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

DATOS DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD	
NOMBRE COMPLETO DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD: **Melva Rosa Pulgarin Montoya**	FECHA DE INTERVENCIÓN: 09-09-2025
DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A: **Leidy Johana Perez Pulgarin**	

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 mostrandose 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.

En el seguimiento reconociendo una evolución positiva en el estado emocional y conductual de la usuaria. Ella refiere sentirse más estable en comparación con momentos anteriores, lo cual se relaciona con una mayor adherencia y ejecución activa del plan de recomendaciones establecido en intervenciones previas. En particular, destaca la puesta en práctica de estrategias orientadas a la regulación emocional, haciendo uso del recurso del "semáforo de las emociones" como herramienta de identificación y manejo de sus estados afectivos.

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

A pesar de atravesar un proceso de duelo reciente, la usuaria ha implementado conductas adaptativas que favorecen su bienestar psicológico, tales como evitar el aislamiento, fomentar la interacción social (tanto con amistades como con miembros de su familia), realizar viajes que promueven la distracción y el contacto con nuevos entornos, así como expresar abiertamente sus ideas, pensamientos y emociones. Las acciones contribuyen significativamente a la disminución de la angustia emocional y a una menor frecuencia del llanto, lo que sugiere una adecuada canalización del malestar emocional.

Desde la percepción de la cuidadora principal, también reportando avances relevantes. Señala una reducción significativa en la preocupación constante que solía experimentar respecto al estado de la usuaria. Refiere sentirse emocionalmente más estable y funcional, logrando un equilibrio en distintas esferas de su vida cotidiana, incluyendo la mantención de hábitos saludables como un descanso adecuado y la práctica regular de actividad física, muestra una actitud proactiva y comprometida con el cumplimiento del plan de recomendaciones sugerido, lo que contribuye a un entorno familiar más contenedor y seguro para ambas partes.

Tanto la usuaria como la cuidadora niegan la presencia de ideas suicidas o conductas autolesivas al momento de la entrevista, lo que resulta clínicamente relevante al considerar el historial previo y el contexto emocional actual.

En conjunto, los avances observados permiten inferir una progresiva consolidación de estrategias de afrontamiento saludables, así como una mayor percepción de autoeficacia en el manejo emocional. Se recomienda mantener el acompañamiento psicológico continuo para reforzar los logros alcanzados, prevenir recaídas y sostener el proceso de adaptación ante cambios o desafíos futuros.

Durante 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 mantenga saludable para brindar un acompañamiento más equilibrado y sostenible.

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



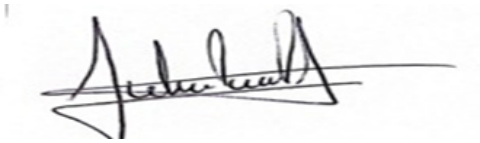
¿Fue necesario realizar canalización a la persona con discapacidad y/o su cuidador/a?:

Si X No____

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

¿Quién fue la persona que requirió canalización? Melva Rosa Pulgarin Montoya

Área a la que se canalizó: Psicología

NOMBRE	CARGO/DEPENDENCIA/ENTIDAD	FIRMA
Melva Rosa Pulgarin Montoya	**Usuaria**	
Juliana Perez Jaramillo	**Fisioterapeuta ejecutora. Plan de Intervenciones Colectivas (PIC).**	
María José Villa Tusarma TP 283287	**Psicóloga ejecutora. Plan de Intervenciones Colectivas (PIC).**	
Joan Valentina Ocampo Herrera	**Coordinadora Plan de Intervenciones Colectivas (PIC).**	