Alcaldía de Neira	**ACTA No. 3**	E.S.E HOSPITAL DEPARTAMENTAL SAN JOSÉ NEIRA - CALDAS

NOMBRE DE LA REUNIÓN: Intervención domiciliaria de fisioterapia. Educación teórico práctica y seguimiento al plan de recomendaciones.

CIUDAD Y FECHA: Neira 10/06/2026	**HORA DE INICIO:8:00 A.M**	**HORA FIN:9:00A.M**
LUGAR: Domicilio	**Iván Dario Alvarez**	

TEMAS:

1. Fortalecimiento físico y resistencia.
2. Entrenamiento de coordinación y equilibrio.
3. Promoción de actividad física y flexibilidad.
4. Seguimiento al plan de recomendaciones personalizado.
5. Educación al usuario y cuidador.

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN:

Brindar educación teórico práctica y realizar seguimiento al plan de recomendaciones concertado para Iván Darío y su cuidador/a, con el fin de mejorar la fuerza muscular, la resistencia física, la coordinación, el equilibrio y fomentar hábitos de actividad física que contribuyan a su bienestar y calidad de vida.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

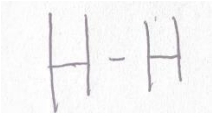
Durante la visita domiciliaria se realizó seguimiento al plan de recomendaciones previamente establecido, contando con la participación activa de Iván Darío y el acompañamiento de su cuidador.

Se desarrollaron ejercicios enfocados en el fortalecimiento físico, incluyendo actividades como sentadillas, caminatas supervisadas y ejercicios funcionales adaptados a su capacidad, promoviendo el aumento de la fuerza muscular y la resistencia física. Se enfatizó en la ejecución adecuada de los movimientos y en la importancia de la progresión gradual de la actividad.
Asimismo, se trabajaron ejercicios de coordinación y equilibrio mediante actividades como caminar en línea recta, cambios de dirección durante la marcha, juegos con balón y ejercicios de apoyo unipodal, favoreciendo el control corporal y la disminución del riesgo de caídas.

CONCLUSIONES

La intervención permitió reforzar el seguimiento al plan de recomendaciones, evidenciando buena disposición por parte del usuario para la realización de actividades físicas. La educación brindada favorece la continuidad del proceso en el hogar, contribuyendo al fortalecimiento físico, la mejora del equilibrio y la coordinación, así como a la adopción de hábitos saludables que impactan positivamente su calidad de vida

COMPROMISOS		
ACTIVIDAD	**RESPONSABLE**	**FECHA**
1. Realizar estiramientos antes y después de la actividad física. 2. Realizar ejercicios de fortalecimiento muscular de forma regular.	**Hemerson Herrera**	
➢ **REGISTRO FOTOGRAFICO** ➢ 		



FIRMA PROFESIONAL