONES DIRIGIDO A LA PERSONA CON DISCAPACIDAD. PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

Objetivo general: Promover el fortalecimiento de la autoestima, la estimulación cognitiva y el disfrute a través de actividades cotidianas adaptadas a sus intereses y capacidades, reforzando su participación activa y el vínculo con su familia.

1. Actividades de estimulación cognitiva

Objetivo específico: Mantener funciones mentales activas y prevenir deterioro cognitivo leve mediante actividades lúdicas.

- Realizar diariamente sopa de letras, crucigramas o juegos de memoria simples.
- Hacer preguntas al final del día para ejercitar la memoria:
  - ¿Qué hicimos hoy?
  - ¿Qué almorzamos?
  - ¿Con quién hablé hoy?
- Jugar “encuentra la palabra” (darle una letra y pensar palabras que la empiecen).
- Escribir frases cortas con su nombre o anécdotas familiares, si lo disfruta.



2. Estimulación motora adaptada

Objetivo específico: Estimular coordinación, movilidad y destreza manual de forma divertida.

- Realizar manualidades con una sola mano (cortar imágenes, pegar, colorear).
- Juegos de construcción con bloques o elementos que se ajusten a su capacidad.

- Hacer estiramientos suaves de cuello, hombros y espalda, 2 veces al día, guiados por su hija.



3. Fomento del autoreconocimiento

Objetivo específico: Reforzar el autoconcepto positivo y la percepción de logro.

- Crear un “cuaderno del orgullo”, donde escriba o diga en voz alta lo que logró cada día.
  - Ej: “Hoy barrí el patio”, “Hoy hice reír a mi nieta”, “Hoy fui al pueblo”.
- Incluir frases motivacionales en lugares visibles, como:
  - “Lo que me falta en la mano, me sobra en carácter.”
  - “Soy útil, querido y capaz.”



4. Hobbies y recreación con sentido

Objetivo específico: Disfrutar del tiempo libre con actividades que fortalezcan vínculos y generen bienestar emocional.

- Participar en tardes de cine familiar o música.
- Salidas cortas al parque o al pueblo (cuando el clima lo permita).
- Conversaciones temáticas con la familia: hablar de su niñez, contar chistes, anécdotas.



5. Participación en decisiones

Objetivo específico: Reforzar su autonomía en decisiones relacionadas con su rutina y bienestar.

- Preguntarle diariamente sobre su opinión:
  - ¿Qué quieres comer hoy?
  - ¿Quieres salir o quedarte en casa?

- ¿Qué actividad quieres hacer esta tarde?

PLAN DE RECOMENDACIONES DIRIGIDO AL CUIDADOR/A DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD. PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

"**Objetivo** general: Potenciar un cuidado afectivo, activo y consciente del padre, Jorge Cano, desde una experiencia de apoyo saludable que refuerce la autonomía del usuario, fortalezca la convivencia familiar y cuide el bienestar emocional de la cuidadora.

1. Reconocimiento del rol como cuidadora activa y no sobrecargada

Objetivo específico: Validar el acompañamiento cotidiano como una labor significativa que va más allá de tareas físicas.

Estrategias:

- Reconocer que el cuidado también se expresa en pequeños gestos: sentarse a hablar, compartir una risa, escucharlo sin prisa.
- Agradecerle a usted misma cada día por su paciencia, entrega y ternura.
- Repetirse frases afirmativas como:
  - "No tengo que hacerlo todo, pero lo que hago, lo hago con amor."
  - "El amor también se cuida."



2. Comunicación afectiva y participativa con Jorge

Objetivo específico: Favorecer un vínculo más horizontal, donde se reconozcan sus aportes y se le haga parte de las decisiones.

Estrategias:

- Incluirlo en decisiones cotidianas: ¿Qué desea hacer hoy?, ¿En qué quiere ayudar?, ¿Cómo se sintió esta semana?
- Validar sus logros y esfuerzos diarios, por simples que parezcan.

- Usar el humor, la música o las anécdotas como recursos para mantener una comunicación cálida y relajada.

3. Actividades compartidas de valor emocional

Objetivo específico: Fortalecer el vínculo padre-hija mediante momentos de conexión significativa.

Propuestas de actividades semanales:

- Tarde de cine o música con canciones de su juventud.
- Elaborar un álbum con fotos familiares y anécdotas escritas.
- Preparar juntos una receta tradicional o compartir un postre especial.
- Realizar una actividad cognitiva o manual (como decorar un espacio del hogar).

4. Autocuidado preventivo emocional

Objetivo específico: Sostener su bienestar emocional y evitar el desgaste sutil que puede generarse incluso en relaciones saludables.

Estrategias:

- Darse permiso para descansar sin culpa.
- Reservar al menos 15 minutos al día para una actividad personal (leer, escuchar música, estirarse, caminar).
- Si en algún momento aparecen emociones como tristeza, agotamiento o ansiedad persistente, buscar un espacio de escucha profesional.

5. Cuidado de la red de apoyo familiar

Objetivo específico: Mantener la corresponsabilidad del cuidado para no asumirlo en solitario, incluso si no lo percibe como una carga.

Estrategias:

- Compartir de forma natural las tareas cotidianas con otros miembros de la familia (hacer vueltas, llevarlo al médico, organizar medicinas).
- Involucrar a los más jóvenes de la familia en pequeñas interacciones: escucharlo, hacerle preguntas, invitarlo a sus espacios.



6. Resignificación de la discapacidad desde el orgullo familiar

Objetivo específico: Consolidar un enfoque de cuidado basado en la admiración y el ejemplo de superación.

Acciones sugeridas:

- Hablar con las niñas de la familia sobre cómo el abuelo enseña con su ejemplo.
- Reconocer y compartir con otros cómo su padre ha enfrentado la vida con dignidad y alegría.
- Transformar la discapacidad en un símbolo de fortaleza y legado familiar.

7. Reflexión semanal personal

Objetivo específico: Promover la autoobservación y el crecimiento personal a través de preguntas sencillas.

Cada domingo (u otro día tranquilo), escriba o piense:

- ¿Qué hice esta semana que me hizo sentir bien?
- ¿Qué aprendí de mi papá esta semana?
- ¿Qué necesito fortalecer en mí para seguir cuidando con amor?

LAURA PEÑA LOPEZ
PROFESIONAL DE PSICOLOGIA
TP 237298