Alcaldía de PEREIRA	DEPARTAMENTO DE RISARALDA MUNICIPIO DE PEREIRA SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO COOPERATIVA MULTISER NIT: 900415283-4	
BITÁCORA - REGISTRO DE SEGUIMIENTO POR AREA DE ACTIVIDAD FISICA – RECREACION – DEPORTES Y CULTURA		Versión: 1 Código: 1.1 Vigencia: 06-2025

1. DATOS PERSONALES DEL USUARIO					
NOMBRES - APELLIDOS	Elias Soto Arias				EDAD: 69
CEDULA USUARIO(A)	10087471	FECHA SEGUMIENTO: D: 26	M: 03	AÑO: 2026	
DIRECCION RESIDENCIA	Mz D Casa 22 / San Gregorio	TELEFONO: 3212508416			
JORNADA	AM: ____ PM: √	GRUPO:	AMARILLO: ____	AZUL: √	ROJO: ____
MOTIVO DE ATENCIÓN:	Antecedente Quirurgico Columna Cervicodorsal				

OBJETIVO DEL SEGUIMIENTO POR DEPORTES: Mejorar la funcionalidad y movilidad de la columna cervicodorsal, mediante la prescripción y desarrollo del ejercicio, utilizando el medio acuatico como herramienta segura y eficaz, aprovechando los beneficios de la actividad fisica en el agua

Para brindar una atención integral, desde el área de Deportes, Recreación y Cultura, se realiza el presente seguimiento, orientado a apoyar procesos de recuperación funcional y mejoramiento de las condiciones físicas, en articulación con las remisiones realizadas por los profesionales de las otras áreas de atención. Este seguimiento contribuye al mejoramiento de bienestar físico y prevención de complicaciones asociadas al sedentarismo, dolores musculares, articulares u otras limitaciones que afectan la ejecución de las AVD – AIVD - AAVD.

¿Describa con sus palabras, las molestias, dolores o situación por la cual fue remitido o que actualmente presenta?

El usuario manifiesta tener problemas fisicos a nivel de la columna cervical como limitación del rango de movimiento del Cuello. Ademas, manifiesta tener tornillos en dicha zona desde hace 14 años

Tareas y compromisos establecidos con el usuario según hallazgos preliminares del seguimiento

- Movilidad activa de la columna cervical
- Evitar movimientos bruscos o repetitivos que aumenten el dolor
- Evitar levantar o cargar objetos pesados

David Renteria
NOMBRE DEL PROFESIONAL RESPONSABLE

FIRMA DEL USUARIO EN SEGUIMIENTO

Powered by CamScanner

Alcaldia de PEREIRA	DEPARTAMENTO DE RISARALDA MUNICIPIO DE PEREIRA SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLITICO COOPERATIVA MULTISER NIT: 900415283-4	
BITÁCORA - REGISTRO DE SEGUIMIENTO POR AREA DE ACTIVIDAD FISICA – RECREACION – DEPORTES Y CULTURA		Versión: 1 Código: 1.1 Vigencia: 06-2025

2. DATOS DE LA REMISIÓN

FECHA INICIAL DE REMISIÓN: 26/03/2026 ÁREA REMITENTE: Fisioterapia.

PROFESIONAL QUE REMITE: Cristian Arenas Montes MOTIVO: Manejo del dolor.

OBJETIVO DE REMISIÓN: Enfoque medio acuatico para mejorar calidad de vida reduciendo sintomatologia dolor referido cervicodorsal.

3. VALORACIÓN INICIAL ÁREA DE DEPORTES

FECHA INICIAL VALORACION: 26/03/2026

RIESGOS IDENTIFICADOS: Limitación en movimientos de flexoextensión y rotación lateral de cabeza - Dolor en columna cervical

RECOMENDACIONES MEDICAS (SI EXISTEN): N/A

4. PLAN DE INTERVENCIÓN PARA ACTIVIDAD FISICA PERSONALIZADA

OBJETIVO DEL PLAN: Recuperar rango de movimiento articular DURACIÓN PLAN: 1 mes

TIPO DE ENTRENAMIENTO: Natación terapeutica FRECUENCIA SEMANAL: 3 dias x Semana

INDICACIONES ESPECIALES: Control cervical y manejo del dolor atraves del medio acuatico

PROFESIONAL RESPONSABLE: David Renteria

5. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

FECHA	ACTIVIDAD REALIZADA	OBSERVACIONES/LOGROS	FIRMA PROFESIONAL
30/03/26	Movilidad terapeutica	Disminución del dolor	David R

Powered by CamScanner