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: Isabel Piedrahita Castiblanco	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 25/05/2026

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 a la niña **Isabel Piedrahita Castiblanco**, con el propósito de fortalecer su bienestar emocional, familiar, social, lúdico y funcional, teniendo en cuenta su edad, su discapacidad intelectual, epilepsia, retardo en el desarrollo, microcefalia, las dificultades de concentración, la necesidad de acompañamiento en actividades diarias y la importancia de promover su autonomía progresiva mediante actividades acordes a su etapa de desarrollo.

Actualmente, Isabel cuenta con el acompañamiento de su familia y de su cuidadora principal, la señora **Flora Mayrin Castiblanco Castañeda**, quienes representan su principal red de apoyo afectivo y de cuidado. Se recomienda continuar fortaleciendo espacios familiares de juego, descanso, caminatas, salidas sencillas, consumo de alimentos de su agrado como helado y actividades recreativas que favorezcan la seguridad, el vínculo afectivo y la estimulación de la niña.

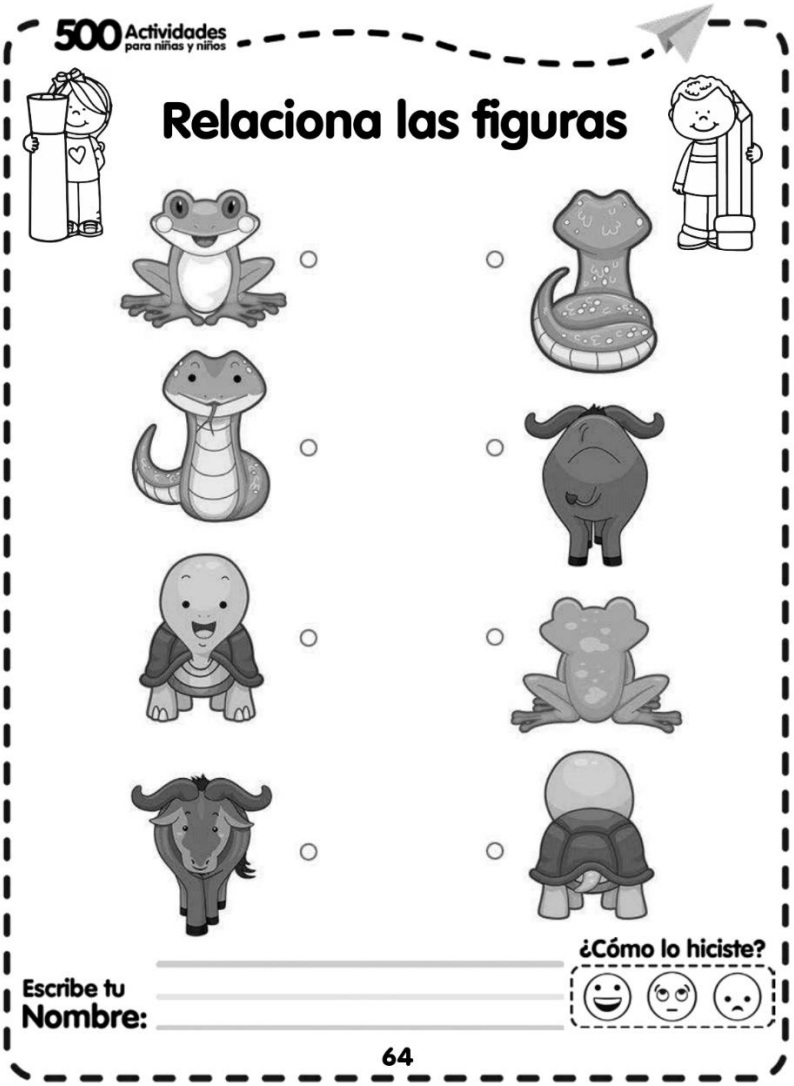
Teniendo en cuenta que Isabel aún presenta dificultades para expresar sus emociones y necesidades, se recomienda utilizar estrategias visuales, juegos, imágenes, colores, gestos, canciones y rutinas sencillas que le permitan comunicar cómo se siente, qué desea o qué necesita. Estas actividades deben realizarse con paciencia, afecto, lenguaje claro y acompañamiento constante.

Asimismo, se recomienda continuar promoviendo su participación en el jardín infantil, ya que este espacio favorece la socialización, el aprendizaje, la interacción con otros niños, la participación en actividades grupales y el fortalecimiento de habilidades comunicativas y emocionales.

De igual manera, se sugiere implementar actividades lúdicas, pedagógicas y sensoriales acordes a su edad y capacidades, procurando que sean cortas, repetitivas, coloridas, agradables y supervisadas. Estas actividades pueden contribuir al fortalecimiento de la concentración, la tolerancia a la frustración, la motricidad, la comunicación y la autonomía progresiva.

Finalmente, se recomienda reforzar de manera constante sus logros y avances, por pequeños que sean, mediante palabras de afecto, felicitaciones, abrazos, canciones o gestos positivos, fortaleciendo su seguridad emocional y su confianza.

- Actividades de estimulación cognitiva como sopas de letras, rompecabezas sencillos, juegos de memoria y asociación de imágenes.



- **Actividad "Mis emociones con caritas":** utilizar tarjetas con caritas de alegría, tristeza, enojo, miedo, calma, cansancio y sueño, para que Isabel pueda señalar cómo se siente. Esta actividad facilita la expresión emocional de forma sencilla y acorde a su edad.

- **Juego de colores y emociones:** asociar colores con emociones básicas, por ejemplo: verde para tranquila, amarillo para cansada o inquieta, rojo para enojada o frustrada y azul para triste. Esta actividad ayuda a identificar emociones y facilita que la familia pueda acompañarla oportunamente.

- **Calendario visual de rutina:** elaborar una rutina con imágenes grandes que indiquen actividades como levantarse, bañarse, comer, ir al jardín, jugar, caminar, descansar, ver televisión y dormir.
  Esta actividad brinda seguridad, anticipación y organización en su vida diaria.

- **Actividades lúdicas en casa:** realizar juegos sencillos como encajar figuras, armar torres, clasificar colores, emparejar imágenes, jugar con bloques, colorear o manipular objetos seguros.
  Estas actividades favorecen la concentración, la motricidad, el aprendizaje y la tolerancia a la frustración.

- **Lectura de cuentos cortos con imágenes:** leer cuentos breves, mostrar dibujos y hacer preguntas sencillas como: ¿dónde está la niña?, ¿qué animal ves?, ¿está feliz o triste? Esta actividad fortalece el lenguaje, la atención, la comprensión y la expresión emocional.

- **Juego simbólico:** promover juegos como alimentar una muñeca, cuidar un peluche, jugar a la casita, preparar comida imaginaria o imitar actividades cotidianas.
  Esta actividad favorece la imaginación, la comunicación, la interacción y el desarrollo emocional.

- **Caminatas cortas en familia:** continuar promoviendo salidas breves y seguras a caminar, respetando su estado físico, disposición y recomendaciones médicas.
  Esta actividad favorece la movilidad, la exploración del entorno, la regulación emocional y el vínculo familiar.

- **Actividad "Lo que me gusta":** elaborar una ficha con dibujos o imágenes de actividades que le agradan, como jugar, comer helado, caminar, descansar, ir al jardín o compartir con la familia. Esta actividad permite identificar intereses y fortalecer actividades significativas en su rutina.

- **Ejercicios de respiración para niñas:** enseñarle a respirar como si oliera una flor y luego soplara una vela, repitiendo el ejercicio de forma lúdica.
  Esta actividad puede utilizarse cuando se observe frustración, llanto, inquietud o dificultad para

calmarse.

- **Participación en actividades del jardín:** continuar favoreciendo su asistencia y participación en actividades lúdicas, pedagógicas y grupales del jardín infantil. Esta actividad fortalece la socialización, el aprendizaje y la interacción con otras personas.

- **Refuerzo positivo:** reconocer sus avances con frases como “muy bien”, “lo lograste”, “gracias por intentarlo”, “estoy orgullosa de ti” o mediante abrazos y gestos de afecto. Esta actividad fortalece su autoestima, seguridad emocional y motivación para participar.

DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR / A Flora Mayrin Castiblanco Castañeda	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 25/05/2026

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

Desde el área de Trabajo Social, se establecen las siguientes recomendaciones dirigidas a la señora **Flora Mayrin Castiblanco Castañeda**, cuidadora principal de la niña **Isabel Piedrahita Castiblanco**, con el propósito de fortalecer su bienestar físico, emocional, familiar y personal frente a las responsabilidades que implica el cuidado de una niña con discapacidad intelectual, epilepsia, retardo en el desarrollo y microcefalia. Teniendo en cuenta que la cuidadora obtuvo un puntaje de **55 puntos** en la Escala de Carga del Cuidador de Zarit, se identifica la presencia de **sobrecarga ligera según los puntos de corte de la escala, con indicadores importantes de carga moderada-alta**, asociados principalmente a la responsabilidad constante del cuidado, la percepción de dependencia de la niña, el temor frente a su futuro, la afectación en su salud, la autoexigencia y la sensación de que debería hacer más o cuidar mejor.

Se reconoce que la señora Flora Mayrin cumple un papel fundamental en el desarrollo, cuidado y bienestar de Isabel, brindándole acompañamiento permanente, afecto, protección y seguimiento en sus necesidades diarias, médicas, educativas y recreativas. Sin embargo, se considera importante fortalecer estrategias de autocuidado, descanso, organización de rutinas, distribución de responsabilidades y búsqueda de redes de apoyo, con el fin de prevenir que la carga aumente.

Asimismo, se recomienda continuar fortaleciendo la articulación con el jardín infantil y con los servicios de salud que acompañan el proceso de Isabel, especialmente por sus condiciones de epilepsia, microcefalia,

retardo en el desarrollo y discapacidad intelectual. Esto permite mantener un seguimiento más organizado y brindar apoyo oportuno a sus necesidades.

De igual manera, se sugiere que la cuidadora cuente con espacios para expresar sus preocupaciones, miedos, cansancio, dudas y sentimientos frente al futuro de la niña, reconociendo que cuidar también implica sostener emocionalmente situaciones de incertidumbre y alta responsabilidad.

Finalmente, se recomienda recordar que el bienestar de la cuidadora también hace parte del cuidado de Isabel. Una cuidadora acompañada, descansada y fortalecida emocionalmente puede brindar un cuidado más estable, paciente y afectivo.

- **Organización de rutina diaria:** elaborar un horario visual con las actividades de Isabel, incluyendo alimentación, higiene, jardín, juego, descanso, caminata, actividades lúdicas, medicamentos si aplica y sueño.
  ¿Por qué? Una rutina clara ayuda a organizar el cuidado, disminuir la tensión y favorecer seguridad en la niña.

Planificador semanal

Calendarpedia
Your source for calendars

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Notas	Notas	Notas	Notas	Notas	Notas	Notas

© Calendarpedia® www.calendarpedia.com

Datos sin garantía

- **Registro de citas y controles:** llevar un cuaderno o calendario con citas médicas, controles, medicamentos, recomendaciones profesionales y observaciones importantes sobre el comportamiento o salud de Isabel.
  ¿Por qué? Facilita el seguimiento de su condición y disminuye la sensación de desorden o

preocupación.

- **Actividad "Mi red de apoyo":** realizar un listado con familiares, vecinos, docentes del jardín, profesionales de salud o personas cercanas que puedan brindar apoyo ocasional. ¿Por qué? Permite reconocer que el cuidado no debe recaer únicamente sobre la cuidadora.

- **Actividad "Lo que puedo delegar":** identificar actividades que otras personas podrían apoyar, como acompañar a Isabel a jugar, compartir una caminata, ayudar en una diligencia, estar pendiente mientras descansa o acompañarla en una actividad lúdica. ¿Por qué? Delegar responsabilidades ayuda a disminuir la carga física y emocional.

- **Comunicación con el jardín infantil:** mantener contacto con docentes o cuidadores del jardín para conocer avances, dificultades, comportamiento, aprendizajes y recomendaciones. ¿Por qué? El jardín es una red importante para fortalecer su desarrollo, socialización y aprendizaje.

- **Manejo de la autoexigencia:** reconocer que cuidar no significa hacerlo todo perfecto ni resolver de inmediato todas las dificultades. ¿Por qué? Disminuir la autoexigencia ayuda a reducir la culpa, la presión emocional y el agotamiento.

- **Manejo de la preocupación frente al futuro:** conversar con familiares o profesionales sobre necesidades futuras, apoyos disponibles, avances de Isabel y estrategias para fortalecer su autonomía progresiva. ¿Por qué? Hablar sobre el futuro permite disminuir la ansiedad anticipatoria y planear con mayor tranquilidad.

- **Pausas de autocuidado para la cuidadora:** realizar pausas breves durante el día para descansar, respirar, tomar agua, caminar, escuchar música, orar o realizar una actividad personal agradable. ¿Por qué? Las pausas ayudan a prevenir el cansancio acumulado y favorecen el bienestar emocional.

- **Cuidado de la salud de la cuidadora:** prestar atención a señales como cansancio frecuente, dolores físicos, alteraciones del sueño, tensión, irritabilidad o tristeza. ¿Por qué? La salud de la cuidadora es fundamental para sostener el cuidado de manera segura.

- **Espacios de expresión emocional:** permitir momentos para hablar sobre preocupación, cansancio, miedo frente al futuro, dudas, tristeza o sensación de carga relacionada con el cuidado.
  ¿Por qué? Expresar emociones favorece un afrontamiento saludable y evita que la carga se

viva en silencio.

- **Identificación de señales de sobrecarga:** reconocer señales como agotamiento, llanto, irritabilidad, dificultad para descansar, sensación de no tener tiempo personal, preocupación constante o pensamientos de no estar haciendo lo suficiente.
  ¿Por qué? Identificar estas señales permite buscar apoyo antes de que la sobrecarga aumente.

- **Estrategias para manejar frustración en Isabel:** cuando la niña se frustre o no logre realizar una actividad, hablarle con calma, usar frases cortas, ofrecer ayuda, hacer pausas y reforzar cualquier intento positivo.
  ¿Por qué? Esto favorece la regulación emocional de la niña y disminuye la tensión en la cuidadora.

- **Actividad "Reconozco mi esfuerzo":** elaborar una lista de acciones positivas que realiza como cuidadora, como acompañar, proteger, llevar a controles, enseñar, jugar, alimentar, cuidar, observar y brindar afecto.
  ¿Por qué? Reconocer sus esfuerzos ayuda a fortalecer su seguridad en el rol de cuidadora y disminuirla autoexigencia.

- **Fortalecimiento de actividades compartidas:** mantener espacios agradables con Isabel, como jugar, caminar, comer helado, descansar, leer cuentos o compartir actividades lúdicas.
  ¿Por qué? Estas actividades fortalecen el vínculo afectivo y permiten que el cuidado también incluya disfrute, no solo responsabilidades.

