	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: LUIS JOSE FRANCO	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** **02 OCTUBRE 2025**
DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A **MARIA ALBA DIAZ**	

PROFESIONAL QUE REALIZA LA INTERVENCIÓN		
NOMBRE DEL PROFESIONAL	**PROFESIÓN**	**TELÉFONO DE CONTACTO**
FARLY YAJAIRA ACOSTA	**PSICOLOGÍA**	**3137501501**

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

TEMAS: VERIFICACION Y SEGUIMIENTO DE LAS ACCIONES IMPLEMENTADAS

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Durante la tercera visita se puede enviciar la implementación del plan de recomendaciones socializado en la anterior visita, logrando identificar los objetivos propuestos direccionados a la fortalecer las acciones que conlleven al cuidado de la salud mental, es importante resaltar la apropiación y comprensión del permitiendo la comprensión del autocuidado, aunque hubo barreras no se limitaron para continuar con el proceso.

un plan de recomendaciones que proporciona bienestar sin duda alguna es importante reforzar las prácticas saludables, es de afirmar que cada indicador de buenos resultados lleva a proyectar a la mejorara y cambios entre los cuales se destaca el tener en cuenta tener en cuenta que aunque lleguen días difíciles que afronten hacia la condición discapacidad es necesario el manejo de dichas emociones teniendo en cuenta que no se quedan para siempre (tristeza, nostalgia, incertidumbre) y en lo posible realizar cambios de rutinas que favorezcan al cambio de un panorama mejor.

Se le resalto que el resultado del plan de intervención no es solo verlo ahora, sino que a medida que fortalezcan están acciones que poco se han ido implementado, pero ya han dado resultados se conviertan en hábitos saludables.

CONCLUSIONES/RECOMENDACIONES

Se puede definir con éxito se logró cada intención que sume por adquirir acciones saludables, y aunque siempre se verán falencias, debilidades, si es importante rescatar las fortalezas y el empeño para contribuir al cuidado de la salud mental, viendo resultados positivos en algunas acciones que eran necesarias modificar y su totalidad cambiar para convertirlas en hábitos saludables.

PLAN DE RECOMENDACIONES DIRIGIDO A 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: José Luis franco

Cedula: 470309

Discapacidad:

Objetivo: brindar herramientas que contribuyan al bienestar de la salud mental, y a su vez el manejo y autocontrol en estado de crisis.

1. HÁBITOS SALUDABLES • Cuida tu alimentación • Higiene del sueño	
2. GESTIONA TU EMOCIONES Identifica Tus estados de animo tomando el control de emociones que te llevan a episodios de crisis.	

Esfuérzate, los cambios oxigenan tu vida

Elaborado por Farly Yajaira acosta Pérez

psicóloga

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: maria alba Díaz

Cedula: 25138239

Cuidadora Sobrecarga leve

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 no saludables

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
Desconéctate de tu rutina	Escuchar música y realizar pasatiempos sopa de letras, crucigramas.
Promover Hábitos saludables	• Buena alimentación

ELABORADO POR FARLY YAJAIRA ACOSTA PEREZ

PSICOLOGIA

FARLY YAJAIRA ACOSTA
PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA
286984