	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 SAGRADO CORAZON** **VIGENCIA 2025**	

DATOS DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD	
NOMBRE COMPLETO DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD: ADRIANO GARCIA MONTOYA	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** **02 OCTUBRE 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 PEREZ	**PSICOLOGÍA**	**3137501501**

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

TEMAS: Seguimiento y fortalecimiento del plan de recomendaciones:

- apoyo emocional
- autocuidado
- planificación y organización

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Durante la vista de seguimiento se abrió un espacio de escucha con el objetivo de identificar las acciones que han realizado en el paso a paso del plan de recomendaciones dado en la anterior visita, donde se logró evidenciar el interes por mejorar cada día en busca del bienestar mental, aunque existen falencias se les impulsa a mejorarse les explica que un habito no se establece de la noche a la mañana.

Es un desafío el cual trae beneficios que al hacerlo parte de la vida diaria aportan significativamente en todas las áreas, al escucharlos se encontraron dificultades como el tiempo no alcanza, ser inconstantes y el olvido para realizar algunas acciones, sin embargo, existe la disposición e interés para seguir trabajando y mejorando cada día en fortalecer cada acción.

Acciones que más realizaron vinculación de la red apoyo familiar, manejo o distribución del tiempo, obtenido como resultado menos fatiga y mejor conciliación del sueño, cada acción trae resultados que van viendo a medida que vayan integrando en el día a día.

CONCLUSIONES y RECOMENDACIONES

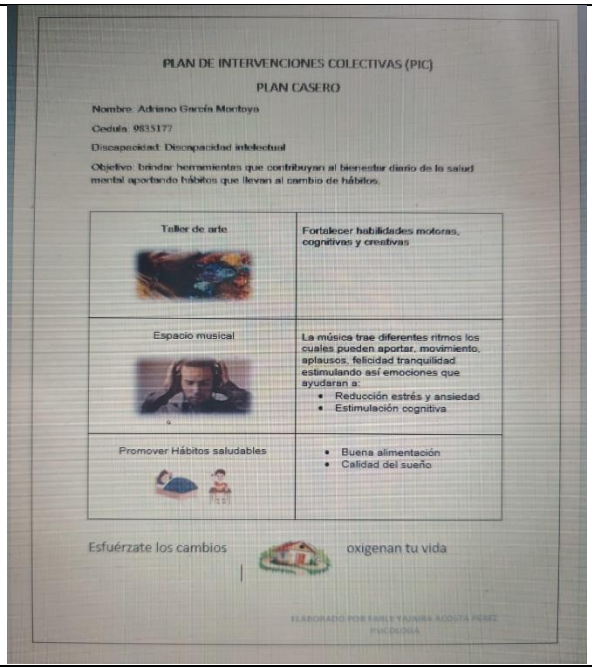
El fortalecimiento del vínculo familiar es significativo en los procesos de acompañamiento en estos contextos familiares donde no solo se necesita un apoyo emocionan si no físico para alivianar cargas, obtenido resultados positivos en esta visita.
El lograr la distribución de las tareas diarias con el manejo del tiempo, les permitió identificar espacios de descanso Y a la vez sentirse con más energía para realizar otras actividades.

	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 SAGRADO CORAZON** **VIGENCIA 2025**	

Es importante reconocer la importancia del cuidado de la salud mental frente a los factores estresores que se pueden encontrar, pero las acciones de cuidados ya tenidas en cuenta se les recomienda fortalecerlas y continuar haciendo de ellas un habito saludable que proporciona bienestar mental.

PLAN DE RECOMENDACIONES DIRIGIDO A LA PERSONA CON DISCAPACIDAD.

PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

PLAN CASERO

Nombre: Adriano García Montoya

Cedula: 9835177

Discapacidad: Discapacidad intelectual

Objetivo: brindar herramientas que contribuyan al bienestar diario de la salud mental aportando hábitos que llevan al cambio de hábitos.

Taller de arte	Fortalecer habilidades motoras, cognitivas y creativas
Espacio musical	La música trae diferentes ritmos los cuales pueden aportar, movimiento, aplausos, felicidad tranquilidad estimulando así emociones que ayudaran a: • Reducción estrés y ansiedad • Estimulación cognitiva
Promover Hábitos saludables	• Buena alimentación • Calidad del sueño

Esfuérzate los cambios oxigenan tu vida

ELABORADO POR: EMILY YULIANA ACOSTA PEREZ
PSICOLOGA

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

PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

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 SAGRADO CORAZON
VIGENCIA 2025

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

PLAN CASERO

Nombre: Clara Elva García Montoya

Cedula: 21929326

Cuidadora

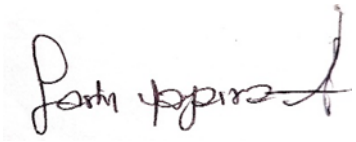
Objetivo: brindar herramientas que contribuyan al bienestar diario de la salud mental, enfocado a disminuir factores que sobrecarga al cuidador a su vez generar hábitos que llevan al cambio de rutinas.

Manejo del tiempo 	Es importante adecuar los espacios en el día donde pueda realizar pautas activas y descansos
Distribución de actividades 	La sobrecarga afecta significativamente nuestra área mental, no siempre se puede con todo buscar ayuda e involucrar la demás familia hace parte de alivianar una carga que se ha tomado personal
Promover Hábitos saludables 	• Buena alimentación • Actividad física recorridos cortos, proporcionan oxigenación al cuerpo • Calidad del sueño

acosta Pérez

Elaborado por: Farly Yajaira

psicóloga



FARLY YAJIARA ACOSTA PEREZ
PROFESIONAL DE PSICOLOGIA
286984