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: Olga Beatriz Isaza Alvarez	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 27/05/2026

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 señora Olga Beatriz, con el propósito de fortalecer su bienestar emocional, social, espiritual, cognitivo y funcional, teniendo en cuenta su condición de salud, las dinámicas de apoyo presentes en su entorno, las necesidades identificadas durante el proceso de valoración y los factores que pueden influir en su calidad de vida y estabilidad emocional.

Actualmente, la señora Olga Beatriz participa en actividades cotidianas que favorecen su bienestar y mantiene interacción con las personas de su entorno, lo que representa un elemento importante para su estabilidad emocional y social. Se recomienda continuar fortaleciendo estos espacios de participación mediante actividades recreativas, conversaciones significativas, acompañamiento respetuoso y momentos de integración que favorezcan su sensación de compañía y apoyo.

Asimismo, se considera importante promover estrategias de cuidado emocional que permitan identificar y expresar sentimientos, preocupaciones y necesidades de manera adecuada, favoreciendo espacios de escucha activa y contención emocional. Es fundamental reforzar su autoestima, resaltando sus capacidades, su historia de vida, sus logros y el valor que tiene dentro de su entorno familiar y social.

De igual manera, se recomienda incentivar actividades de estimulación cognitiva acordes a sus capacidades e intereses, tales como lectura, escritura, ejercicios de memoria, conversación, juegos de atención y

actividades manuales, con el fin de fortalecer procesos de concentración, orientación y participación activa en las rutinas diarias.

En relación con el bienestar físico y funcional, se sugiere promover hábitos saludables relacionados con el descanso, la alimentación, la movilidad y el autocuidado, procurando mantener rutinas organizadas y acompañamiento oportuno cuando sea necesario. También es importante favorecer espacios tranquilos y seguros que contribuyan a disminuir situaciones de estrés o preocupación.

Finalmente, se recomienda continuar fortaleciendo las redes de apoyo familiares, comunitarias e institucionales, promoviendo vínculos basados en el respeto, el acompañamiento y la solidaridad, de manera que la señora Olga Beatriz pueda sentirse respaldada, valorada y acompañada en su proceso de cuidado y bienestar integral.

- **Sopa de letras de bienestar, espiritualidad y apoyo institucional:** realizar una sopa de letras con palabras relacionadas con sus actividades, red de apoyo y tranquilidad emocional.

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

HOGAR, DIVINA, PROVIDENCIA, ORACIÓN, LEER, ESCRIBIR, HABLAR, CAMINAR, SACERDOTES, APOYO, CALMA, VALOR, CUIDADO, MEMORIA, BIENESTAR, ESPERANZA.

- **Lectura acompañada con pausa:** realizar lecturas cortas de frases, textos religiosos, reflexiones o historias breves, haciendo pausas para preguntarle qué recuerda o qué entendió. Esta actividad fortalece la memoria, la concentración y la comprensión lectora.

- **Cuaderno de escritura y reflexión:** promover que la señora Beatriz escriba frases cortas, pensamientos, oraciones, palabras que le gusten o actividades realizadas durante el día. Esta actividad favorece la expresión personal, la memoria y la organización de ideas.

- **Actividad "Lo que sí puedo resolver":** conversar sobre situaciones que le preocupan y dividirlas en dos grupos: las que puede resolver con apoyo y las que requieren paciencia, acompañamiento o aceptación.
  Esta actividad busca disminuir la percepción de que sus problemas no tienen solución.

- **Espacios de oración y acompañamiento espiritual:** continuar promoviendo momentos de oración, reflexión y diálogo con sacerdotes o personas significativas del hogar.
  Esta actividad fortalece la esperanza, la tranquilidad emocional y el sentido de pertenencia.

- **Conversaciones guiadas:** promover espacios de diálogo mediante preguntas sencillas como: ¿cómo se siente hoy?, ¿qué leyó?, ¿qué le gustaría escribir?, ¿qué le preocupa?, ¿qué le ayuda a sentirse tranquilo?
  Esta actividad facilita la expresión emocional y permite identificar oportunamente sus necesidades.

- **Caminatas cortas y acompañadas:** realizar caminatas breves y seguras dentro o fuera del hogar de paso, según sus condiciones físicas y disponibilidad del acompañamiento.
  Esta actividad favorece la movilidad, la distracción, el bienestar físico y la interacción social.

- **Actividad "Mi red de apoyo":** elaborar una lista con personas del hogar de paso que le brindan apoyo, como sacerdotes, cuidadores, compañeros o personas de confianza.
  Esta actividad permite reconocer que cuenta con personas cercanas a quienes puede acudir cuando se sienta triste, preocupado o confundido.

- **Rutina para mejorar el descanso:** establecer horarios regulares para dormir, disminuir ruidos o estímulos fuertes en la noche, evitar preocupaciones antes de acostarse y realizar oración o respiración pausada antes de dormir.
  Esta actividad busca disminuir los despertares nocturnos y favorecer un descanso más reparador.

- **Ejercicios de memoria y atención:** realizar actividades como recordar palabras leídas, completar frases, copiar oraciones cortas, asociar imágenes con palabras o conversar sobre lo leído durante el día.

Estas actividades favorecen la concentración, la memoria y la participación activa.

- **Actividad "Reconozco mi valor":** promover que el usuario identifique cualidades personales, logros, capacidades y acciones positivas que realiza, como leer, escribir, orar, conversar o participar en actividades del hogar.
  Esta actividad fortalece su autoestima y su percepción positiva de sí mismo.

- **Participación en actividades grupales del hogar:** continuar motivando su participación en espacios de lectura, oración, conversación, actividades recreativas o encuentros comunitarios dentro del hogar de paso.
  Esta actividad fortalece la integración social, la autonomía y el sentido de pertenencia.

DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR / A Jesús Antonio Mejía Suárez	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 27/05/2026

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 al cuidador de la señora Olga Beatriz, con el propósito de fortalecer su bienestar emocional, personal y relacional frente al acompañamiento y cuidado que brinda en su vida cotidiana.

De acuerdo con la valoración realizada, se reconoce la importancia del rol que desempeña como figura de apoyo y acompañamiento, evidenciándose compromiso, disposición y responsabilidad frente a las necesidades de cuidado de la señora Olga Beatriz. Asimismo, se identifica una dinámica de cuidado basada en el respeto, la compañía y el apoyo constante, elementos que favorecen el bienestar integral de la usuaria.

No obstante, se recomienda fortalecer estrategias de autocuidado físico y emocional, procurando espacios de descanso, recreación y atención a sus propias necesidades personales, con el fin de prevenir agotamiento físico o emocional asociado a las responsabilidades del cuidado. Es importante reconocer que el bienestar del cuidador también influye de manera significativa en la calidad del acompañamiento brindado.

De igual manera, se sugiere promover la distribución de responsabilidades y el apoyo de otras redes familiares, comunitarias o institucionales cuando sea posible, evitando que las actividades de cuidado

recaigan únicamente sobre una sola persona. El acompañamiento compartido favorece la disminución de cargas y fortalece las dinámicas de apoyo.

- **Organización de actividades compartidas:** mantener una rutina sencilla donde se incluyan momentos para leer, orar, conversar, caminar, escribir y descansar.
  ¿Por qué? Una rutina clara favorece la estabilidad de Olga y facilita el acompañamiento del cuidador.

- **Apoyo en lectura y memoria:** acompañar a Olga en lecturas cortas, haciendo pausas y preguntas sencillas sobre lo leído.
  ¿Por qué? Esto ayuda a fortalecer su concentración y memoria sin generar frustración.

- **Actividad "Mi red de apoyo institucional":** identificar junto con Olga a las personas del hogar de paso que pueden brindarle apoyo, como sacerdotes, cuidadores, compañeros o personal de la institución.
  ¿Por qué? Reconocer la red de apoyo evita que el acompañamiento dependa de una sola persona.

- **Manejo de la autoexigencia:** reconocer que acompañar a Olga no significa hacerlo todo perfecto ni resolver todas sus dificultades.
  ¿Por qué? Disminuir la autoexigencia ayuda a prevenir cansancio emocional y culpa.

- **Apoyo espiritual:** continuar promoviendo espacios de oración, conversación con sacerdotes y participación en actividades religiosas del hogar.
  ¿Por qué? La espiritualidad es un recurso significativo para el bienestar emocional de Olga

- **Pausas de autocuidado para el cuidador:** realizar pausas breves durante el día para descansar, respirar, caminar, orar, conversar o realizar una actividad personal agradable.
  ¿Por qué? Aunque no exista sobrecarga actual, las pausas ayudan a conservar el bienestar.

- **Límites saludables en el acompañamiento:** reconocer cuándo una situación debe ser apoyada también por sacerdotes, cuidadores o personal del hogar de paso.
  ¿Por qué? Compartir el acompañamiento previene que una sola persona asuma toda la responsabilidad.

- **Identificación de señales de sobrecarga:** estar atento a señales como cansancio frecuente, irritabilidad, preocupación constante, dificultad para descansar o sensación de tener que responder solo por Olga
  ¿Por qué? Identificar estas señales permite pedir apoyo antes de que aparezca desgaste.

- **Actividad "Reconozco mi esfuerzo":** elaborar una lista de acciones positivas que realiza como cuidador y amigo, como acompañar, escuchar, conversar, apoyar en actividades,

compartir oración y brindar afecto.
¿Por qué? Reconocer sus esfuerzos fortalece su seguridad y disminuye la sensación de que debería hacer más.

- **Fortalecimiento de actividades compartidas:** mantener espacios agradables como leer, orar, hablar, caminar o participar en actividades del hogar.
  ¿Por qué? Estas actividades fortalecen el vínculo de amistad y permiten que el cuidado también incluya bienestar, compañía y cooperación.

- **Seguimiento preventivo:** continuar observando el bienestar emocional de Olga y del cuidador, manteniendo comunicación con el equipo del hogar de paso cuando se identifiquen cambios importantes.
  ¿Por qué? El seguimiento oportuno ayuda a sostener una dinámica estable y prevenir dificultades futuras.