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: Ramon Elias Bedoya	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 17-06-2026

DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR/A Maria Yolanda Bedoya Londoño

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 Ramón Elías 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 una retroalimentación sobre el proceso desarrollado, analizando los beneficios obtenidos con la implementación de las recomendaciones relacionadas con la actividad física, la movilidad articular, el fortalecimiento muscular, la higiene postural, las pausas activas y las estrategias de autocuidado orientadas a mantener la funcionalidad y prevenir complicaciones osteomusculares.

En relación con Ramón Elías, durante la valoración de seguimiento se evidenció que continúa conservando un adecuado nivel de independencia funcional, manteniendo movilidad completa, estabilidad durante la marcha y autonomía para la realización de las actividades básicas de la vida diaria. No se identificaron alteraciones adicionales en su condición física ni disminución de su capacidad funcional, observándose que la implementación de los ejercicios de movilidad articular, fortalecimiento muscular y actividad física adaptada ha contribuido al mantenimiento de su condición física y a la prevención del desacondicionamiento funcional. Se destacó la importancia de continuar realizando caminatas supervisadas, ejercicios de movilidad global y fortalecimiento de miembros superiores e inferiores de bajo impacto, con el propósito de preservar la

fuerza muscular, mantener la movilidad, favorecer el equilibrio y promover un envejecimiento activo y saludable.

Durante la retroalimentación con la cuidadora se analizaron los beneficios obtenidos con la aplicación de las recomendaciones dirigidas al manejo del dolor lumbar y la prevención de lesiones derivadas de la sobrecarga física. Manifestó que la incorporación de pausas activas, los ejercicios de fortalecimiento de la musculatura estabilizadora del tronco, los estiramientos y la corrección de la postura durante las actividades domésticas, comunitarias y de cuidado le permitieron disminuir la intensidad del dolor lumbar y realizar sus actividades con mayor comodidad y seguridad. Expresó además que ha logrado reconocer la importancia de distribuir mejor las cargas físicas, evitar movimientos que incrementen la sintomatología y respetar los periodos de descanso durante la jornada.

Se realizó un refuerzo educativo sobre la importancia de mantener de manera permanente las medidas de higiene postural y la mecánica corporal adecuada durante el levantamiento y transporte de objetos, la realización de labores del hogar y las actividades comunitarias, teniendo en cuenta sus antecedentes de artrosis y hernia lumbar. Asimismo, se recomendó continuar con los ejercicios de fortalecimiento de la musculatura ,lumbar y de miembros inferiores, además de los estiramientos diarios, con el fin de disminuir la sobrecarga sobre la columna vertebral, prevenir la progresión del dolor y favorecer el mantenimiento de su funcionalidad.

Durante el encuentro se reiteró la importancia de dar continuidad a todas las recomendaciones fisioterapéuticas establecidas durante el proceso de intervención, explicando que la constancia en la realización de los ejercicios constituye el principal factor para conservar los avances obtenidos y prevenir futuras complicaciones. Se enfatizó que tanto Ramón Elías como su cuidadora deben incorporar estas recomendaciones como parte permanente de su rutina diaria, fortaleciendo hábitos de autocuidado y estilos de vida saludables que favorezcan el bienestar integral.

Igualmente, se brindó educación sobre la importancia de la actividad física para la salud física y emocional. Se explicó que realizar ejercicio de forma regular favorece el fortalecimiento muscular, mejora la movilidad articular, incrementa la resistencia física, optimiza el equilibrio y la coordinación, contribuye a prevenir enfermedades crónicas y ayuda a mantener la independencia funcional durante el envejecimiento. También se resaltó que la actividad física genera beneficios importantes sobre la salud emocional, al disminuir los niveles de estrés y ansiedad, mejorar el estado de ánimo, fortalecer la autoestima, favorecer un mejor descanso y promover una mayor sensación de bienestar, aspectos especialmente relevantes tanto para la persona con discapacidad como para su cuidadora, quien asume múltiples responsabilidades en su entorno familiar y comunitario.

Al finalizar la visita, Ramón Elías y su cuidadora expresaron su satisfacción y profundo agradecimiento por el acompañamiento brindado durante el desarrollo de la Estrategia de Rehabilitación Basada en la Comunidad. Manifestaron que las visitas realizadas fueron de gran beneficio, ya que las recomendaciones entregadas les permitieron mejorar significativamente sus hábitos de autocuidado, disminuir las molestias físicas, fortalecer sus conocimientos sobre la prevención de lesiones y desarrollar sus actividades cotidianas con mayor seguridad y confianza. La cuidadora refirió una mejoría importante del dolor lumbar y una mayor capacidad para manejar las exigencias físicas derivadas de sus múltiples responsabilidades, mientras que Ramón Elías manifestó sentirse motivado para continuar realizando actividad física y mantener un estilo de vida activo.

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

¿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: _____

PERSONA CON DISCAPACIDAD

CUIDADOR

JULIANA PEREZ JARAMILLO
FISIOTERAPEUTA
5-0700

MARIA CAMILA PEÑA
TRABAJADORA SOCIAL

JOAN VALENTINA OCAMPO
COORDINADORA PIC