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: Carlos Arturo Romero Rendón	**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 señor **Carlos Arturo Romero Rendón**, con el propósito de fortalecer su bienestar emocional, familiar, social y funcional, teniendo en cuenta su diagnóstico de **síndrome de Down**, las dificultades de concentración asociadas a su discapacidad, los episodios ocasionales de irritabilidad, especialmente cuando recibe instrucciones que no desea acatar, la dificultad para comunicar abiertamente cuando se siente triste o atraviesa algún problema, y la necesidad de continuar fortaleciendo su autonomía, su comunicación emocional y la convivencia familiar.

Actualmente, el señor Carlos Arturo cuenta con el acompañamiento de su hermano y cuidador principal, el señor **Luis Ancizar Ramírez Rendón**, quien representa una figura importante dentro de su proceso de cuidado, apoyo familiar y acompañamiento cotidiano. Se identifica que Carlos Arturo participa en actividades sencillas dentro del hogar, como hablar y ver televisión, las cuales constituyen espacios de interacción, convivencia y cercanía familiar. Además, manifiesta sentirse apoyado por su familia en sus gustos e intereses, lo que representa un factor protector importante para su bienestar emocional y su sentido de pertenencia.

Teniendo en cuenta que durante la valoración se identificó que Carlos Arturo no suele contarle a su familia cuando tiene algún problema o se siente triste, se considera importante fortalecer espacios de comunicación emocional adaptados a su capacidad de comprensión. Esta dificultad puede limitar la identificación directa de sus estados emocionales, preocupaciones, molestias o necesidades, haciendo

que su entorno familiar deba observar con atención sus cambios de conducta, su disposición para interactuar, sus respuestas ante instrucciones y sus episodios de irritabilidad.

Asimismo, se evidencia que Carlos Arturo presenta dificultades para concentrarse debido a su discapacidad. No obstante, también se reconoce que conserva un nivel importante de independencia en sus actividades cotidianas, aspecto que favorece su autoestima, su sentido de utilidad y su participación dentro del hogar. Esta autonomía representa una fortaleza dentro de su vida diaria, por lo que resulta importante mantener actividades acordes con sus capacidades, respetando su ritmo, su forma de comprensión y sus posibilidades funcionales.

De igual manera, se identifica que Carlos Arturo no manifiesta interés en participar en actividades deportivas u otras dinámicas estructuradas adicionales. Sin embargo, mantiene interacción con amigos, con quienes comparte espacios de conversación y socialización. Esta red de apoyo externa constituye un factor favorable, ya que amplía sus posibilidades de integración social más allá del núcleo familiar y le permite contar con otros espacios de compañía, comunicación y apoyo emocional.

En el área de autocuidado, Carlos Arturo presenta condiciones estables. Refiere descansar bien, no despertarse con frecuencia durante la noche, no sentirse cansado con mayor facilidad y no presentar cambios significativos en la alimentación. Estos aspectos reflejan estabilidad en hábitos básicos como el sueño, la energía y el apetito. No obstante, se registra irritabilidad en ocasiones, especialmente en contextos en los que recibe indicaciones, normas o instrucciones que no desea seguir. Esta situación puede estar relacionada con la forma en que procesa las instrucciones, con su nivel de tolerancia frente a la autoridad o con la dificultad para expresar desacuerdo de manera verbal y calmada.

En cuanto al estado emocional, Carlos Arturo no se percibe como una carga para los demás, se reconoce como una persona valiosa, no refiere sentirse triste la mayor parte del día y no se muestra desmotivado frente a su futuro. Estos elementos reflejan una autopercepción positiva y una estabilidad emocional general. Sin embargo, manifiesta que siente que la mayoría de sus problemas no tienen solución, aspecto que puede estar relacionado con su forma de comprender situaciones complejas, con dificultades para expresar sus preocupaciones o con la necesidad de mayor acompañamiento en la búsqueda de alternativas sencillas frente a los problemas cotidianos.

Finalmente, se reconoce que Carlos Arturo presenta una dinámica general estable, con adecuada integración familiar y social, independencia funcional significativa y presencia de redes de apoyo tanto familiares como externas. No obstante, también se identifican aspectos que requieren acompañamiento, especialmente la expresión emocional, la comprensión de instrucciones, el manejo de la irritabilidad, la concentración y la percepción de que algunos problemas no tienen solución. Estos elementos permiten orientar el acompañamiento hacia el fortalecimiento de su bienestar emocional, su autonomía, su comunicación familiar y su participación social.

- **Sopa de letras de autonomía, familia y amistad:** realizar una sopa de letras sencilla, con letra grande y acompañamiento familiar

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

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

CARLOS, ARTURO, FAMILIA, HERMANO, AMIGOS, HABLAR, TELEVISIÓN, APOYO, CALMA, VALOR, AUTONOMÍA, PACIENCIA, ESCUCHA, RESPETO, CONVIVENCIA, TRANQUILIDAD, CUIDADO, BIENESTAR.

- **Actividad "Mis emociones":** utilizar tarjetas, imágenes o dibujos con emociones como alegría, tristeza, enojo, calma, tranquilidad, preocupación, molestia, paciencia y satisfacción, para que el señor Carlos Arturo pueda señalar cómo se siente durante el día.
  Esta actividad facilita la expresión emocional, especialmente porque durante la valoración se identificó que no suele comunicar abiertamente a su familia cuando tiene un problema o se siente triste.

- **Espacio de conversación familiar:** promover espacios tranquilos de diálogo mediante preguntas sencillas como: ¿cómo se siente hoy?, ¿qué quiere hacer?, ¿quiere hablar?, ¿quiere ver televisión?, ¿qué le molestó?, ¿qué le ayuda a estar tranquilo?, ¿qué problema quiere resolver?
  Esta actividad fortalece la comunicación familiar y permite identificar necesidades emocionales, inconformidades, intereses y posibles situaciones de malestar.

- **Actividad "Cuando algo me molesta":** utilizar imágenes, frases cortas o ejemplos cotidianos para que Carlos Arturo pueda identificar situaciones que le generan molestia, especialmente cuando recibe instrucciones que no desea acatar.
  Esta actividad permite reconocer los momentos que pueden generar irritabilidad y favorece la expresión de inconformidades de una manera más tranquila y comprensible.

- **Rutina de instrucciones sencillas:** utilizar indicaciones claras, breves y dadas paso a paso, procurando que Carlos Arturo comprenda qué se espera de él y por qué se le está dando determinada orientación.
  Esta actividad favorece la comprensión, disminuye la resistencia frente a las normas y ayuda a prevenir episodios de irritabilidad.

- **Actividad "Soluciones pequeñas":** presentar situaciones cotidianas y buscar junto a Carlos Arturo alternativas sencillas, por ejemplo: "si algo me molesta, puedo decirlo", "si no entiendo una instrucción, puedo preguntar", "si estoy bravo, puedo respirar", "si tengo un problema, puedo hablar con mi hermano".
  Esta actividad ayuda a trabajar la percepción de que los problemas no tienen solución, fortaleciendo la búsqueda de respuestas simples y posibles dentro de su vida diaria.

- **Fortalecimiento de la autonomía diaria:** mantener actividades que Carlos Arturo pueda realizar de manera independiente, acordes con sus capacidades, como organizar objetos personales, participar en tareas sencillas del hogar, elegir actividades de descanso o colaborar en acciones cotidianas.
  Esta actividad favorece su autoestima, sentido de utilidad, independencia y participación activa dentro del hogar.

- **Calendario visual de rutina diaria:** elaborar una rutina con imágenes o palabras sencillas que incluya alimentación, higiene, descanso, televisión, conversación familiar, actividades con amigos, tareas sencillas, momentos de tranquilidad y espacios de convivencia.
  Esta actividad brinda estructura, seguridad y anticipación frente a las actividades del día, favoreciendo la organización y comprensión de su rutina.

- **Actividad "Lo que me gusta hacer":** elaborar una ficha con actividades que le generen bienestar, como hablar, ver televisión, compartir con la familia, conversar con amigos, descansar, ayudar en casa o realizar actividades tranquilas.
  Esta actividad permite identificar intereses personales y fortalecer actividades significativas dentro de

su rutina diaria.

- **Encuentros o conversaciones con amigos:** mantener, de acuerdo con sus posibilidades, espacios de interacción con amigos, en los cuales pueda conversar, compartir y sentirse acompañado fuera del entorno familiar.
  Esta actividad favorece la integración social, la comunicación, el sentido de pertenencia y el fortalecimiento de redes de apoyo externas.

- **Ejercicios de atención y concentración:** realizar actividades como emparejar imágenes, clasificar objetos, reconocer colores, completar palabras sencillas, seguir instrucciones cortas, ordenar elementos del hogar o recordar actividades realizadas durante el día.
  Estas actividades favorecen la concentración, la memoria, la atención y la participación activa en actividades acordes con sus capacidades.

- **Ejercicios de respiración y relajación:** realizar respiraciones lentas en un ambiente tranquilo, inhalando suavemente y exhalando despacio, con acompañamiento familiar.
  Esta actividad puede realizarse en momentos de irritabilidad, enojo, resistencia a instrucciones, inquietud o dificultad para expresar lo que siente.

- **Refuerzo positivo:** reconocer sus logros y esfuerzos con frases como “lo hiciste bien”, “eres importante”, “puedes hacerlo”, “gracias por ayudar”, “nos gusta hablar contigo”, “eres valioso” o “qué bien que escuchaste la indicación”.
  Esta actividad fortalece su autoestima, seguridad emocional, motivación para participar y disposición frente a la convivencia familiar.

DATOS DE LA PERSONA CUIDADORA	
NOMBRE COMPLETO DEL CUIDADOR / A Luis Ancizar Ramírez Rendón	**FECHA DE INTERVENCIÓN:** 02/06/2026

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

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

Desde el área de Trabajo Social, se establecen las siguientes recomendaciones dirigidas al señor **Luis Ancizar Ramírez Rendón**, cuidador principal y hermano del señor **Carlos Arturo Romero Rendón**, 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 convivencia fraterna, la independencia funcional de Carlos Arturo, los episodios ocasionales de irritabilidad, la resistencia a algunas instrucciones y la necesidad de conservar una dinámica familiar estable y organizada.

Teniendo en cuenta que el cuidador obtuvo un puntaje de **30 puntos en la Escala de Carga del Cuidador de Zarit**, se identifica una **carga leve**, sin presencia de sobrecarga significativa. Este resultado permite reconocer que, al momento de la valoración, el señor Luis Ancizar no percibe el cuidado como una situación desbordante ni manifiesta afectación importante en su salud, vida personal, vida social o relaciones interpersonales. La dinámica de cuidado se encuentra favorecida por el nivel de independencia que conserva Carlos Arturo en varias actividades de la vida diaria.

Se reconoce que el señor Luis Ancizar asume el cuidado desde la responsabilidad, el vínculo fraterno y la organización familiar. Aunque no se evidencian indicadores de tensión constante, pérdida de control, temor significativo frente al futuro o afectación severa en su bienestar cotidiano, sí se identifican aspectos situacionales relacionados con episodios de enojo ocasional, leve sensación de agobio y percepción moderada de dependencia, especialmente en momentos en que Carlos Arturo presenta irritabilidad o resistencia a recibir instrucciones.

Asimismo, se evidencia que el cuidador no manifiesta sentirse avergonzado por la conducta de su hermano, no refiere que el cuidado interfiera de manera relevante en su vida privada o social, ni expresa sentirse incapaz de continuar cuidando. Estos aspectos reflejan una adaptación adecuada al rol, con estabilidad emocional predominante y una convivencia funcional. Sin embargo, los momentos de irritabilidad de Carlos Arturo pueden generar tensiones puntuales dentro de la interacción diaria.

De igual manera, se identifica una preocupación leve frente al aspecto económico y una percepción moderada de que podría desempeñar mejor su rol. Estos elementos reflejan sentido de responsabilidad y compromiso, sin que se observe una autoexigencia elevada. La presencia de una carga leve sugiere la importancia de mantener estrategias preventivas de autocuidado, comunicación familiar y manejo de situaciones conductuales para evitar que las tensiones ocasionales aumenten.

Finalmente, se recomienda mantener actividades familiares compartidas que permitan que el cuidado no se centre únicamente en indicaciones, normas o responsabilidades, sino también en momentos de conversación, televisión, tranquilidad, compañía, respeto, autonomía y afecto. Estos espacios fortalecen el vínculo entre Carlos Arturo y Luis Ancizar, favorecen la estabilidad emocional de ambos y permiten que la dinámica de cuidado conserve un componente fraterno, protector y significativo.

- **Organización de rutinas diarias:** llevar un calendario sencillo donde se registren actividades de Carlos Arturo, como alimentación, higiene, descanso, televisión, conversación familiar, actividades con amigos, tareas sencillas en casa y momentos de tranquilidad.

¿Por qué? Facilita la organización del cuidado y ayuda a mantener una rutina clara, estable y comprensible para la persona con discapacidad.

- **Acompañamiento en la expresión emocional:** permitir que Carlos Arturo exprese tristeza, enojo, molestia, preocupación o inconformidad mediante palabras sencillas, imágenes, gestos, conversación guiada o momentos de escucha tranquila.
  ¿Por qué? La expresión emocional ayuda a comprender sus necesidades y favorece que se sienta escuchado, acompañado y comprendido.

- **Manejo de instrucciones y normas:** dar indicaciones cortas, claras y respetuosas, evitando confrontaciones directas y explicando de manera sencilla lo que se espera de él.
  ¿Por qué? Las instrucciones simples y calmadas ayudan a disminuir la resistencia, favorecen la cooperación y reducen episodios de irritabilidad.

- **Actividad "Mi red de apoyo":** elaborar un listado con familiares, amigos, vecinos o personas cercanas que puedan brindar apoyo ocasional en acompañamiento, conversación, diligencias, actividades sociales o momentos de relevo.
  ¿Por qué? Permite reconocer que el cuidado puede compartirse y que existen apoyos familiares y sociales que fortalecen la dinámica cotidiana.

- **Actividad "Lo que puedo delegar":** identificar actividades que otras personas podrían apoyar, como acompañar a Carlos Arturo en una conversación, compartir televisión con él, realizar una diligencia, apoyar una tarea sencilla del hogar o facilitar espacios de socialización con amigos.
  ¿Por qué? Delegar responsabilidades ayuda a mantener equilibrio y prevenir desgaste futuro.

- **Manejo de la irritabilidad de Carlos Arturo:** cuando se muestre irritable o resistente a una instrucción, hablarle con tono calmado, evitar discusiones prolongadas, ofrecer una pausa y retomar la orientación cuando esté más tranquilo.
  ¿Por qué? Una respuesta tranquila ayuda a disminuir la tensión y favorece una mejor regulación emocional dentro de la convivencia.

- **Cuidado de la salud emocional del cuidador:** estar atento a señales como cansancio frecuente, irritabilidad, molestia constante, frustración, dificultad para descansar, preocupación económica o sensación de no tener apoyo.
  ¿Por qué? Reconocer estas señales permite buscar apoyo oportunamente y proteger el bienestar emocional del cuidador.

- **Pausas de autocuidado:** realizar pausas breves durante el día para descansar, respirar, tomar agua, caminar, conversar con alguien de confianza, escuchar música, orar o realizar una actividad personal agradable.
  ¿Por qué? Las pausas ayudan a conservar el bienestar y prevenir el aumento progresivo de la carga.

- **Espacios de expresión emocional para el cuidador:** permitir momentos para hablar sobre preocupaciones, convivencia, manejo de instrucciones, situaciones de irritabilidad, responsabilidades del hogar o dudas relacionadas con el cuidado.
  ¿Por qué? Expresar emociones favorece un afrontamiento saludable y evita que las molestias se acumulen.

- **Fortalecimiento de actividades compartidas:** mantener espacios como hablar, ver televisión, compartir en familia, conversar sobre el día, permitir actividades con amigos y realizar tareas sencillas de manera conjunta.
  ¿Por qué? Estas actividades fortalecen el vínculo fraterno y permiten que el cuidado también incluya cercanía, convivencia y afecto.

- **Actividad "Reconozco mi esfuerzo":** elaborar una lista de acciones positivas que realiza como cuidador, como acompañar, orientar, mantener la convivencia, respetar la autonomía de Carlos Arturo, apoyar sus gustos, estar pendiente y sostener la dinámica familiar.
  ¿Por qué? Reconocer sus esfuerzos fortalece su seguridad en el rol de cuidado y ayuda a mantener una percepción equilibrada de sus responsabilidades.

- **Prevención del aumento de la carga:** aunque actualmente solo se identifica carga leve, continuar observando señales como cansancio frecuente, irritabilidad constante, discusiones repetidas, sensación de agobio, preocupación económica o dificultad para manejar instrucciones.
  ¿Por qué? La prevención permite actuar antes de que la carga aumente y afecte de manera importante el bienestar del cuidador.

