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: Sofía Londoño Idárraga	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 17-06-2026
DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A Sara Maria Idarraga Cardona	

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 Sofia y su cuidadora, efectuando 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 generó un espacio de retroalimentación en el que se analizaron los avances obtenidos a partir de la implementación de las recomendaciones fisioterapéuticas orientadas a la promoción de la actividad física, el fortalecimiento muscular, la movilidad articular, la higiene postural, la realización de pausas activas y el fortalecimiento de hábitos de autocuidado, identificando resultados favorables tanto para la usuaria como para su cuidadora.

En relación con Sofia durante la valoración de seguimiento se evidenció que continúa conservando un adecuado nivel de independencia funcional, manteniendo movilidad completa y capacidad para realizar de manera autónoma las actividades básicas de la vida diaria. Se observó estabilidad en su condición física, sin aparición de nuevas limitaciones funcionales ni alteraciones que interfieran con su desempeño cotidiano. La Sofia manifestó que la continuidad de los ejercicios recomendados y la incorporación de hábitos saludables le han permitido mantener su funcionalidad y sentirse con mayor seguridad para desarrollar sus actividades diarias, comprendiendo la importancia de mantenerse activa para prevenir el deterioro físico asociado al sedentarismo.

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

En cuanto a la cuidadora, durante el espacio de seguimiento manifestó que las recomendaciones brindadas durante las visitas anteriores fueron de gran utilidad para mejorar su bienestar físico. Refirió que la implementación de pausas activas, los ejercicios de movilidad y fortalecimiento, así como la adopción de una adecuada higiene postural durante las actividades del hogar, contribuyeron a disminuir las molestias lumbares y la sensación de cansancio en los miembros inferiores. Aunque ocasionalmente continúa presentando molestias relacionadas con sus actividades diarias, expresó que estas han disminuido en intensidad y frecuencia, permitiéndole desarrollar sus labores con mayor comodidad y menor percepción de sobrecarga física.

Durante la sesión se realizó una revisión de los hábitos adquiridos durante el proceso de intervención, reforzando la importancia de continuar aplicando las recomendaciones fisioterapéuticas de manera permanente. Se enfatizó en la necesidad de mantener la práctica regular de ejercicios de fortalecimiento muscular, movilidad articular y estiramientos, así como la realización de pausas activas durante la jornada para disminuir la tensión muscular y prevenir la aparición de nuevas molestias osteomusculares. Igualmente, se reiteró la importancia de mantener una adecuada higiene postural durante las actividades domésticas, laborales y de cuidado, evitando posturas prolongadas y movimientos que puedan generar sobrecarga sobre la columna vertebral y las articulaciones.

Asimismo, se brindó educación sobre la importancia de la actividad física como un componente esencial para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades. Se explicó que la práctica regular de ejercicio favorece el fortalecimiento de la musculatura, mejora la movilidad articular, incrementa la resistencia física, favorece el equilibrio y la coordinación, ayuda a prevenir enfermedades osteomusculares y crónicas, y contribuye al mantenimiento de la independencia funcional.

Al finalizar la visita , ambas refirieron sentirse mejor tanto física como emocionalmente y destacaron que el proceso contribuyó a mejorar su bienestar general y la forma de afrontar las actividades cotidianas. Finalmente, expresaron su compromiso de continuar aplicando de manera permanente todas las recomendaciones recibidas, manteniendo los ejercicios, las pausas activas y los hábitos saludables como parte de su rutina diaria para conservar los avances alcanzados y favorecer 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?

_____

Área a la que se canalizó: _____

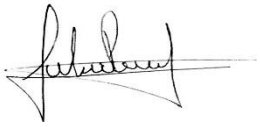
Sofia Londoño

Sara María Idárraga

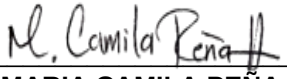
_____ _____

PERSONA CON DISCAPACIDAD **CUIDADOR**

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



JULIANA PEREZ JARAMILLO
FISIOTERAPEUTA
5-0700



MARIA CAMILA PEÑA
TRABAJADORA SOCIAL



JOAN VALENTINA OCAMPO
COORDINADORA PIC