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: Emiliano Vargas Rivera	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 02/06/2026

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 **Emiliano Vargas Rivera**, con el propósito de fortalecer su bienestar emocional, familiar, social, conductual y funcional, teniendo en cuenta su diagnóstico de **autismo**, su edad de **6 años**, las características propias de su etapa de desarrollo, la presencia de hiperactividad, las dificultades ocasionales para el seguimiento de instrucciones, las dificultades a veces para concentrarse durante sus actividades diarias y la necesidad de continuar fortaleciendo sus habilidades comunicativas, sociales, emocionales y de participación en los diferentes entornos en los que se desenvuelve.

Actualmente, Emiliano cuenta con el acompañamiento de su madre y cuidadora principal, la señora **Anyi Vanessa Rivera Arango**, quien representa una figura fundamental dentro de su proceso de cuidado, orientación, acompañamiento cotidiano y apoyo emocional. Se identifica que el niño participa en actividades familiares como jugar, compartir, ver televisión y salir, lo cual constituye un factor protector importante para su desarrollo afectivo, su seguridad emocional y su vinculación con el entorno familiar.

Teniendo en cuenta que durante la valoración se identificó que Emiliano sí le cuenta a su familia cuando tiene algún problema o se siente triste, se reconoce la existencia de canales de comunicación emocional dentro del hogar. Este aspecto resulta favorable, ya que permite que el niño pueda expresar sus emociones, necesidades o malestares dentro de un entorno cercano y protector. La familia cumple un papel importante en la escucha, la contención y la orientación de sus respuestas emocionales,

especialmente en una etapa del desarrollo en la que requiere acompañamiento constante para comprender, nombrar y regular lo que siente.
Asimismo, se evidencia que Emiliano presenta dificultades ocasionales para concentrarse, asociadas a su diagnóstico de autismo y a características como la hiperactividad y las dificultades para el seguimiento de instrucciones. Estas condiciones pueden incidir en la permanencia en actividades, la comprensión de normas, la organización de tareas, la respuesta ante límites y la participación en espacios estructurados. Por ello, resulta importante que sus actividades diarias se desarrollen en un ambiente organizado, afectivo, predecible y adaptado a su edad, favoreciendo instrucciones sencillas, rutinas claras y acompañamiento constante.

De igual manera, se identifica como aspecto favorable el interés de Emiliano por el **fútbol**, lo cual representa una oportunidad significativa para fortalecer su desarrollo físico, su interacción social, su regulación de energía, su participación grupal y el aprovechamiento del tiempo libre. También se evidencia que participa en espacios externos al hogar, especialmente con personas de la **Fundación Seres**, donde realiza actividades como jugar, hacer actividades y practicar deporte. Estos espacios amplían su red de apoyo, favorecen el aprendizaje de normas sociales y fortalecen sus habilidades de interacción.

En cuanto a las redes de apoyo emocional, se reconoce que Emiliano cuenta tanto con apoyo familiar como con acompañamiento en espacios externos, ya que refiere recibir apoyo emocional cuando se siente triste o enojado. Este aspecto resulta positivo para su desarrollo integral, pues permite que el niño no dependa únicamente del núcleo familiar, sino que también cuente con otros entornos de apoyo, interacción y contención emocional.

En el área de autocuidado, se identifican condiciones estables relacionadas con el sueño, la alimentación y el comportamiento general. Emiliano refiere descansar plenamente, no presenta cansancio con mayor facilidad, no se muestra más irritable de lo habitual, no reporta cambios significativos en la alimentación y no presenta despertares frecuentes durante la noche. Estos elementos reflejan estabilidad en hábitos básicos y favorecen su bienestar cotidiano.

Finalmente, se reconoce que Emiliano 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 aspectos evidencian una autopercepción positiva y un estado emocional estable dentro de su contexto actual. No obstante, se identifican necesidades relacionadas con el fortalecimiento de la concentración, el seguimiento de instrucciones, la regulación de la hiperactividad, la participación en actividades estructuradas, la continuidad de espacios deportivos y el acompañamiento familiar e institucional en su proceso de desarrollo.

- 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, entusiasmo, miedo, sorpresa, tranquilidad y cansancio, para que Emiliano pueda señalar cómo se siente durante el día.
  Esta actividad facilita la expresión emocional, fortalece la comunicación con su familia y permite que el niño continúe reconociendo sus emociones de manera sencilla y acorde con su edad.

- **Actividad "Semáforo de emociones":** utilizar los colores verde, amarillo y rojo para ayudar a Emiliano a identificar su estado emocional. El color verde puede representar calma o alegría, el amarillo puede representar inquietud o cansancio, y el rojo puede representar enojo, frustración o necesidad de pausa.
  Esta actividad favorece la regulación emocional, especialmente en momentos de hiperactividad, dificultad para seguir instrucciones o necesidad de organizar su conducta.

- **Juegos familiares guiados:** continuar promoviendo juegos sencillos en compañía de la familia, teniendo en cuenta que jugar hace parte de sus actividades significativas dentro del hogar.
  Esta actividad fortalece la interacción familiar, la atención, la comunicación, la participación activa y el vínculo afectivo con su entorno cercano.

- **Actividad de fútbol acompañado:** fortalecer espacios de juego relacionados con el fútbol, de acuerdo con sus intereses, edad, energía y posibilidades de participación.
  Esta actividad favorece la movilidad, la coordinación, la regulación de energía, el seguimiento de reglas sencillas, la socialización y el disfrute del tiempo libre.

- **Participación en actividades de la Fundación Seres:** continuar fortaleciendo su vinculación con actividades recreativas, deportivas y de aprendizaje dentro de la fundación.
  Esta actividad favorece la interacción con otras personas, el reconocimiento de normas sociales, la participación grupal, el desarrollo de habilidades emocionales y la ampliación de su red de apoyo.

- **Calendario visual de rutina diaria:** elaborar una rutina con imágenes o palabras sencillas que incluya alimentación, higiene, descanso, juego, televisión, salidas, fútbol, actividades de la fundación, momentos de tranquilidad y espacios familiares.
  Esta actividad brinda estructura, seguridad y anticipación frente a las actividades del día, favoreciendo la comprensión de la rutina y disminuyendo posibles dificultades asociadas al seguimiento de instrucciones.

- **Actividad "Primero y después":** utilizar imágenes o tarjetas para organizar actividades en secuencia, por ejemplo: primero recoger juguetes y después jugar; primero bañarse y después ver televisión; primero hacer una actividad y después descansar.
  Esta actividad favorece la comprensión de instrucciones, la organización de tareas, la anticipación y la tolerancia frente a los cambios de actividad.

- **Actividad "Lo que me gusta hacer":** elaborar una ficha visual con actividades que le generen bienestar, como jugar, compartir con la familia, ver televisión, salir, practicar fútbol, asistir a la fundación, hacer deporte y participar en actividades.
  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.

- **Momentos de pausa y calma:** establecer espacios breves de descanso durante el día, especialmente después de actividades de mayor movimiento o cuando se observe inquietud, cansancio o dificultad para seguir instrucciones.
  Esta actividad favorece la regulación de la energía, el descanso y la organización emocional.

- **Ejercicios de respiración y relajación:** realizar respiraciones lentas en un ambiente tranquilo, utilizando instrucciones sencillas como “tomar aire” y “soltar aire”, acompañadas de gestos, imágenes o conteos cortos.
  Esta actividad puede realizarse en momentos de enojo, inquietud, hiperactividad, frustración o dificultad para continuar una actividad.

- **Refuerzo positivo:** reconocer sus logros y esfuerzos con frases como “lo hiciste bien”, “gracias por intentarlo”, “eres importante”, “me gusta jugar contigo”, “estás aprendiendo”, “eres valioso” o “muy bien por seguir la instrucción”.
  Esta actividad fortalece su autoestima, seguridad emocional, motivación para participar y disposición para seguir orientaciones dentro de la rutina.

DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR / A Anyi Vanessa Rivera Arango	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 02/06/2026

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 **Anyi Vanessa Rivera Arango**, cuidadora principal y madre del niño **Emiliano Vargas Rivera**, con el propósito de fortalecer su bienestar físico, emocional, familiar y personal frente a las responsabilidades que implica el proceso de cuidado de un niño con diagnóstico de autismo, hiperactividad, dificultades ocasionales para el seguimiento de instrucciones y necesidad de acompañamiento constante en su proceso de desarrollo.

Teniendo en cuenta que la cuidadora obtuvo un puntaje de **42 puntos en la Escala de Carga del Cuidador de Zarit**, se identifica la presencia de una **sobrecarga leve a moderada**, de acuerdo con la conclusión de la escala aplicada. Este resultado permite reconocer que, aunque la señora Anyi Vanessa mantiene un funcionamiento adecuado en su vida cotidiana, existen demandas asociadas al cuidado que generan exigencias emocionales, personales, familiares y económicas.

Se reconoce que la señora Anyi Vanessa asume el cuidado desde la responsabilidad, el vínculo materno, la cercanía afectiva y el acompañamiento constante. Sin embargo, también se identifican elementos importantes relacionados con la percepción de dependencia del niño hacia su figura de cuidado, la preocupación por su futuro, la limitación de algunos espacios personales, la percepción de que podría hacer más por él y las dificultades económicas para cubrir tanto los gastos asociados al cuidado como las necesidades del hogar.
Asimismo, se evidencia que la cuidadora no manifiesta sentimientos frecuentes de enfado, vergüenza, agobio o rechazo frente al cuidado de Emiliano. Tampoco refiere sentirse incapaz de continuar cuidando, haber perdido el control sobre su vida o presentar inseguridad frente a lo que debe hacer con su hijo. Estos aspectos reflejan que, aunque existe una carga leve a moderada, la relación de cuidado se mantiene desde el afecto, la estabilidad y la disposición para continuar acompañando el desarrollo del niño.

De igual manera, se identifica que uno de los factores de mayor peso dentro de la dinámica familiar corresponde a la preocupación económica, ya que la escala refleja una puntuación elevada en la percepción de dificultad para cubrir los gastos relacionados con el cuidado del menor y las necesidades del hogar. Esta situación puede generar tensión en la organización familiar y en la planificación de actividades cotidianas, especialmente cuando se combina con las demandas de tiempo que implica el cuidado de un niño que requiere acompañamiento constante.

Finalmente, se recomienda mantener actividades familiares compartidas que permitan que el cuidado no se centre únicamente en responsabilidades, sino también en momentos de juego, deporte, salidas, televisión, participación en la fundación, conversación, cercanía y afecto. Estos espacios fortalecen el vínculo entre Emiliano y Anyi Vanessa, favorecen la estabilidad emocional de ambos 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 Emiliano, como alimentación, higiene, descanso, juego, televisión, salidas, fútbol, actividades en la

Fundación Seres, momentos de tranquilidad y espacios familiares.
¿Por qué? Facilita la organización del cuidado y ayuda a mantener una rutina clara, estable y comprensible para el niño.



- **Acompañamiento en el seguimiento de instrucciones:** utilizar indicaciones cortas, claras y repetitivas, apoyadas con imágenes, gestos o ejemplos sencillos.
  ¿Por qué? Las instrucciones simples favorecen la comprensión, disminuyen la frustración y ayudan a organizar la conducta del niño.

- **Actividad "Mi red de apoyo":** elaborar un listado con familiares, personas cercanas, docentes, profesionales o integrantes de la Fundación Seres que puedan brindar apoyo ocasional en acompañamiento, orientación, actividades recreativas, deporte o momentos de relevo.
  ¿Por qué? Permite reconocer que el cuidado puede compartirse y prevenir que recaiga únicamente sobre una persona.

- **Actividad "Lo que puedo delegar":** identificar actividades que otras personas podrían apoyar, como acompañar a Emiliano en el juego, llevarlo a actividades deportivas, estar pendiente durante un momento del día, apoyar tareas sencillas o acompañarlo en espacios de la fundación.
  ¿Por qué? Delegar responsabilidades ayuda a mantener equilibrio y disminuir la carga asociada al cuidado

.

- **Manejo de la preocupación frente al futuro:** conversar en familia sobre posibles apoyos, necesidades futuras, continuidad de actividades, proceso educativo, participación en la fundación, desarrollo de habilidades y bienestar de Emiliano.
  ¿Por qué? Hablar sobre el futuro ayuda a disminuir la ansiedad anticipatoria y permite organizar con mayor tranquilidad las posibilidades de cuidado y acompañamiento.

- **Manejo de la presión económica:** revisar en familia los gastos relacionados con el cuidado, las necesidades del hogar, los recursos disponibles y las posibilidades de apoyo institucional o familiar.
  ¿Por qué? Organizar la situación económica ayuda a disminuir la tensión y permite planear de manera más clara las responsabilidades del hogar.

- **Cuidado del tiempo personal de la cuidadora:** identificar momentos durante la semana en los que la señora Anyi Vanessa pueda descansar, realizar una actividad personal, conversar con alguien de confianza, salir brevemente o atender asuntos propios.
  ¿Por qué? Recuperar espacios personales ayuda a disminuir la carga y favorece el bienestar emocional de la cuidadora.

- **Cuidado de la salud emocional de la cuidadora:** estar atenta a señales como cansancio frecuente, irritabilidad, preocupación constante, tristeza, ansiedad, sensación de no tener tiempo, dificultad para descansar o pérdida de interés en actividades personales.
  ¿Por qué? Reconocer estas señales permite buscar apoyo oportunamente y proteger su bienestar emocional.

- **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 y prevenir el aumento progresivo de la carga.

- **Espacios de expresión emocional:** permitir momentos para hablar sobre preocupaciones, cansancio, situación económica, futuro de Emiliano, responsabilidades del hogar o sentimientos asociados al rol de madre cuidadora.
  ¿Por qué? Expresar emociones favorece un afrontamiento saludable y evita que las preocupaciones

se acumulen.

- **Manejo de la hiperactividad de Emiliano:** cuando se observe aumento de actividad motora o dificultad para seguir instrucciones, ofrecer actividades estructuradas, pausas breves, juego físico controlado, respiración sencilla o cambio hacia una actividad tranquila.
  ¿Por qué? Una respuesta organizada ayuda a regular la energía, disminuir la tensión y favorecer la continuidad de la rutina.
- **Fortalecimiento de actividades compartidas:** mantener espacios como jugar, compartir, ver televisión, salir, practicar fútbol, hacer deporte y participar en actividades de la Fundación Seres.
  ¿Por qué? Estas actividades fortalecen el vínculo familiar, favorecen la socialización 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, jugar, apoyar el desarrollo de Emiliano, llevarlo a actividades, estar pendiente, brindar afecto y sostener su rutina diaria.
  ¿Por qué? Reconocer sus esfuerzos fortalece su seguridad en el rol de cuidado y disminuye la sensación de autoexigencia.

- **Prevención del aumento de la sobrecarga:** debido a que actualmente se identifica carga leve a moderada, continuar observando señales como cansancio frecuente, preocupación económica constante, falta de tiempo personal, irritabilidad, tristeza, sensación de no tener apoyo o dificultad para descansar.
  ¿Por qué? La prevención permite actuar antes de que la carga aumente y afecte de manera importante el bienestar de la cuidadora.

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

