	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: ANA ROSA TABORDA DE ARIAS CC 25137867 80 AÑOS DISCAPACIDAD MENTAL – ARTRITIS DEGERERATIVA	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 2-10-2025
DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A MARINA GIRALDO CADAVID CC30387234 3115625222	

PROFESIONAL QUE REALIZA LA INTERVENCIÓN		
NOMBRE DEL PROFESIONAL	**PROFESIÓN**	**TELÉFONO DE CONTACTO**
MARYI DIANNE RAMOS HENAO	**FISIOTERAPEUTA**	**3219563565**

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

TEMAS: SEGUIMIENTO Y ADHERENCIA AL PLAN CASERO Y RECOMENDACIONES BRINDADAS EN LA SEGUNDA VISITA

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Durante la tercera visita de seguimiento en el marco de la Estrategia de Rehabilitación Basada en la Comunidad (RBC), se valoró a la usuaria Ana Rosa Taborda de Arias, de 80 años, con diagnóstico de discapacidad mental y artritis degenerativa. El acompañamiento fisioterapéutico se ha enfocado en mantener la movilidad funcional, disminuir el dolor y fortalecer la autonomía en las actividades básicas diarias, mediante ejercicios adaptados a sus capacidades físicas y cognitivas. Se ha evidenciado compromiso por parte del cuidador en la aplicación de las recomendaciones, lo que contribuye al bienestar integral y a la mejora de la calidad de vida de la usuaria dentro de su entorno familiar y comunitario.

CONCLUSIONES/RECOMENDACIONES

La usuaria presenta una condición crónica que limita su movilidad y requiere apoyo constante para la realización de sus actividades diarias. A través del proceso de Rehabilitación Basada en la Comunidad (RBC) se ha logrado mantener la movilidad funcional, reducir el dolor articular y fortalecer la participación familiar en el proceso de cuidado. La adherencia al plan de ejercicios y la colaboración del cuidador han sido fundamentales para preservar su bienestar físico y emocional, promoviendo una mejor calidad de vida y evitando el deterioro funcional.

Se recomienda continuar con el programa de ejercicios terapéuticos suaves, priorizando la movilidad articular, el fortalecimiento muscular y la postura adecuada, siempre bajo la supervisión del cuidador. Es importante fomentar la estimulación cognitiva mediante actividades simples y significativas, así como promover espacios de interacción social que favorezcan su bienestar emocional. Además, se sugiere mantener controles regulares con fisioterapia y medicina general para ajustar el plan de manejo según su evolución y prevenir complicaciones asociadas a la inmovilidad o al dolor articular.

	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 RECOMENDACIONES DIRIGIDO A LA PERSONA CON DISCAPACIDAD. PROFESIONAL DE FISIOTERAPIA

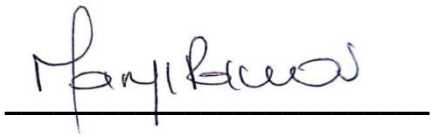
- Brindar orientaciones generales para favorecer el bienestar físico, cognitivo y emocional de la señora Ana Rosa Taborda de Arias, promoviendo su autonomía en la medida de sus capacidades, la prevención de complicaciones y la mejora de su calidad de vida.
- Mantener una rutina diaria organizada, con horarios definidos para la alimentación, descanso, medicación y actividades recreativas.
- Fomentar un ambiente tranquilo, seguro y familiar, evitando cambios bruscos o estímulos que puedan generar desorientación.
- Promover hábitos saludables como buena alimentación, hidratación adecuada y sueño reparador.
- Garantizar que el entorno esté libre de obstáculos para prevenir caídas o accidentes.
- Realizar ejercicios suaves de movilidad articular y estiramiento, orientados por fisioterapia, para mantener la funcionalidad y prevenir rigidez.
- Evitar movimientos bruscos o cargar peso excesivo.
- Aplicar compresas tibias o frías según recomendación profesional para aliviar el dolor o la inflamación articular.
- Mantener una postura corporal adecuada durante las actividades diarias.
- Usar ropa cómoda y calzado ergonómico, que brinde soporte y seguridad al caminar.
- Fomentar el descanso adecuado de las articulaciones y alternar las actividades con periodos de reposo.

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

PROFESIONAL DE FISIOTERAPIA

- Brindar orientaciones al cuidador principal para garantizar una atención integral, segura y digna al usuario postrado, enfocada en la prevención de complicaciones, el mantenimiento del confort y la preservación de la calidad de vida tanto del paciente como del cuidador.
- Mantener una rutina diaria estructurada (alimentación, descanso, higiene, actividades recreativas) que aporte seguridad y estabilidad a la persona con discapacidad.
- Supervisar el cumplimiento del tratamiento médico y farmacológico según las indicaciones del profesional de salud.
- Fomentar la participación activa de la usuaria en actividades básicas de autocuidado, estimulando su autonomía según sus capacidades.
- Brindar apoyo durante las actividades cotidianas con paciencia, empatía y respeto, evitando sobreprotegerla.
- Favorecer movimientos suaves o ejercicios articulares guiados por el profesional de salud, para reducir la rigidez y el dolor.
- Evitar que la usuaria realice esfuerzos físicos excesivos o mantenga posturas prolongadas.
- Proporcionar una alimentación rica en calcio, proteínas y líquidos, para fortalecer huesos y articulaciones.
- Usar calzado cómodo, antideslizante y ropa holgada que facilite la movilidad.

- Aplicar compresas tibias en articulaciones dolorosas, según recomendación médica.
- Buscar acompañamiento psicológico si se presentan sentimientos de tristeza, frustración o sobrecarga.



MARYI DIANNE RAMOS HENAO
PROFESIONAL EN FISIOTERAPIA
RP:1061047276