Gobierno de ANSERMA | Salud y Desarrollo Social	**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS 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: Sandra Bibiana Arboleda Bermúdez	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 17-06-2026
DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A Aura Emilia Bermudez	

PROFESIONAL QUE REALIZA LA INTERVENCIÓN		
Juliana Pérez Jaramillo	FISIOTERAPEUTA	3212298273
Maria Camila Peña	TRABAJADORA SOCIAL	3148269814

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

CONTROL A LAS INTERVENCIONES RECIBIDAS – TERCERA VISITA – SEGUIMIENTO

Durante la visita final de seguimiento de la Estrategia de Rehabilitación Basada en la Comunidad (RBC), desde el área de fisioterapia se realizó el cierre del proceso de acompañamiento a Sandra Bibiana y su cuidadora, llevando a cabo una valoración integral de la evolución funcional alcanzada durante el desarrollo de la estrategia y una revisión del cumplimiento de los planes de recomendaciones entregados en las visitas anteriores. Durante el encuentro se realizó un análisis conjunto sobre los avances obtenidos a partir de la implementación de las recomendaciones relacionadas con el manejo del dolor, la movilidad articular, el fortalecimiento muscular, la higiene postural, la realización de pausas activas, la actividad física y las estrategias de autocuidado orientadas a preservar la funcionalidad y mejorar la calidad de vida.

En relación con Sandra Bibiana , durante la valoración de seguimiento se evidenció que continúa presentando adecuada funcionalidad para el desarrollo de las actividades de la vida diaria dentro de su entorno habitual, a pesar de los antecedentes de artrosis de columna y del dolor crónico asociado a su condición osteoarticular. Sandra Bibiana manifestó que la realización constante de los ejercicios de movilidad, fortalecimiento y estiramientos recomendados durante el proceso le ha permitido disminuir la intensidad del dolor, mejorar la movilidad y tolerar con mayor facilidad actividades como permanecer de pie por periodos moderados y realizar desplazamientos dentro del hogar. Aunque persisten algunas molestias propias de su enfermedad de base, expresó que ha aprendido a identificar los factores que aumentan el dolor y las estrategias que le permiten controlarlo de una manera más efectiva.

En cuanto a la cuidadora, durante la retroalimentación manifestó que la implementación de las recomendaciones relacionadas con la higiene postural, la realización de pausas activas y la continuidad de las caminatas y ejercicios de estiramiento le permitieron disminuir las molestias que presentaba en la rodilla derecha y mejorar su bienestar físico durante las actividades cotidianas. Asimismo, expresó que adquirió mayor conciencia sobre la importancia de cuidar su propia salud y de mantener hábitos preventivos que le permitan continuar desempeñando su rol de cuidadora sin incrementar la sobrecarga física.

Durante la visita se reforzó la necesidad de mantener las pausas activas durante la jornada diaria, evitar posturas mantenidas por tiempos prolongados y continuar con los ejercicios de fortalecimiento muscular y movilidad articular tanto para la Sandra Bibiana como para la cuidadora. Se explicó que la constancia en la realización de estas actividades favorece el mantenimiento de la movilidad, disminuye la rigidez articular, fortalece la musculatura de soporte, reduce el riesgo de lesiones osteomusculares y contribuye a conservar la independencia funcional durante el mayor tiempo posible.

Asimismo, se brindó educación sobre la importancia de mantener una práctica regular de actividad física adaptada a las capacidades individuales. Se explicó que el ejercicio realizado de manera constante contribuye al fortalecimiento muscular, mejora la movilidad articular, incrementa la resistencia física, favorece el equilibrio y la coordinación, ayuda a controlar el dolor asociado a enfermedades osteoarticulares y disminuye el riesgo de desarrollar otras enfermedades crónicas. De igual manera, se resaltó que la actividad física genera beneficios importantes sobre la salud emocional, al favorecer la disminución del estrés, la ansiedad y la tensión acumulada, mejorar el estado de ánimo, fortalecer la autoestima, favorecer un descanso adecuado y promover una mejor percepción de bienestar y calidad de vida.

Durante el espacio de retroalimentación también se enfatizó la importancia de continuar aplicando todas las recomendaciones fisioterapéuticas como parte permanente de la rutina diaria, incorporando hábitos de autocuidado que permitan conservar los logros alcanzados durante el proceso de intervención. Se motivó a ambas a mantener una actitud activa frente al cuidado de su salud, fortaleciendo las conductas preventivas y procurando mantener un adecuado equilibrio entre la actividad física, el descanso y las actividades cotidianas.

Ambas manifestaron que las recomendaciones entregadas durante las diferentes visitas fueron de gran beneficio, permitiéndoles comprender mejor la importancia de la actividad física, el movimiento y el autocuidado para el manejo de su condición de salud. Refirieron haber experimentado una mejoría significativa en el control del dolor, una mayor facilidad para realizar las actividades de la vida diaria y un incremento en su bienestar físico y emocional. Asimismo, destacaron que las orientaciones brindadas fortalecieron sus conocimientos para prevenir complicaciones y mantener una adecuada funcionalidad. Finalmente, expresaron su compromiso de continuar aplicando de forma permanente los ejercicios, las pausas activas, la higiene postural y todas las recomendaciones recibidas desde fisioterapia, con el propósito de conservar los avances alcanzados y mantener una mejor calidad de vida.

¿Fue necesario realizar canalización a la persona con discapacidad y/o su cuidador/a?: Si___ No____

¿Quién fue la persona que requirió canalización?

_____

Gobierno de ANSERMA Salud y Desarrollo Social	**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC** **DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS** **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

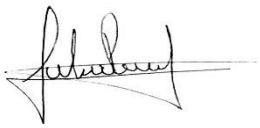
Área a la que se canalizó: _____



_____
PERSONA CON DISCAPACIDAD



_____
CUIDADOR



_____
JULIANA PEREZ JARAMILLO
FISIOTERAPEUTA
5-0700



_____
MARIA CAMILA PEÑA
TRABAJADORA SOCIAL



_____
JOAN VALENTINA OCAMPO
COORDINADORA PIC