Alcaldía de Neira	**ACTA No. 2**	E.S.E HOSPITAL DEPARTAMENTAL SAN JOSÉ NEIRA - CALDAS

NOMBRE DE LA REUNIÓN: Socialización, práctica y entrega del Plan de Recomendaciones de Enfermería

CIUDAD Y FECHA: Neira 02/06/2026	**HORA DE INICIO: 2:00 P.M**	**HORA FIN3:30 P.M**
LUGAR: DOMICILIO	**María Cristina Echeverry**	

TEMAS:

1. Valoración funcional y respiratoria
2. Identificación de limitaciones en actividades de la vida diaria
3. Socialización de resultados
4. Diseño de plan de recomendaciones desde fisioterapia
5. Estrategias para mejorar tolerancia al esfuerzo

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN:

Diseñar, socializar y entregar un plan de recomendaciones personalizado y concertado dirigido a María Cristina Echeverry, su cuidador/a y núcleo familiar, basado en los hallazgos de la valoración fisioterapéutica, con el fin de fortalecer hábitos saludables que mejoren su tolerancia al esfuerzo, funcionalidad y calidad de vida.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Durante la visita domiciliaria, se realizó valoración fisioterapéutica a la usuaria María Cristina Echeverry, evidenciando que presenta buena adherencia al tratamiento médico y adecuado manejo de la oxigenoterapia.

A nivel funcional, se identifica que la usuaria presenta limitación para la realización de actividades de la vida diaria debido a la aparición de fatiga y disnea ante esfuerzos moderados, lo que impacta su independencia en algunas tareas.

Se socializan los resultados con la usuaria y su familia, resaltando su buen compromiso con el cuidado de su salud y la importancia de complementar este manejo con estrategias fisioterapéuticas que permitan mejorar su capacidad funcional.

Se diseña y entrega un plan de recomendaciones enfocado en hábitos saludables desde fisioterapia, orientado a:

1. Realizar ejercicios respiratorios (respiración diafragmática y controlada) y ejercicios de expansión torácica de forma diaria, para mejorar la eficiencia ventilatoria y disminuir la sensación de disnea.
2. Implementar actividad física leve y progresiva (como caminatas cortas dentro del hogar o ejercicios funcionales), respetando los límites de tolerancia, con pausas activas y uso continuo del oxígeno según indicación médica.

Adicionalmente, se brindan recomendaciones sobre:

1. Técnicas de ahorro de energía durante las actividades diarias
2. Importancia de mantener una adecuada postura para facilitar la respiración
3. Reconocimiento de signos de alarma (fatiga excesiva, dificultad respiratoria marcada, mareo)

CONCLUSIONES

La usuaria presenta buen nivel de adherencia al tratamiento, lo cual favorece su estado de salud. Sin embargo, la limitación al esfuerzo requiere intervención fisioterapéutica para mejorar su funcionalidad y calidad de vida.
El plan de recomendaciones se enfoca en fortalecer la capacidad respiratoria y la tolerancia al ejercicio de forma segura y progresiva

COMPROMISOS

ACTIVIDAD	RESPONSABLE	FECHA
1. Realizar ejercicios respiratorios diariamente 2. Aplicar técnicas de ahorro de energía. 3. Ejecutar actividad física leve y progresiva	**Hemerson Herrera**	

- **REGISTRO FOTOGRAFICO**



H-H

FIRMA PROFESIONAL

PLAN DE RECOMENDACIONES DE FISIOTERAPIA

ACCIÓN 1: EJERCICIOS RESPIRATORIOS Y REEDUCACIÓN VENTILATORIA

¿Para qué se realiza?

Esta acción tiene como objetivo mejorar la función respiratoria de María Cristina, favoreciendo la ventilación pulmonar y el adecuado intercambio de oxígeno.

¿Cómo debe realizarse?

El fisioterapeuta y/o cuidador deberán:

- Realizar ejercicios de respiración profunda (inspiración por nariz y espiración por boca).
- Fomentar respiración diafragmática si la usuaria lo tolera.
- Realizar ejercicios de expansión torácica.
- Mantener sesiones cortas y supervisadas.
- Evitar fatiga durante la ejecución.
- Realizar los ejercicios en un ambiente tranquilo y ventilado.

¿Qué se desea lograr?

- Mejorar la ventilación pulmonar.
- Favorecer la oxigenación.
- Disminuir la fatiga respiratoria.
- Optimizar la función respiratoria.

ACCIÓN 2: CONSERVACIÓN DE ENERGÍA Y MOVILIDAD FUNCIONAL

¿Para qué se realiza?

Esta acción busca evitar el agotamiento físico y promover la movilidad segura en María Cristina, teniendo en cuenta su condición respiratoria.

Scanned with CamScanner

¿Cómo debe realizarse?

El cuidador deberá:

- Organizar las actividades diarias con tiempos de descanso.
- Evitar esfuerzos físicos excesivos.
- Favorecer movimientos lentos y controlados.
- Permitir pausas durante cualquier actividad.
- Utilizar ayudas si es necesario (silla, apoyo).
- Supervisar signos de fatiga o dificultad respiratoria.

¿Qué se desea lograr?

- Disminuir el gasto energético.
- Evitar crisis respiratorias.
- Mantener la movilidad básica.
- Mejorar la tolerancia a la actividad.

ACCIÓN 3: POSICIONAMIENTO TERAPÉUTICO

¿Para qué se realiza?

Esta acción tiene como propósito mejorar la ventilación pulmonar mediante posturas adecuadas y prevenir complicaciones asociadas a la inmovilidad.

¿Cómo debe realizarse?

El fisioterapeuta y cuidador deberán:

- Favorecer posiciones semi-sentadas (Fowler o semifowler).
- Evitar permanecer en decúbito prolongado sin cambios.
- Cambiar de posición frecuentemente.
- Utilizar almohadas para facilitar la expansión torácica.
- Mantener alineación corporal adecuada.
- Asegurar comodidad durante el reposo.

Scanned with CamScanner

¿Qué se desea lograr?

- Facilitar la respiración.
- Mejorar la expansión pulmonar.
- Prevenir complicaciones por inmovilidad.
- Favorecer el confort.

ACCIÓN 4: PREVENCIÓN DE COMPLICACIONES RESPIRATORIAS

¿Para qué se realiza?

Esta acción busca prevenir acumulación de secreciones y otras complicaciones respiratorias.

¿Cómo debe realizarse?

El cuidador deberá:

- Favorecer cambios de posición frecuentes.
- Estimular la tos efectiva (si la usuaria puede realizarla).
- Mantener adecuada hidratación según indicación médica.
- Observar presencia de secreciones o dificultad respiratoria.
- Realizar técnicas básicas indicadas por el fisioterapeuta.

¿Qué se desea lograr?

- Evitar acumulación de secreciones.
- Prevenir infecciones respiratorias.
- Mantener vías aéreas despejadas.
- Mejorar la función pulmonar.

ACCIÓN 5: EDUCACIÓN AL CUIDADOR

¿Para qué se realiza?

Esta acción tiene como finalidad capacitar al cuidador en el manejo adecuado de la condición respiratoria de María Cristina.

Scanned with CamScanner

¿Cómo debe realizarse?

El fisioterapeuta deberá:

- Enseñar ejercicios respiratorios básicos.
- Orientar sobre signos de alarma.
- Indicar posturas adecuadas para facilitar la respiración.
- Promover la adherencia a las recomendaciones.
- Resolver dudas del cuidador.

¿Qué se desea lograr?

- Mejorar el cuidado en el hogar.
- Disminuir riesgos de complicaciones.
- Favorecer la continuidad del tratamiento.
- Mejorar la calidad de vida.

Firma Usuario: _____

Firma Profesional de Fisioterapia: Y-17 _____

Scanned with CamScanner