| | | |
|---|---|---|
| Gobierno de ANSERMA \| Secretaría de Salud, Educación | **PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC<br>MUNICIPIO DE ANSERMA CALDAS<br>FORMATO DE ACTA DE INTERVENCIÓN PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y CUIDADOR/A<br>ESE HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL<br>VIGENCIA 2024** | HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL ANSERMA - CALDAS |

| DATOS DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD | |
|---|---|
| **NOMBRE COMPLETO DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD:<br>LAURA NATALIA CAÑAS ISAZA** | FECHA DE INTERVENCIÓN:<br>03-09-2025 |
| **DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA** | |
| **NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A:<br>MARIA MARGARITA LOPEZ** | |

| PROFESIONAL QUE REALIZA LA INTERVENCIÓN | | |
|---|---|---|
| NOMBRE DEL PROFESIONAL | PROFESIÓN | TELÉFONO DE CONTACTO |
| María José Villa Tusarma | Psicóloga | 3226504624 |

| TIPO DE INTERVENCIÓN REALIZADA | |
|---|---|
| Primera visita: Aplicación de escalas | |
| Segunda visita: Plan de recomendaciones | |
| Tercera visita: Seguimiento | X |

## CONTROL A LAS INTERVENCIONES RECIBIDAS – TERCERA VISITA – SEGUIMIENTO

## PROFESIONAL DEL ÁREA SOCIAL

La tercera visita de seguimiento se realizó con el objetivo de conocer cómo han avanzado tanto la usuaria como su cuidadora, y reforzar juntos los objetivos del programa de Rehabilitación Basada en la Comunidad. Antes de la visita, se hizo una llamada de concertación para confirmar el encuentro y coordinar el horario más conveniente.

Al llegar, retomando la presentación del programa de Rehabilitación Basada en la Comunidad – Discapacidad, explicando de manera cercana el rol de las profesionales que acompañan el proceso y recordando la importancia de los tres encuentros planificados. Fue un espacio para conversar, resolver dudas y seguir construyendo en conjunto el camino hacia una mejor calidad de vida.

Compartiendo con la usuaria y su cuidadora el propósito de la visita, quienes en todo momento mostrándose amables y respetuosos. Su actitud abierta y participativa permitió un diálogo fluido y enriquecedor. Gracias a este ambiente de cordialidad y confianza, la comunicación fue clara y efectiva, favoreciendo el desarrollo de la visita.

Durante el proceso seguimiento y acompañamiento, la usuaria presenta actitud motivada hacia el aspecto académico, referenciando deseos de iniciar un proyecto técnico en el SENA, lo cual representa un factor de protección relevante asociado a la proyección de metas, la autorrealización y el fortalecimiento de su autoestima. Manifiesta interés genuino en continuar su proceso educativo, lo que contribuye positivamente a su desarrollo personal y social.

En conjunto identificando en ella factores protectores de autocuidado, tales como hábitos saludables, expresión emocional adecuada y una percepción positiva de sí misma. Niega presencia de ideación o conducta suicida, lo que sugiere un adecuado manejo emocional y una red de contención efectiva. Reconociendo en conjunto la existencia de una red de apoyo familiar y/o social significativa, que representa un recurso importante frente a situaciones de riesgo o vulnerabilidad. La usuaria se encuentra ubicada en un entorno considerado seguro, que favorece su bienestar y continuidad en los procesos que ha iniciado.

Respecto a la cuidadora (adulta mayor), observándose como una persona funcional, activa y con buena disposición para el rol que desempeña. No se reportan patologías significativas en el ámbito de la salud física o mental; también una red de apoyo positiva que le permite contar con respaldo emocional y práctico en el cumplimiento de sus funciones. Muestra actitudes de cuidado y responsabilidad, elementos que fortalecen su rol como cuidadora.

Ambas usuarias están insertas en diferentes esferas sociales, lo cual contribuye a su integración, sentido de pertenencia y acceso a recursos comunitarios, destaca el entorno como protector, con condiciones que favorecen el desarrollo integral y la estabilidad emocional de ambas.

En la visita, validando las ideas y emociones expresadas por la usuaria y su cuidadora, creando un espacio de escucha activa y respeto mutuo. De manera conjunta, se ofreció una orientación centrada en el cuidado de la salud mental, compartiendo estrategias simples pero significativas para fortalecer el bienestar emocional en lo cotidiano. La conversación no sólo permitió resolver dudas, sino también abrir un espacio de reflexión personal, brindando herramientas prácticas que pueden integrarse fácilmente a su rutina y que contribuyen a enfrentar los desafíos diarios con mayor confianza y equilibrio.

La interacción durante el encuentro fue muy positiva; tanto la usuaria como su cuidadora mostraron un interés genuino en los temas abordados, participando activamente y con disposición al diálogo. Aprovechando este espacio, recordándoles de manera clara y cercana las principales rutas de atención disponibles para el cuidado de la salud física y mental, reforzando así su acceso a servicios y recursos que pueden apoyar su bienestar integral.

Al finalizar el encuentro, se entregó y explicó a la cuidadora un folleto psicoeducativo con pautas de autocuidado, orientado a prevenir el deterioro físico, emocional y mental asociado a la labor de cuidado.

El material psicoeducativo también busca promover prácticas cotidianas de bienestar y cuidado personal, reconociendo la importancia de que la cuidadora se mantenga saludable para brindar un acompañamiento más equilibrado y sostenible.

| | | |
|---|---|---|
| Gobierno de ANSERMA \| Secretaría de Salud, Educación | **PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC<br>MUNICIPIO DE ANSERMA CALDAS<br>FORMATO DE ACTA DE INTERVENCIÓN PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y CUIDADOR/A<br>ESE HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL<br>VIGENCIA 2024** | HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL ANSERMA - CALDAS |




# CUIDA

"Es importante recordar que, para poder cuidar, primero debemos cuidarnos a nosotros mismos". Para esto, podemos recordar el acrónimo CUIDA:



**C** Cuida tu cuerpo, trata tus enfermedades físicas, cumple tu tratamiento, asiste al médico.

**U** Evita usar sustancias que alteren el estado de ánimo. Esto incluye alcohol y marihuana.



**I** Intenta ejercitarte, trata de hacer 20 minutos de ejercicio diario. Cualquier actividad que te lleve a mover tu cuerpo puede ser importante.

**D** Duerme de forma equilibrada. Si necesitas ayuda para regular tu sueño, te invitamos a ver el ejercicio de higiene del sueño.



**A** Alimentación- come de manera equilibrada: ni mucho, ni muy poco. Intenta comer de manera variada y evitar alimentos como el azúcar y la cafeína."

¿Cómo práctico mi autocuidado?



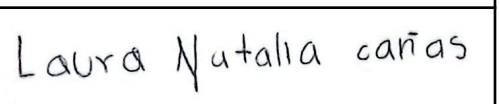
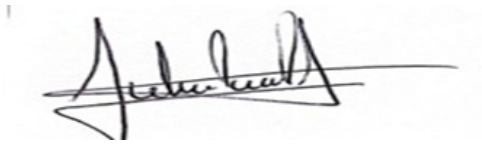
¿Fue necesario realizar canalización a la persona con discapacidad y/o su cuidador/a?:

Si X No ____

| | | |
|---|---|---|
| Gobierno de ANSERMA \| Secretaría de Salud, Educación | **PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC<br>MUNICIPIO DE ANSERMA CALDAS<br>FORMATO DE ACTA DE INTERVENCIÓN PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y CUIDADOR/A<br>ESE HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL<br>VIGENCIA 2024** | HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL ANSERMA - CALDAS |

¿Quién fue la persona que requirió canalización? **LAURA NATALIA CAÑAS ISAZA**

Área a la que se canalizó: Psicología

| NOMBRE | CARGO/DEPENDENCIA/ENTIDAD | FIRMA |
|---|---|---|
| **LAURA NATALIA CAÑAS ISAZA** | **Usuaria** |  |
| **Juliana Perez Jaramillo** | **Fisioterapeuta ejecutora. Plan de Intervenciones Colectivas (PIC).** |  |
| **María José Villa Tusarma<br>TP 283287** | **Psicóloga ejecutora. Plan de Intervenciones Colectivas (PIC).** |  |
| **Joan Valentina Ocampo Herrera** | **Coordinadora Plan de Intervenciones Colectivas (PIC).** |  |