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

| **DATOS DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD** | | |
|---|---|---|
| **NOMBRE COMPLETO DE LA PERSONA CON DISCAPACIDAD:**<br>Argenis Henao Arias | | **FECHA DE INTERVENCIÓN:<br>01-06-2026** |
| **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 establece el siguiente plan de recomendaciones dirigido a la señora Argenis Henao Arias, con el propósito de fortalecer su bienestar emocional, familiar y social, teniendo en cuenta el proceso de duelo por la pérdida de su madre, su condición de discapacidad y la presencia de tristeza persistente y desmotivación frente al futuro.

Se recomienda continuar fortaleciendo los espacios de comunicación y escucha activa con su familia, favoreciendo que pueda expresar sus sentimientos, preocupaciones y necesidades sin temor a ser una carga para sus hijos. El acompañamiento afectivo y la comprensión familiar constituyen factores protectores fundamentales en este momento de duelo.

Asimismo, se sugiere promover actividades de su interés, como caminar, asistir a misa, ir al parque y participar en rumba terapia, con el fin de favorecer la distracción, disminuir la sensación de soledad y fortalecer su estado de ánimo.

Teniendo en cuenta la presencia de tristeza y sentimientos de desvalorización, es importante reforzar constantemente su valor personal y reconocer sus capacidades, recordándole que continúa siendo una persona importante y valiosa dentro de su familia.

Finalmente, se recomienda mantener el acompañamiento del equipo interdisciplinario y fortalecer sus redes de apoyo, con el fin de favorecer la elaboración del duelo, prevenir el aislamiento social y contribuir a una mejor calidad de vida en un entorno familiar seguro, afectivo y protector.

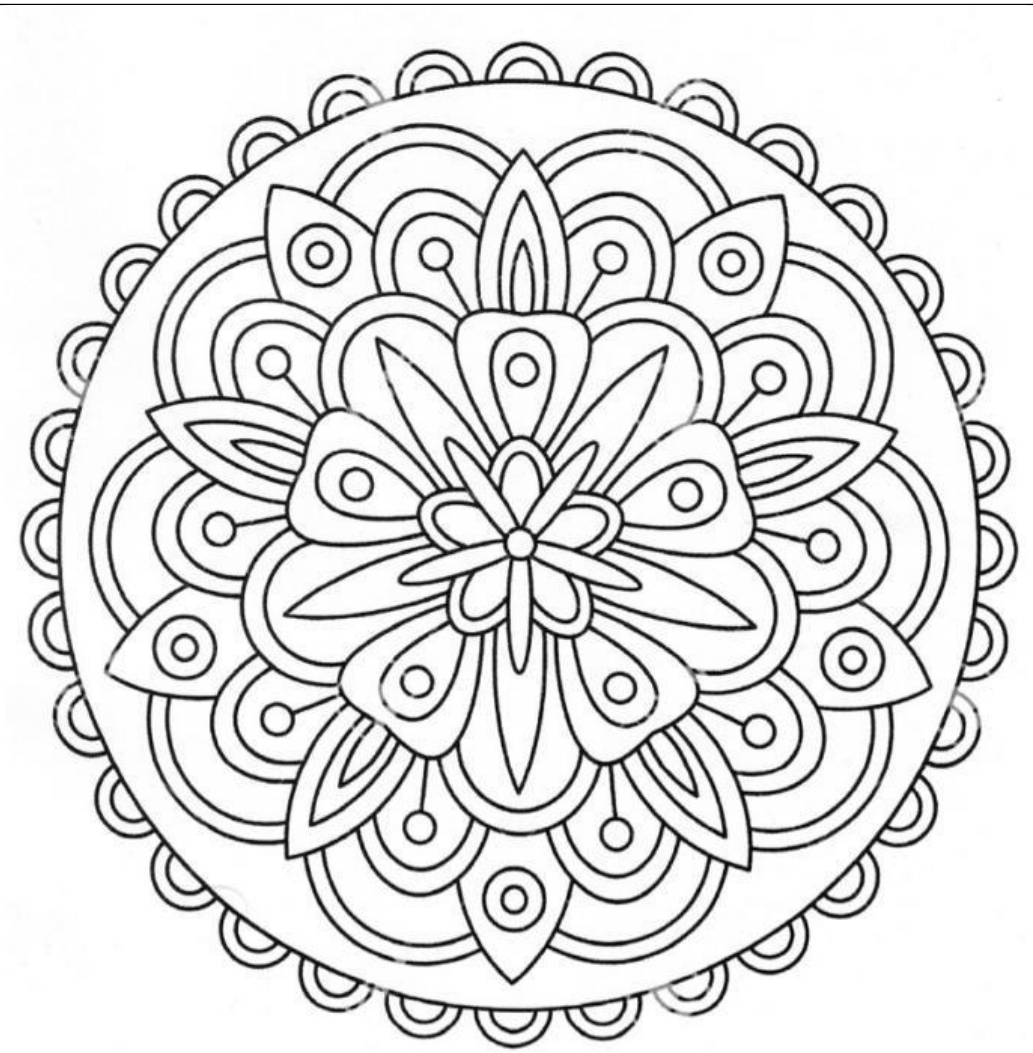
- **Sopa de letras de bienestar y rutina familiar:** realizar una sopa de letras con palabras relacionadas con actividades familiares, tranquilidad y apoyo emocional.

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

**FAMILIA, APOYO, MISA, FINCA, PASEO, CAMINAR, CALMA, ALEGRÍA, RUTINA, CUIDADO, PACIENCIA, VALOR, ESCUCHA, DESCANSO, BIENESTAR, CONVERSAR.**

- Espacios de conversación guiada sobre recuerdos positivos, experiencias de vida y momentos significativos junto a su familia.

- Actividades artísticas y manuales como colorear, pintar, decorar objetos, realizar dibujos o manualidades sencillas.



- Lectura de textos cortos, frases motivacionales o historias que favorezcan la concentración y la participación.

- Actividades de relajación y bienestar emocional como ejercicios de respiración, oración, aromaterapia o espacios de escucha activa.

- **Conversaciones familiares guiadas:** promover espacios de diálogo mediante preguntas sencillas como: ¿cómo se siente hoy?, ¿qué le gustaría hacer?, ¿quiere salir a caminar?, ¿qué le gustó del paseo?, ¿qué actividad quiere repetir?
  Esta actividad fortalece la comunicación familiar y ayuda a identificar necesidades emocionales.

- **Actividad "Lo que me gusta hacer":** elaborar una ficha con actividades que le generan bienestar, como ir a misa, caminar, pasear a la finca, salir con la familia, escuchar música, ver televisión o

compartir en casa.
Esta actividad permite identificar actividades agradables que pueden incluirse en su rutina semanal.

- Participación guiada en actividades cotidianas del hogar que le permitan mantenerse activa y fortalecer su autonomía.

| **DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA** | |
|---|---|
| **NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR / A**<br>Luis Gonzaga Navia Tabares | **FECHA DE INTERVENCIÓN:**<br>**27-06-2026** |

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

Desde el área de Trabajo Social, se establece el siguiente plan de recomendaciones dirigido al señor Luis Gonzaga Navia Tabares, cuidador principal de su esposa, con el propósito de fortalecer su bienestar emocional y prevenir el aumento de la sobrecarga asociada a las responsabilidades de cuidado.

Se recomienda promover espacios de autocuidado, descanso y esparcimiento, procurando mantener actividades personales que favorezcan su salud física y emocional. Asimismo, se sugiere compartir algunas responsabilidades con otros familiares o personas de confianza cuando sea posible, con el fin de disminuir la carga diaria y contar con apoyo complementario.

Teniendo en cuenta la preocupación por el futuro de su esposa y la presión económica asociada al cuidado, es importante fortalecer sus redes de apoyo y buscar orientación cuando requiera acompañamiento para afrontar las demandas emocionales y materiales del rol de cuidador.

Se recomienda reconocer y valorar de manera constante su compromiso, empatía y dedicación en el cuidado de su esposa, recordando que solicitar ayuda y expresar sus preocupaciones constituye una estrategia saludable para preservar su bienestar.

Finalmente, se orienta a mantener el acompañamiento del equipo interdisciplinario y el apoyo familiar continuo, con el fin de prevenir el agotamiento emocional y favorecer una mejor calidad de vida tanto para él como para su esposa.

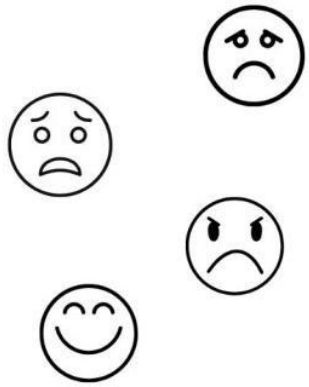
- **Organización de rutinas diarias:**
  Llevar un horario sencillo con las actividades de cuidado, medicamentos, alimentación y espacios personales.
  ¿Por qué? Facilita la organización, disminuye la sensación de sobrecarga y permite incluir momentos de autocuidado.




- **Actividad "Mi red de apoyo":** elaborar un listado con familiares, vecinos, amigos o instituciones que puedan brindar apoyo ocasional en actividades de acompañamiento, supervisión, paseos, diligencias o descanso.
  ¿Por qué? Permite reconocer que el cuidado no debe asumirse de manera individual y favorece la corresponsabilidad familiar.

Une con flechas:

- **Alegría**
- **Tristeza**
- **Miedo**
- **Enojo**



Dibuja una cara para cada emoción :

| | | |
|---|---|---|
| Sorpresa | Amor | Vergüenza |
| Miedo | Felicidad | Asombro |

- **Espacios espirituales o de reflexión:**
  Dedicar momentos a la oración, reflexión personal o actividades espirituales significativas.
  ¿Por qué? Favorece la tranquilidad emocional y fortalece los recursos personales de afrontamiento.

- **Fortalecimiento de actividades familiares compartidas:** mantener espacios como asistir a misa, salir a caminar, visitar fincas, pasear en familia o compartir momentos tranquilos en casa. ¿Por qué? Estas actividades favorecen el bienestar de Néstor y también permiten que el cuidado no se centre únicamente en obligaciones.

- **Mantener hábitos de descanso adecuados:**

Intentar conservar horarios regulares de sueño y procurar espacios tranquilos para descansar.

¿Por qué? El descanso adecuado mejora el estado de ánimo, la energía y la capacidad para asumir las responsabilidades diarias.

