Lugar	*Comunidad de cuidado Los Robles*
Fecha	*25 de junio del 2026 3:00pm- 4:00pm*
Tema	*Intervenciones individuales Fisioterapia junio*
Desarrollo	**ORDEN DEL DIA** **1.** *Objetivo* ***2.*** *Introducción de la actividad* ***3.*** *Metodología* ***4.*** *Materiales* **DESARROLLO** **1. OBJETIVO** *Mantener y mejorar la funcionalidad física de las personas mayores mediante intervenciones fisioterapéuticas individualizadas orientadas al fortalecimiento muscular, la movilidad articular, la reeducación de la marcha, el manejo del dolor y la promoción de la independencia en las actividades de la vida diaria*. **2. INTRODUCCIÓN DE LA ACTIVIDAD** *La intervención fisioterapéutica en personas mayores constituye una estrategia fundamental para el mantenimiento de la funcionalidad, la prevención de complicaciones asociadas al envejecimiento y la promoción de la independencia en las actividades de la vida diaria. A través de un abordaje individualizado, es posible identificar las necesidades específicas de cada persona y establecer acciones terapéuticas orientadas a optimizar su condición física y funcional.* *En este contexto, se desarrollaron intervenciones fisioterapéuticas dirigidas a las personas mayores, enfocadas en el fortalecimiento de capacidades físicas, el mantenimiento de la movilidad articular, la mejora de los patrones de marcha, la prevención de limitaciones funcionales y el manejo del dolor. Estas acciones contribuyen al bienestar integral, favoreciendo una mejor calidad de vida y una mayor participación en las actividades cotidianas.* **3. METODOLOGÍA** *Se realizó 17 intervenciones individuales a personas mayores, en las siguientes fechas del mes de junio del 2026.* *Alberto Guayara 3* *Leonilde Camelo 4* *Mercedes Olaya 1* *Carlos Posso 1* *Ramiro Zapata 2* *Rosa Tapiero 1* *Julio Castellanos 1* *Víctor Jiménez 3* *Isabel Pardo 1*

El proceso de intervención fisioterapéutica se desarrolló mediante atención individualizada, de acuerdo con las necesidades funcionales, condiciones de salud y objetivos terapéuticos establecidos para cada persona mayor. Para ello, se ejecutaron las siguientes acciones:

1. Identificación y seguimiento fisioterapéutico

- *Identificación de necesidades específicas y limitaciones funcionales.*
- *Evaluación del nivel de dolor, movilidad y capacidad funcional.*
- *Revisión de antecedentes clínicos y procesos de salud relevantes.*
- *Establecimiento de objetivos terapéuticos individualizados.*

2. Intervención para la movilidad y funcionalidad

- *Ejercicios de movilidad articular para mantener o mejorar los rangos de movimiento.*
- *Actividades de fortalecimiento muscular orientadas a preservar la independencia funcional.*
- *Reeducación de la marcha en los casos requeridos, incluyendo entrenamiento para la transición de silla a muletas y mejora de los patrones de desplazamiento.*
- *Progresión gradual y controlada de carga de peso según la tolerancia funcional de cada persona mayor.*

3. Intervención neuromuscular

- *Aplicación de técnicas de Facilitación Neuromuscular Propioceptiva (FNP) para favorecer la activación muscular, la coordinación y el control motor.*
- *Ejercicios de equilibrio y control postural para mejorar la estabilidad durante las actividades funcionales.*

4. Manejo del dolor

- *Aplicación de gel analgésico tópico como medida complementaria para disminuir la sintomatología dolorosa.*
- *Realización de movilizaciones suaves y ejercicios terapéuticos orientados al alivio del dolor y la disminución de la rigidez articular.*
- *Implementación de estiramientos terapéuticos para reducir tensiones musculares y mejorar la flexibilidad.*
- *Educación sobre posturas adecuadas y recomendaciones para el manejo del dolor durante las actividades de la vida diaria.*

5. Prevención de complicaciones y mantenimiento funcional

- *Ejercicios de flexibilidad para prevenir retracciones musculares y rigideces articulares.*
- *Actividades encaminadas a conservar la funcionalidad y favorecer la participación en las actividades cotidianas.*

- *Seguimiento continuo de la evolución funcional para realizar los ajustes terapéuticos necesarios.*

Las intervenciones fueron ejecutadas bajo un enfoque integral, seguro y progresivo, respetando las capacidades y condiciones individuales de cada persona mayor, con el fin de favorecer el mantenimiento de la funcionalidad, la disminución del dolor y la mejora de la calidad de vida.

4. MATERIALES

- *Camilla*
- *muletas*
- *Guantes*
- *Diclofenaco gel*
- *Paquete caliente*
- *Hidro colector*
- *Tens*
- *Aceite*
- *Vibrador*

Nota: *Los formatos de seguimiento individual (FOR-PSS-224) reposan en las historias sociales de las personas mayores institucionalizadas.*

	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
Asistentes	*Esperanza Cabrera Plazas*	*Coordinadora*	*Comunidad de cuidado los Robles*
	Lizeth Hilarión Forero	*Fisioterapeuta*	*Comunidad de cuidado los Robles*

Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	No aplica	*No aplica*	*No aplica*
Próxima reunión	*No aplica*		
Elaboró	*Lizeth Hilarión Forero*		