Gobierno de ANSERMA | Salud y Desarrollo Social	**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC FORMATO DE ACTA DE INTERVENCIÓN PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y CUIDADOR/A ESE HOSPITAL SAN VICENTE DE PAUL VIGENCIA 2026**	HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL ANSERMA - CALDAS

DATOS DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD	
NOMBRE COMPLETO DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD: Alirio de Jesús Hurtado Tamayo	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** **11-06-2026**

PROFESIONAL QUE REALIZA LA INTERVENCIÓN		
NOMBRE DEL PROFESIONAL	**PROFESIÓN**	**TELEFONO**
María Camila Peña Hernández	Trabajo Social	3148269814

TIPO DE INTERVENCIÓN REALIZADA	
Primera visita: Aplicación de escalas	
Segunda visita: plan de recomendaciones	**X**
Tercera visita: seguimiento	

PLAN DE RECOMENDACIONES DIRIGIDO A LA PERSONA CON DISCAPACIDAD

PROFESIONAL EN TRABAJO SOCIAL

Desde el área de Trabajo Social, se formula el siguiente plan de recomendaciones dirigido al señor **Alirio de Jesús Hurtado Tamayo**, con el propósito de fortalecer su bienestar emocional, familiar, funcional y cotidiano, teniendo en cuenta su edad de **62 años**, su condición de discapacidad física, las limitaciones relacionadas con la movilidad de los hombros y de la pierna izquierda, la dificultad auditiva referida, el cansancio asociado a su discapacidad, la irritabilidad habitual, la tristeza persistente relacionada con la separación de su esposa y la distancia con sus hijos, la sensación de ser una carga para los demás y la ausencia de redes de apoyo externas al entorno familiar.

Actualmente, el señor Alirio no cuenta con una persona cuidadora identificada dentro del acta de valoración, situación que representa un aspecto relevante dentro de su análisis, ya que gran parte de sus vivencias cotidianas, funcionales y emocionales recaen principalmente sobre sí mismo. A pesar de ello, se identifica que conserva algunos vínculos familiares y espacios de relación, especialmente con su esposa, a quien refiere contarle cuando tiene algún problema o se siente triste.

Dentro del entorno familiar, Alirio participa en actividades como compartir, hablar, escuchar música, salir a caminar y ver televisión. Estas actividades constituyen factores protectores importantes, ya que le permiten mantener momentos de convivencia, cercanía, distracción y acompañamiento. Sin embargo, la valoración evidencia que su situación familiar se encuentra atravesada por una vivencia emocional dolorosa asociada a la separación con su esposa y a la imposibilidad de estar con sus hijos, lo cual genera tristeza persistente y afecta de manera importante su estado de ánimo.

Teniendo en cuenta que durante la valoración manifestó que cuando tiene algún problema o se siente triste se lo cuenta a su esposa, se reconoce la existencia de un vínculo de confianza que aún conserva significado

emocional para él. Este aspecto resulta importante, ya que, aunque existe una separación, la figura de su esposa continúa siendo una referencia afectiva dentro de su vida. No obstante, esta misma situación puede generar ambivalencia emocional, debido a que mantiene un canal de comunicación con ella, pero al mismo tiempo vive dolor por la ruptura de la dinámica familiar y la distancia con sus hijos.

Asimismo, se evidencia que Alirio percibe apoyo familiar en las cosas que le gustan. Este respaldo representa un elemento favorable dentro de su vida cotidiana, ya que muestra que no existe una ruptura total de sus vínculos familiares. Sin embargo, la tristeza por no poder estar con sus hijos deja ver que el apoyo existente no logra compensar completamente la pérdida afectiva que experimenta, por lo que su bienestar emocional se encuentra marcado por una sensación de vacío, soledad y añoranza familiar.

En relación con sus hábitos de vida diaria, Alirio no refiere dificultades para concentrarse; sin embargo, manifiesta limitaciones importantes para realizar algunas actividades debido a la movilidad de los hombros, la pierna izquierda y la dificultad auditiva. Estas condiciones pueden incidir en su autonomía, seguridad personal, desplazamiento, participación familiar, comunicación y realización de actividades cotidianas. La discapacidad física aparece como un factor que afecta su funcionalidad, pero también su vivencia emocional, al aumentar la sensación de dependencia, cansancio e irritabilidad.

De igual manera, se identifica que no manifiesta interés actual en participar en actividades deportivas o recreativas. Este aspecto puede relacionarse con sus limitaciones físicas, la dificultad en la movilidad, el cansancio, la irritabilidad y el estado emocional que atraviesa. Sin embargo, se reconocen actividades significativas que ya hacen parte de su vida cotidiana, como escuchar música, caminar, hablar, ver televisión y compartir, las cuales pueden fortalecerse como espacios de bienestar, regulación emocional y conexión familiar.

En cuanto a sus redes de apoyo emocional externas, se evidencia una ausencia importante, ya que Alirio no suele pasar tiempo con personas diferentes a su familia, no realiza actividades con personas externas y no recibe apoyo emocional fuera del entorno familiar cuando se siente triste o enojado. Esta situación muestra una red de apoyo limitada, lo cual aumenta la vulnerabilidad emocional, especialmente porque no cuenta con cuidador identificado y porque atraviesa tristeza persistente relacionada con la separación y la distancia con sus hijos.

En el área de autocuidado, Alirio refiere descansar plenamente al dormir y despertarse solo una vez durante la noche, lo cual representa un aspecto favorable dentro de su rutina. Sin embargo, manifiesta cansarse con mayor facilidad debido a su discapacidad y sentirse más irritable de lo habitual. Estos elementos muestran que su bienestar diario se encuentra afectado por las limitaciones físicas y por la carga emocional que atraviesa. Aunque no presenta cambios significativos en la alimentación, el cansancio y la irritabilidad reflejan una necesidad de organizar actividades de manera pausada y acompañar emocionalmente los momentos de mayor tensión.

En cuanto al estado emocional, Alirio se considera una persona valiosa, no siente que la mayoría de sus problemas no tengan solución y no se muestra desmotivado frente a su futuro. Estos aspectos evidencian recursos personales positivos y conservación de autovaloración. Sin embargo, refiere sentirse una carga para los demás y sentirse triste la mayor parte del día, situación que representa un indicador significativo de afectación emocional. Esta tristeza se relaciona especialmente con la separación de su esposa, la distancia con sus hijos y la vivencia de pérdida familiar que sigue presente en su vida cotidiana.

Finalmente, se reconoce que Alirio cuenta con factores protectores importantes, como autovaloración positiva, percepción de apoyo familiar, vínculo de confianza con su esposa, actividades familiares significativas,

descanso adecuado, alimentación estable y ausencia de desmotivación frente al futuro. Al mismo tiempo, se identifican factores de vulnerabilidad relacionados con discapacidad física, limitaciones en movilidad, dificultad auditiva, cansancio, irritabilidad, tristeza persistente, sensación de ser una carga, ausencia de cuidador identificado, ausencia de redes externas y dolor emocional por la distancia con sus hijos. Estos elementos permiten orientar el acompañamiento hacia el fortalecimiento de la expresión emocional, la reconstrucción de redes de apoyo, la organización de rutinas, la participación en actividades significativas y el reconocimiento de sus recursos personales y familiares.

.

- **Sopa de letras de familia, música y bienestar:** realizar una sopa de letras sencilla, con letra grande y acompañamiento familiar.

Ü	Y	H	O	S	N	A	C	S	E	D	Ú	Ó	K
L	Ú	E	I	A	N	F	U	E	U	X	U	O	Z
A	J	S	F	J	K	H	M	S	Ó	É	Z	Y	E
Z	E	P	F	J	O	S	Ú	C	N	V	Z	O	K
N	S	O	C	P	D	S	S	U	A	R	R	P	Í
A	Ú	S	Z	A	L	Ñ	I	C	I	A	A	A	V
I	S	A	U	R	L	E	C	H	L	L	N	T	A
F	Y	Q	G	F	F	M	A	A	I	B	I	L	L
N	C	O	X	R	Ñ	U	A	Y	M	A	M	H	O
O	B	M	I	N	J	É	F	W	A	H	A	Q	R
C	J	I	Q	R	D	G	É	V	F	Ó	C	V	L
N	N	N	X	B	I	Í	T	A	N	I	T	U	R
Ü	Ú	Á	E	T	E	L	E	V	I	S	I	Ó	N
B	I	E	N	E	S	T	A	R	X	I	D	J	Ú

ALIRIO, JESÚS, FAMILIA, ESPOSA, HIJOS, APOYO, HABLAR, MÚSICA, CAMINAR, TELEVISIÓN, CALMA, VALOR, DESCANSO, ESCUCHA, RUTINA, CONFIANZA, ÁNIMO, BIENESTAR.

- **Actividad “Mis emociones”:** utilizar tarjetas, imágenes o palabras sencillas con emociones como

alegría, tristeza, calma, enojo, cansancio, soledad, preocupación, tranquilidad, esperanza y confianza, para que Alirio pueda identificar cómo se siente durante el día.
Esta actividad favorece la expresión emocional, especialmente porque durante la valoración se identificó tristeza persistente y sensación de ser una carga para los demás.

- **Actividad "Lo que siento y necesito expresar":** elaborar una ficha o cuaderno donde Alirio pueda escribir o señalar aquello que le genera tristeza, preocupación, irritabilidad, soledad o dolor emocional relacionado con la distancia de sus hijos.
  Esta actividad permite organizar sus emociones y brindar un espacio para expresar aquello que puede estar guardando o viviendo de manera silenciosa.

- **Espacio de conversación familiar:** promover momentos tranquilos donde Alirio pueda hablar con su esposa o familiares cercanos sobre cómo se siente, qué le preocupa, qué extraña de sus hijos, qué actividades le generan bienestar y qué necesita para sentirse acompañado.
  Esta actividad fortalece la comunicación emocional y permite que sus sentimientos sean reconocidos dentro de su red familiar.

- **Actividad "Lo que me duele y lo que me sostiene":** elaborar una ficha donde Alirio pueda identificar las situaciones que le generan dolor emocional, como la separación y la distancia con sus hijos, junto con elementos que le ayudan a sostenerse, como escuchar música, hablar, caminar, compartir o sentirse valorado.
  Esta actividad permite reconocer tanto el malestar como los recursos personales y familiares que conserva.

- **Actividad "Mi valor personal":** elaborar una lista con cualidades, capacidades, recuerdos, esfuerzos y aspectos positivos de Alirio, resaltando su importancia como persona, su historia de vida, su rol dentro de la familia, su capacidad para expresar afecto y su valor más allá de sus limitaciones físicas.
  Esta actividad fortalece su autoestima y ayuda a disminuir la percepción de sentirse una carga para los demás.

- **Actividad "No soy una carga":** realizar un espacio de reflexión donde Alirio pueda reconocer que su valor no depende únicamente de su movilidad, fuerza física o independencia, sino también de su presencia, historia, afecto, experiencia y vínculos familiares.
  Esta actividad permite trabajar la sensación de carga identificada durante la valoración.

- **Actividad "Mis hijos en mi historia":** elaborar una ficha, carta o espacio de conversación donde Alirio pueda expresar recuerdos, sentimientos, deseos y pensamientos relacionados con sus hijos.
  Esta actividad permite acompañar la tristeza asociada a la distancia familiar y reconocer la importancia que este vínculo tiene dentro de su vida emocional.

- **Fortalecimiento de actividades familiares:** mantener espacios como compartir, hablar, escuchar

música, ver televisión y caminar en compañía.
Esta actividad favorece la cercanía familiar, la convivencia, la distracción y la construcción de momentos positivos dentro de su rutina diaria.

- **Actividad con música:** promover momentos para escuchar música, recordar canciones significativas, conversar sobre recuerdos asociados a ellas o utilizar la música como apoyo para la calma.
  Esta actividad favorece la expresión emocional, la memoria, la tranquilidad y la conexión con experiencias positivas.

- **Caminatas acompañadas:** mantener caminatas suaves, seguras y pausadas, de acuerdo con su movilidad, energía y condiciones físicas.
  Esta actividad favorece la movilidad, la distracción, la conversación y la participación en actividades que ya hacen parte de su vida cotidiana.

- **Calendario visual de rutina diaria:** elaborar una rutina sencilla que incluya alimentación, higiene, descanso, música, televisión, conversación familiar, caminatas, pausas de tranquilidad y espacios de expresión emocional.
  Esta actividad brinda estructura, seguridad y organización frente a las actividades del día, favoreciendo su bienestar y evitando que la rutina se centre únicamente en la tristeza o la limitación física.

- **Actividad "Lo que me gusta hacer":** elaborar una ficha con actividades que le generen bienestar, como compartir, hablar, escuchar música, salir a caminar, ver televisión, descansar y conversar con su esposa o familiares cercanos.
  Esta actividad permite reconocer intereses personales y fortalecer actividades significativas dentro de su vida cotidiana.
- **Actividad "Personas que me apoyan":** elaborar una lista donde Alirio identifique a las personas que le brindan apoyo, compañía y confianza dentro de su familia.
  Esta actividad fortalece el reconocimiento de su red de apoyo actual y permite visualizar con quién puede contar cuando se siente triste, irritable, cansado o preocupado.

- **Ampliación gradual de redes de apoyo:** identificar espacios seguros y tranquilos donde Alirio pueda relacionarse progresivamente con otras personas cercanas, vecinos, conocidos o espacios comunitarios, de acuerdo con su disposición y condiciones físicas.
  Esta actividad permite disminuir el aislamiento y ampliar las posibilidades de compañía y conversación fuera del entorno familiar inmediato.

- **Manejo de la dificultad auditiva:** favorecer conversaciones en espacios tranquilos, con tono claro, contacto visual y evitando hablar desde lejos o en ambientes con mucho ruido.
  Esta actividad mejora la comunicación y disminuye frustraciones asociadas a no escuchar bien.

- **Manejo de limitaciones físicas:** organizar las actividades de manera pausada, evitando esfuerzos prolongados con los hombros, la pierna izquierda o desplazamientos inseguros.
  Esta actividad ayuda a proteger su comodidad, seguridad y participación dentro de la rutina diaria.

- **Manejo del cansancio:** incluir pausas breves cuando se observe fatiga, baja disposición o dificultad para continuar una actividad.
  Esta actividad permite respetar sus ritmos físicos y disminuir el malestar asociado a la discapacidad.

- **Manejo de la irritabilidad:** cuando se observe irritabilidad, favorecer un ambiente tranquilo, evitar confrontaciones, permitir una pausa, identificar si hay cansancio, dolor, dificultad auditiva o tristeza, y retomar la conversación cuando se encuentre más calmado.
  Esta actividad favorece la regulación emocional y disminuye tensiones dentro de la convivencia.

- **Ejercicios de respiración y relajación:** realizar respiraciones lentas en un ambiente tranquilo, inhalando suavemente y exhalando despacio.
  Esta actividad puede realizarse en momentos de tristeza, irritabilidad, cansancio, soledad, tensión emocional o necesidad de calma.

- **Refuerzo positivo:** reconocer sus esfuerzos y capacidades con frases como “usted es importante”, “su familia lo valora”, “su opinión cuenta”, “usted es valioso”, “puede hablar de lo que siente”, “no es una carga” o “su bienestar importa”.
  Esta actividad fortalece su autoestima, seguridad emocional, confianza y percepción de acompañamiento.

DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR / A No cuenta con cuidador	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** **11-06-2026**

PROFESIONAL QUE REALIZA LA INTERVENCIÓN		
NOMBRE DEL PROFESIONAL	**PROFESIÓN**	**TELEFONO**
María Camila Peña Hernández	Trabajo Social	3148269814

En el presente caso, el acta registra que el señor **Alirio de Jesús Hurtado Tamayo no cuenta con cuidador identificado**, por lo cual no se cuenta con una persona cuidadora a quien dirigir un plan específico basado en la Escala de Zarit. La escala aparece diligenciada con “X” y sin puntaje total aplicable, y en la conclusión se consigna que no cuenta con cuidador.

Esta situación representa un aspecto importante dentro del análisis, ya que la ausencia de una persona cuidadora identificada puede aumentar la vulnerabilidad emocional y funcional del señor Alirio, especialmente considerando que presenta limitaciones físicas en hombros y pierna izquierda, dificultad auditiva, cansancio por su discapacidad, irritabilidad, tristeza persistente y sensación de ser una carga para los demás.

Al no existir una figura cuidadora principal, el acompañamiento debe comprenderse desde la red familiar disponible y desde los apoyos que puedan identificarse alrededor de él. En este caso, aunque no cuenta con cuidador formal o identificado, sí se reconoce la existencia de vínculos familiares, especialmente con su esposa, a quien refiere contarle cuando se siente triste o tiene algún problema. También manifiesta que su familia apoya las cosas que le gustan, lo cual constituye un factor protector que debe fortalecerse.

La ausencia de cuidador también implica que Alirio puede asumir de manera más solitaria parte de sus necesidades emocionales y cotidianas. Esta situación adquiere mayor relevancia porque no cuenta con redes externas de apoyo, no comparte con personas diferentes a su familia y no recibe apoyo emocional fuera del entorno familiar cuando se siente triste o enojado. Por ello, su red de apoyo se encuentra limitada y concentrada principalmente en vínculos familiares que actualmente también se encuentran atravesados por la separación y la distancia con sus hijos.

Finalmente, se considera importante fortalecer los apoyos familiares disponibles, la comunicación con su esposa y familiares cercanos, la identificación de personas de confianza, la ampliación gradual de redes externas y la organización de actividades cotidianas que favorezcan su bienestar emocional, su seguridad y su participación. Esto permite que, aun sin cuidador identificado, el señor Alirio pueda contar con mayores recursos de acompañamiento y contención dentro de su vida diaria.

- **Identificación de apoyo familiar disponible:** reconocer qué personas de la familia pueden acompañar ocasionalmente a Alirio en conversación, caminatas, escucha, diligencias o momentos de tristeza.
  ¿Por qué? Permite organizar apoyos aunque no exista una persona cuidadora principal identificada.

- **Listado de personas de confianza:** elaborar una lista sencilla con nombres de familiares, esposa, vecinos o personas cercanas a quienes pueda acudir en caso de tristeza, dificultad, cansancio o necesidad de apoyo.
  ¿Por qué? Ayuda a disminuir la sensación de estar solo y permite visualizar con quién puede contar.

- **Organización de acompañamiento ocasional:** identificar momentos en los que Alirio pueda estar acompañado, especialmente cuando se sienta triste, irritable, cansado o afectado por la distancia con

sus hijos.
¿Por qué? La compañía puede disminuir la carga emocional y fortalecer su seguridad dentro de la rutina diaria.

- **Fortalecimiento de la comunicación con la esposa:** conservar espacios de conversación tranquila donde pueda expresar lo que siente, sin centrar la interacción únicamente en la separación o en el conflicto familiar.
  ¿Por qué? La esposa aparece como una figura de confianza, por lo que este vínculo puede funcionar como apoyo emocional significativo.

- **Reconocimiento de la situación familiar:** permitir que Alirio exprese su tristeza por la distancia con sus hijos, reconociendo que este aspecto tiene un peso importante en su estado emocional.
  ¿Por qué? Validar este dolor ayuda a comprender mejor su tristeza persistente y evita que se minimice su vivencia afectiva.

- **Fortalecimiento de redes externas:** identificar espacios comunitarios, vecinales o familiares ampliados donde pueda interactuar de manera segura y progresiva.
  ¿Por qué? La ausencia de redes externas aumenta el aislamiento y limita las fuentes de apoyo emocional.

- **Apoyo en actividades con limitación física:** definir quién puede acompañarlo en caminatas, salidas o actividades donde sus hombros, pierna izquierda o audición puedan representar una dificultad.
  ¿Por qué? Esto favorece su seguridad y reduce riesgos durante la participación cotidiana.

- **Ajustes en la comunicación por dificultad auditiva:** pedir a las personas cercanas que le hablen de frente, con claridad, en espacios tranquilos y verificando que haya comprendido.
  ¿Por qué? Una comunicación clara evita frustraciones y mejora la interacción familiar.

- **Rutina de bienestar personal:** organizar actividades diarias como escuchar música, ver televisión, caminar de forma segura, conversar, descansar y realizar pausas.
  ¿Por qué? Una rutina estable favorece el bienestar emocional y funcional cuando no existe cuidador permanente.

- **Prevención del aislamiento:** mantener contacto frecuente con familiares cercanos y buscar momentos de conversación durante la semana.
  ¿Por qué? El aislamiento puede aumentar la tristeza y la sensación de ser una carga.

- **Observación de señales emocionales:** estar atento a tristeza constante, aislamiento, irritabilidad, cansancio frecuente, llanto, pérdida de interés o aumento de la sensación de carga.
  ¿Por qué? Reconocer estas señales permite activar apoyo familiar oportuno.

- **Refuerzo de autonomía posible:** permitir que Alirio realice las actividades que pueda hacer de manera segura, respetando sus ritmos y evitando exigencias físicas innecesarias.
- **¿Por qué?** Mantener autonomía ayuda a fortalecer su autoestima y disminuir la percepción de dependencia.

- **Espacios de expresión emocional:** favorecer momentos para hablar sobre sus hijos, su separación, su tristeza, sus preocupaciones y sus necesidades.
  ¿Por qué? Expresar emociones permite disminuir la carga afectiva acumulada.

- **Actividad "Reconozco mis apoyos":** elaborar una cartelera sencilla con personas, actividades y espacios que le brindan tranquilidad y compañía.
  ¿Por qué? Visualizar sus apoyos ayuda a fortalecer la sensación de acompañamiento.

- **Prevención de mayor vulnerabilidad emocional:** debido a que no cuenta con cuidador identificado, continuar observando señales de tristeza persistente, soledad, sensación de carga, irritabilidad, disminución de actividades o mayor aislamiento.
  ¿Por qué? La ausencia de cuidador hace necesario fortalecer la red disponible y evitar que el malestar emocional aumente.