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: Dylan Calle Sánchez		**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 18/06/2026
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 al niño **Dylan Calle Sánchez**, con el propósito de fortalecer su bienestar emocional, familiar, social, funcional y de autocuidado, teniendo en cuenta su edad de **9 años**, su condición de **discapacidad cognitiva**, las dificultades para concentrarse durante sus actividades diarias, las limitaciones en hábitos de higiene personal como bañarse y mantener rutinas de autocuidado, la dificultad para expresar verbalmente cuando tiene algún problema o se siente triste, los cambios de humor, la irritabilidad, el cansancio frecuente, el descanso parcialmente reparador, los despertares nocturnos ocasionales, su interés por el fútbol y su participación en actividades lúdico-pedagógicas en la **Fundación Seres**.

Actualmente, Dylan cuenta con el acompañamiento de su familia y de su cuidadora principal, la señora **Francy Yuliet Calle Sánchez**, quien representa una figura importante dentro de su proceso de cuidado, orientación, acompañamiento cotidiano y apoyo familiar. Se identifica que dentro del entorno familiar participa en actividades como salir a caminar, jugar, ver televisión, escuchar música y, en algunas ocasiones, salir a comer, lo cual constituye un factor protector importante para su bienestar emocional, su sentido de pertenencia y su vinculación afectiva con el hogar.

Teniendo en cuenta que durante la valoración se identificó que Dylan no expresa verbalmente cuando tiene algún problema o se siente triste, sino que sus emociones suelen evidenciarse a través de cambios de humor, se reconoce una dificultad significativa en la comunicación emocional. Esta situación puede hacer que sus

necesidades, molestias, tristezas, frustraciones o incomodidades no sean comprendidas de manera inmediata por su familia, por lo que resulta importante observar sus cambios de conducta, su nivel de irritabilidad, su disposición para participar en actividades y su respuesta frente a las rutinas diarias.

Asimismo, se evidencia que Dylan percibe apoyo familiar frente a las cosas que le gustan, lo cual representa un elemento favorable dentro de su desarrollo y adaptación cotidiana. El apoyo familiar permite que el niño cuente con un entorno cercano, protector y disponible, especialmente en una etapa en la que requiere acompañamiento para fortalecer hábitos, rutinas, autonomía básica y formas de expresión emocional acordes con sus capacidades.

En relación con sus hábitos de vida diaria, Dylan presenta dificultades para concentrarse asociadas a su discapacidad cognitiva. Esta situación puede interferir en el seguimiento de instrucciones, la permanencia en una actividad, el cumplimiento de rutinas y la realización de tareas que requieren atención sostenida. Además, se identifican dificultades específicas en actividades de autocuidado como bañarse y mantener hábitos de higiene, aspecto relevante dentro de su bienestar diario, su salud, su autonomía progresiva y la organización de su vida cotidiana.

De igual manera, se identifica como aspecto favorable su interés por el **fútbol**, lo cual representa una oportunidad significativa para fortalecer la actividad física, la motivación, la coordinación, la interacción, el seguimiento de reglas sencillas y el uso positivo del tiempo libre. Este interés puede convertirse en un recurso importante para promover participación, disciplina, manejo de energía y vinculación con actividades recreativas acordes con su edad.

En cuanto a sus redes de apoyo externas, Dylan participa en la **Fundación Seres**, donde realiza actividades lúdico-pedagógicas. Este espacio constituye un factor protector relevante, ya que le permite compartir con personas diferentes a su familia, participar en actividades estructuradas, recibir apoyo emocional externo y fortalecer habilidades de socialización, aprendizaje y adaptación a otros contextos. La presencia de este apoyo institucional amplía sus posibilidades de acompañamiento y contribuye a su desarrollo integral.

En el área de autocuidado, Dylan refiere descansar plenamente solo algunas veces, despertarse durante la noche en algunas ocasiones, cansarse con mayor facilidad y mostrarse más irritable de lo habitual. Estos aspectos reflejan señales de afectación en el descanso, la energía diaria y la regulación emocional. Aunque no presenta cambios significativos en la alimentación, el cansancio, la irritabilidad y los despertares nocturnos pueden influir en su disposición para cumplir rutinas, participar en actividades y responder de manera adecuada frente a orientaciones familiares.

En cuanto al estado emocional, Dylan no se percibe como una carga para los demás, se considera una persona valiosa, no siente que la mayoría de sus problemas no tengan solución, no se siente triste la mayor parte del día y no se muestra desmotivado frente a su futuro. Estos elementos evidencian una autopercepción positiva y estabilidad emocional general. Sin embargo, debido a su dificultad para expresar verbalmente lo que siente, su bienestar emocional debe comprenderse también a partir de sus cambios de humor, irritabilidad, resistencia frente a rutinas y comportamientos observables.

Finalmente, se reconoce que Dylan cuenta con factores protectores importantes, como apoyo familiar, actividades compartidas en el hogar, interés por el fútbol, participación en la Fundación Seres, apoyo emocional externo y una percepción positiva de sí mismo. Al mismo tiempo, se identifican factores de vulnerabilidad relacionados con la discapacidad cognitiva, la dificultad para expresar emociones, los cambios de humor, la irritabilidad, las dificultades de concentración, el cansancio, el descanso parcialmente reparador y los retos en hábitos de higiene personal. Estos elementos permiten orientar el acompañamiento hacia el fortalecimiento de rutinas, la expresión emocional, la autonomía básica, el autocuidado, la regulación de conducta y la participación en actividades significativas.

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



- **Actividad "Mis emociones":** utilizar tarjetas, imágenes o dibujos con emociones como alegría, tristeza, enojo, calma, cansancio, molestia, frustración, tranquilidad y entusiasmo, para que Dylan pueda señalar cómo se siente durante el día.
  Esta actividad favorece la identificación emocional, especialmente porque durante la valoración se identificó que no expresa verbalmente cuando tiene algún problema o se siente triste, sino que sus emociones se evidencian mediante cambios de humor.

- **Actividad "Así me siento hoy":** elaborar una ficha visual diaria donde Dylan pueda señalar si se siente alegre, tranquilo, cansado, molesto, triste, con sueño o con ganas de jugar.
  Esta actividad permite reconocer sus estados de ánimo de manera sencilla y facilita que la familia comprenda mejor sus necesidades emocionales antes de que se manifiesten mediante irritabilidad.

- **Actividad "Semáforo de emociones":** utilizar los colores verde, amarillo y rojo para ayudar a Dylan a identificar su estado emocional. El color verde puede representar tranquilidad o alegría, el amarillo puede representar cansancio o molestia, y el rojo puede representar enojo, frustración o necesidad de pausa.
  Esta actividad favorece la regulación emocional y ayuda a que el niño identifique cuándo necesita detenerse, respirar, descansar o pedir apoyo.

- **Espacio de conversación familiar:** promover momentos tranquilos donde la familia pueda preguntarle de manera sencilla cómo se siente, qué quiere hacer, qué le molesta, qué necesita, si quiere jugar, si desea descansar o si necesita ayuda.
  Esta actividad fortalece la comunicación familiar y permite que Dylan cuente con espacios seguros para expresar sus emociones de acuerdo con sus posibilidades.

- **Actividad "Cuando me enojo puedo…":** elaborar una ficha visual con opciones concretas para usar cuando Dylan se sienta molesto, como respirar, pedir ayuda, tomar agua, escuchar música, descansar un momento, abrazar un objeto de agrado o señalar una tarjeta de emoción.
  Esta actividad favorece el manejo de la irritabilidad y le brinda herramientas claras para afrontar momentos de frustración.

- **Rutina visual de higiene personal:** elaborar una secuencia con imágenes grandes y sencillas sobre el baño y los hábitos de higiene, incluyendo pasos como preparar la ropa, entrar al baño, bañarse, secarse, vestirse, peinarse y recoger sus elementos personales.
  Esta actividad favorece la autonomía básica, la comprensión de la rutina y la participación progresiva en hábitos de autocuidado.

- **Actividad "Primero y después" para higiene:** utilizar tarjetas visuales para organizar actividades como: primero bañarse y después jugar; primero lavarse las manos y después comer; primero cepillarse y después ver televisión.

Esta actividad ayuda a mejorar el seguimiento de instrucciones, la aceptación de rutinas y la transición entre actividades que pueden generar resistencia.

- **Juegos familiares guiados:** continuar promoviendo espacios de juego en compañía de la familia, teniendo en cuenta que jugar hace parte de sus actividades significativas.
  Esta actividad fortalece la interacción familiar, la atención, la comunicación, el seguimiento de reglas sencillas y el vínculo afectivo dentro del hogar.
- **Actividad de fútbol acompañado:** fortalecer espacios relacionados con el fútbol, de acuerdo con su interés, edad, disposición y posibilidades de participación.
  Esta actividad favorece la movilidad, la coordinación, la motivación, la regulación de energía, el seguimiento de normas y la socialización progresiva.

- **Participación en la Fundación Seres:** continuar fortaleciendo su vinculación con las actividades lúdico-pedagógicas desarrolladas en la Fundación Seres.
  Esta actividad favorece la interacción social, el aprendizaje, la participación en espacios estructurados, la estimulación y el fortalecimiento de redes de apoyo externas a la familia.

- **Calendario visual de rutina diaria:** elaborar una rutina con imágenes o palabras sencillas que incluya alimentación, higiene, baño, descanso, juego, caminata, televisión, música, fútbol, actividades en la Fundación Seres, tiempo en familia y hora de dormir.
  Esta actividad brinda estructura, seguridad y anticipación frente a las actividades del día, favoreciendo la concentración y disminuyendo tensiones asociadas a cambios o instrucciones.

- **Actividad "Lo que me gusta hacer":** elaborar una ficha visual con actividades que le generen bienestar, como salir a caminar, jugar, ver televisión, escuchar música, salir a comer, practicar fútbol y participar en actividades de la Fundación Seres.
  Esta actividad permite identificar intereses personales y fortalecer actividades significativas dentro de su rutina diaria.

- **Ejercicios de atención y concentración:** realizar actividades como emparejar imágenes, clasificar objetos por color o tamaño, armar rompecabezas sencillos, seguir instrucciones cortas, reconocer figuras, completar secuencias simples o buscar objetos dentro del hogar.
  Estas actividades favorecen la concentración, la atención, el seguimiento de instrucciones y la participación activa en tareas acordes con su edad y condición.

- **Rutina de sueño y descanso:** establecer momentos previos al sueño con actividades tranquilas, como disminuir estímulos, guardar juguetes, escuchar música suave, conversar brevemente, realizar respiraciones lentas y mantener un ambiente cómodo.
  Esta actividad favorece el descanso y puede ayudar a disminuir los despertares nocturnos ocasionales.

- **Momentos de pausa durante el día:** incluir pausas breves cuando se observe cansancio, irritabilidad, cambios de humor o dificultad para continuar una actividad.
  Esta actividad ayuda a prevenir sobreestimulación, favorece la regulación emocional y permite que Dylan retome la rutina con mayor tranquilidad.

- **Refuerzo positivo:** reconocer sus logros y esfuerzos con frases como “lo hiciste bien”, “gracias por intentarlo”, “eres importante”, “puedes pedir ayuda”, “muy bien por bañarte”, “eres valioso” o “me gusta verte tranquilo”.
  Esta actividad fortalece su autoestima, seguridad emocional, motivación para participar y disposición frente a los hábitos de autocuidado.

DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR / A Francy Yuliet Calle Sánchez	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 18/06/2026

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 **Francy Yuliet Calle Sánchez**, cuidadora principal del niño **Dylan Calle Sánchez**, con el propósito de fortalecer su bienestar físico, emocional, familiar y personal frente a las responsabilidades que implica el proceso de cuidado, especialmente teniendo en cuenta la presencia de **sobrecarga ligera**, el estrés relacionado con la conducta de Dylan, la percepción de rebeldía, la falta de pautas de crianza para manejar algunas situaciones, las dificultades del niño en hábitos de higiene, la preocupación frente al futuro, la presión económica y la autoexigencia frente al rol de cuidado.

Teniendo en cuenta que la cuidadora obtuvo un puntaje de **48 puntos en la Escala de Carga del Cuidador de Zarit**, se identifica **sobrecarga ligera**, según los puntos de referencia de la escala. Este resultado permite reconocer que Francy Yuliet presenta una carga emocional y personal asociada al cuidado, especialmente relacionada con el manejo cotidiano de la conducta de Dylan, la dificultad para establecer rutinas claras, la percepción de que él solicita más ayuda de la que realmente necesita y la necesidad de fortalecer pautas de crianza acordes con su condición.

Se reconoce que Francy Yuliet asume el cuidado desde la responsabilidad, la permanencia y el vínculo afectivo. No se evidencian sentimientos de vergüenza, rechazo, enojo constante, agobio severo, pérdida de

control sobre su vida ni afectación significativa en su salud, vida privada o vida social. Estos aspectos reflejan estabilidad general frente al rol que desempeña y disposición para continuar acompañando a Dylan. Sin embargo, también se identifican tensiones emocionales importantes relacionadas con la conducta, la higiene, la irritabilidad y la organización de hábitos cotidianos.

Asimismo, se evidencia una preocupación significativa frente al futuro de Dylan. Esta preocupación puede estar relacionada con su discapacidad cognitiva, su autonomía, su comportamiento, sus hábitos de higiene, su capacidad para desenvolverse en la vida cotidiana y la necesidad de acompañamiento permanente. Esta carga no se concentra únicamente en las actividades del presente, sino también en la incertidumbre frente a su desarrollo y a la manera en que podrá fortalecer su independencia con el paso del tiempo.

De igual manera, se identifica una preocupación económica importante, reflejada en la percepción de no disponer de dinero suficiente para cuidar a Dylan además de cubrir otros gastos. Esta dimensión añade presión a la experiencia cotidiana, especialmente cuando las necesidades del niño, el acompañamiento, las rutinas, la participación institucional, el transporte, la alimentación y las responsabilidades del hogar se combinan con recursos limitados.

También se observa una autoexigencia marcada en Francy Yuliet, expresada en la percepción de que debería hacer más por Dylan y que podría cuidarlo mejor. Este aspecto puede relacionarse con la sensación de no contar con suficientes pautas de crianza para manejar algunas conductas, con el estrés frente a la rebeldía percibida, con la dificultad para sostener hábitos de higiene y con la frustración que puede aparecer cuando el niño no expresa claramente lo que siente o necesita.

Finalmente, se recomienda mantener actividades familiares compartidas que permitan que el cuidado no se centre únicamente en correcciones, responsabilidades o manejo de conductas, sino también en momentos de juego, caminatas, televisión, música, salidas ocasionales a comer, fútbol, actividades de la Fundación Seres, escucha, tranquilidad y afecto. Estos espacios fortalecen el vínculo entre Dylan y Francy Yuliet, favorecen la estabilidad emocional del niño y permiten que la dinámica de cuidado conserve un componente afectivo, protector y significativo.

- **Organización de rutinas diarias:** llevar un calendario visual donde se registren actividades de Dylan, como alimentación, higiene, baño, descanso, juego, caminatas, televisión, música, fútbol, actividades en la Fundación Seres, momentos familiares y hora de dormir.
  ¿Por qué? Facilita la organización del cuidado, disminuye la tensión frente a los cambios y ayuda a mantener una rutina clara y comprensible para el niño.

- **Acompañamiento en la expresión emocional:** permitir que Dylan exprese tristeza, enojo, cansancio, frustración o malestar mediante imágenes, tarjetas de emociones, gestos, dibujos, palabras sencillas o cambios de ánimo observados.
  ¿Por qué? La expresión emocional ayuda a comprender sus necesidades y disminuye la posibilidad de que el malestar se manifieste únicamente como irritabilidad o cambios de humor.

- **Manejo de la irritabilidad y cambios de humor:** cuando Dylan se muestre irritable o presente cambios de humor, hablarle con tono calmado, ofrecer una pausa, utilizar tarjetas de emociones, proponer respiración sencilla o cambiar hacia una actividad tranquila.
  ¿Por qué? Una respuesta organizada ayuda a regular la emoción del niño y disminuye la tensión familiar.

- **Manejo de conductas percibidas como rebeldía:** observar qué ocurre antes, durante y después de la conducta, identificando si existe cansancio, dificultad para comprender una instrucción, rechazo a una rutina, incomodidad con el baño, frustración o necesidad de pausa.
  ¿Por qué? Comprender el origen de la conducta permite responder con mayor claridad y reduce la sensación de no contar con pautas suficientes.

- **Fortalecimiento de hábitos de higiene:** establecer horarios, pasos visuales y refuerzos positivos para actividades como bañarse, lavarse las manos, cepillarse y organizar sus elementos personales.
  ¿Por qué? Las rutinas visuales favorecen la autonomía, la repetición, la comprensión y la aceptación progresiva del autocuidado.

- **Actividad "Mi red de apoyo":** elaborar un listado con familiares, Fundación Seres, personas cercanas, profesionales o instituciones que puedan brindar apoyo ocasional en acompañamiento, orientación, actividades lúdico-pedagógicas, juego o momentos de relevo.
  ¿Por qué? Permite reconocer que el cuidado puede compartirse y que no debe recaer únicamente sobre la cuidadora principal.

- **Actividad "Lo que puedo delegar":** identificar actividades que otras personas podrían apoyar, como jugar con Dylan, acompañarlo en una caminata, practicar fútbol, compartir televisión, llevarlo a actividades de la Fundación Seres, acompañar rutinas de higiene o estar pendiente durante un momento del día.
  ¿Por qué? Delegar responsabilidades ayuda a disminuir la presión emocional y permite que la cuidadora recupere espacios personales.

- **Manejo de la preocupación frente al futuro:** conversar en familia sobre las necesidades de Dylan, sus hábitos de autocuidado, su participación en la Fundación Seres, sus intereses, su autonomía progresiva y las personas que pueden apoyar su proceso.
  ¿Por qué? Hablar sobre el futuro ayuda a disminuir la ansiedad anticipatoria y permite organizar con mayor claridad las responsabilidades familiares.

- **Manejo de la presión económica:** revisar en familia los gastos relacionados con el cuidado, las necesidades del hogar, la participación institucional, el transporte, la alimentación y los recursos disponibles.
  ¿Por qué? Organizar la situación económica ayuda a disminuir la tensión y permite planear mejor las responsabilidades del hogar.

- **Cuidado de la autoexigencia:** reconocer que cuidar no significa hacerlo todo perfecto, y que fortalecer hábitos, pautas de crianza y manejo de conductas es un proceso gradual.
  ¿Por qué? Disminuir la autoexigencia ayuda a prevenir frustración, culpa y sensación de insuficiencia frente al rol de cuidado.

- **Cuidado de la salud emocional de la cuidadora:** estar atenta a señales como estrés frecuente, irritabilidad, cansancio emocional, frustración, preocupación constante, sensación de no saber qué hacer, ansiedad o dificultad para descansar.
  ¿Por qué? Reconocer estas señales permite buscar apoyo oportunamente y proteger el bienestar emocional de la cuidadora.

- **Pausas de autocuidado:** realizar pausas breves durante el día para descansar, respirar, tomar agua, caminar, escuchar música, orar, conversar con alguien de confianza o realizar una actividad agradable.
  ¿Por qué? Las pausas ayudan a conservar el bienestar físico y emocional, especialmente cuando existen momentos de estrés asociados al cuidado.

- **Espacios de expresión emocional para la cuidadora:** permitir momentos para hablar sobre cansancio, estrés, preocupación económica, manejo de conductas, hábitos de higiene, responsabilidades del hogar o sentimientos asociados al rol de cuidadora.
  ¿Por qué? Expresar emociones favorece un afrontamiento saludable y evita que la tensión se acumule de manera silenciosa.

- **Fortalecimiento del apoyo institucional:** mantener comunicación con la Fundación Seres, teniendo en cuenta que Dylan participa en actividades lúdico-pedagógicas y recibe apoyo emocional en este espacio.
  ¿Por qué? El apoyo institucional fortalece la red de acompañamiento y permite que la cuidadora cuente con más referentes para comprender y manejar algunas situaciones.

- **Fortalecimiento de actividades compartidas:** mantener espacios como salir a caminar, jugar, ver televisión, escuchar música, salir a comer en ocasiones, practicar fútbol y participar en actividades de la Fundación Seres.
  ¿Por qué? Estas actividades fortalecen el vínculo familiar y permiten que el cuidado también incluya disfrute, cercanía y afecto.

- **Actividad “Reconozco mi esfuerzo”:** elaborar una lista de acciones positivas que realiza como cuidadora, como acompañar, orientar, sostener rutinas, apoyar hábitos de higiene, escuchar, brindar afecto, buscar alternativas y permanecer presente en el proceso de Dylan.
  ¿Por qué? Reconocer sus esfuerzos fortalece su seguridad en el rol de cuidado y disminuye la sensación de que debería hacerlo todo mejor.

- **Prevención del aumento de la sobrecarga:** debido a que actualmente se identifica sobrecarga ligera, continuar observando señales como estrés frecuente, frustración ante conductas, preocupación económica constante, sensación de asumir sola el cuidado, cansancio emocional, dificultad para establecer rutinas o pérdida de motivación.
  ¿Por qué? La prevención permite actuar antes de que la carga aumente y afecte de manera importante el bienestar de la cuidadora y la dinámica familiar.

