	PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC **DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS** **FORMATO DE ACTA DE INTERVENCIÓN PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y CUIDADORES/AS** **ESE HOSPITALSAGRADO CORAZON** **VIGENCIA 2025**	

DATOS DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD	
NOMBRE COMPLETO DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD: ADRIANO GARCIA MONTOYA	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** **17 de septiembre 2025**

DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A **CLARA ELVA GARCIA**

PROFESIONAL QUE REALIZA LA INTERVENCIÓN		
NOMBRE DEL PROFESIONAL	**PROFESIÓN**	**TELÉFONO DE CONTACTO**
FARLY YAJAIRA ACOSTA	**PSICOLOGÍA**	**313750501**

TIPO DE INTERVENCIÓN REALIZADA	
Segunda visita	**X**

TEMAS:

- apoyo emocional
- autocuidado
- planificación y organización

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Durante la segunda visita se brindó educación direccionada al cuidado de la salud mental, indicando su importancia la cual refiere a un estado de bienestar físico, psíquico, emocional y social, que disfrutar de dichas áreas de manera saludable propicia a un escenario de bienestar.

De esta manera se pudo brindar herramientas las cuales velan Por el cuidado y la prevención de la salud mental, que debido al entorno o contexto paciente con discapacidad y cuidador se pueden encontrar factores de riesgo que aunque no se logran evidenciar según la escala, están allí, en el día a día y al no equilibrar dichas tensiones se puede ver afectada significativamente la salud mental.

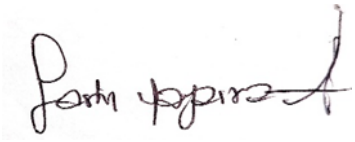
Se les indica un plan de recomendaciones enfocado en:

- Cambio de rutinas (esparcimiento social y familiar)
- Hábitos saludables (ejercicio, alimentación y calidad de sueño)
- Establecer una rutina diaria: tener un horario organizado te ayuda a sentirte más seguro y controlar tus emociones y favorece las actividades diarias
- Prestar atención a tus emociones: reconocer y aceptar tus sentimientos te permitirá gestionarlos de forma efectiva
  Establecer límites saludables: aprender a decir "no" cuando sea necesario evitará el agotamiento emocional.

CONCLUSIONES/RECOMENDACIONES

Se le explica que los cambios de hábitos conllevan desafíos, pero implementarlos se obtienen resultados positivos, esto conlleva responsabilidad y entrega en el cuidado de la salud mental, es importante brindar atención frente a

los cuidados ya detallados, mediante las herramientas brindadas tanto el paciente con el diagnostico de discapacidad y el cuidador se busca que se empoderen por ejecutar nuevos hábitos que se consideran saludables y que ayudan a equilibrar los propios desafíos y conflictos que conlleva dicho contexto.



FARLY YAJAIRA ACOSTA
PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
286984