

## **INFORME DE GESTIÓN PRÁCTICA CLÍNICO ASISTENCIAL**

**AGENCIA DE PRÁCTICA  
IPS ESCUELA NACIONAL DEL DEPORTE**

**DOCENTE COORDINADOR  
AYDA ZULAMY AGUDELO MARTÍNEZ**

**VERÓNICA BURITICA CABRERA  
ALEJANDRA CORDOBA VENTE  
LAURA CAROLINA CORDOBA ESCOBAR  
JOHAN GARCÍA RINCÓN  
JUAN ESTEBAN GONZALEZ TORIJANO  
JUAN ESTEBAN OSSA  
MARIA ALEJANDRA BUITRAGO  
STEPHANY HOLGUIN  
ANDREW MARTINEZ MARIN  
ALVARO MILLAN  
SEBASTIAN PLAZA  
SAMUEL MOSQUERA GONZALEZ  
CAMILO VARELA**

**INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA ESCUELA NACIONAL DEL DEPORTE  
FACULTAD DE SALUD Y REHABILITACIÓN**

2023-1

## INTRODUCCIÓN

En la presentación de este informe se detalla la ejecución en la práctica consulta externa de las 16 semanas divididas en dos rotación, la cual constaba de 8 semanas. El primer día se realiza una inducción general para conocer lo que se va realizar durante ese periodo de práctica, el primer día de intervención se realiza una evaluación para así crear un plan de tratamiento a cada uno, para que cada paciente obtenga un tratamiento individualizado, donde se logra atender tres pacientes en la jornada de 8 am a 11 am, los estudiantes deben llegar al sitio de práctica a las 7:30 am para acomodar los implementos necesarios para realizar la terapia y a las 11 am se realizaba las respectivas evoluciones y retroalimentación de la jornada. Los días martes y jueves se realiza revisión de tema por parte de los estudiantes con intervención de la profesora de manera virtual. Adicionalmente se realizan campañas de prevención y promoción para los usuarios, donde se habla sobre la hipertensión arterial y fibromialgia relacionada con la salud mental.

A partir de lo anterior, se presenta el respectivo informe de gestión, dando cumplimiento a cada una de las actividades y detallando el desarrollo de cada una de ellas. Además de esto se presentan las estadísticas representando la asistencia de los pacientes a las terapias físicas- neurológicas y actividades de promoción y prevención en salud y el impacto que se generó.

### 1. DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA PRÁCTICA

DESCRIPCIÓN GENERAL	
Programa	Fisioterapia
Nombre de la Práctica	Consulta Externa II
Código	7380001D- 7380002D
Semestre	Octavo
Período	2023-1
Créditos	8 (7380001D:4 - 7380002D: 4)
Intensidad horaria a la semana	15 horas
Agencia de Práctica	IPS Escuela Nacional del Deporte
Nombre del docente	Ayda Zulamy Agudelo Martínez



## 1. OBJETIVOS

### 2.1 Objetivo General

Presentar por medio del siguiente informe de gestión las actividades administrativas y académicas de las atenciones individuales realizadas con los estudiantes de fisioterapia en práctica formativa de consulta externa de la Institución Universitaria Escuela Nacional del Deporte.

### 2.2 Objetivos Específicos

- Describir cada una de las actividades académicas y administrativas realizadas durante la atención individual de los usuarios de la IPS de la institución universitaria escuela nacional del deporte.
- Mostrar el impacto que tuvo la práctica y las actividades propuestas.
- Mostrar y describir las actividades académicas, administrativas y pyp desarrolladas en el tiempo de práctica.

## 3. GENERALIDADES DE LAS ROTACIONES

### ROTACIÓN 1

ROTACIÓN DE CONSULTA EXTERNA 1 (2021-1)	
Número de Estudiantes.	Seis (6).
Estudiantes y Número de Cédula de la Rotación 1.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Verónica Buriticá Cabrera (CC. 1144211707)</li><li>• Juan Esteban González Torijano (CC. 1006251917)</li><li>• Alejandra Córdoba Vente (CC. 1006490587)</li><li>• Johan Andrés García (CC. 1144105401)</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Juan Esteban Ossa Tabares (CC. 1007932107)</li> <li>• Laura Carolina Córdoba Escobar (CC. 1059990440)</li> </ul>
<b>Período.</b>	Rotación 1: 2023-1. (6 de febrero al 31 de marzo 2023) 8 semanas.
<b>Días.</b>	Lunes - miércoles- viernes.
<b>Jornada.</b>	Mañana (7:30 AM - 12:30 PM).

## ROTACIÓN 2

ROTACIÓN DE CONSULTA EXTERNA 1 (2023-1)	
<b>Número de Estudiantes.</b>	Siete (7).
<b>Estudiantes y Número de Cédula de la Rotación 2.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• María Alejandra Buitrago Tovar (1006071921)</li> <li>• Sebastián Plaza Peña (1112497831)</li> <li>• Andrew Martínez Marín (1005878514)</li> <li>• Samuel Guillermo Mosquera González (1005975282)</li> <li>• Stephany Holguín Cruz (1005878488)</li> <li>• Álvaro José Millán (1144102122)</li> <li>• Juan Camilo Varela (1116278261)</li> </ul>
<b>Período.</b>	Rotación 2: 2023-1. ( 10 de abril al 2 de junio del 2023) 8 semanas.
<b>Días.</b>	Lunes - miércoles- viernes. (martes y jueves revisión de tema)
<b>Jornada.</b>	Mañana (7:30 AM - 12:00 PM).

## ROTACION 1

Tema	Fecha	Responsables
Inducción general y específica práctica consulta externa I	6-febrero-2023	Personal de la IPS Docente Ayda Zulamy Agudelo Martínez
Revisión de tema: Evaluación neurológica - principios y generalidades	8-febrero-2023	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martínez
Revisión de tema: Evaluación y planeación de la intervención, correcta anamnesis.	10-febrero-2023	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martínez
Quiz #1	20-febrero-2023	Estudiantes de la práctica.
Actividad práctica en IPS: consideraciones posturales, puntos clave de control, puntos de contacto, transiciones, objetivos de trabajo con paciente hemiparetico.	mirar la fecha	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martínez  Estudiantes de la práctica.
Revisión de tema: Lesión de tejidos blandos	23-febrero-2023	Estudiantes de la práctica
Revista Médica	27- febrero-2023	Estudiantes de la práctica
Quiz oral	Semana 7	Estudiantes de la práctica.
Parcial #1	03-marzo-2023	Estudiantes de la práctica
Revisión de tema: abordaje de paciente hemiparetico	04-marzo-2023	Estudiantes de la práctica
Revisión de Casos clínicos #1: Paciente con Neuromielitis óptica y Artroplastia total de cadera	9-marzo-2023	Estudiantes de la práctica.
Revisión de tema: Alteraciones posturales	11-marzo-2023	Estudiantes de la práctica
Revista Médica	13-marzo-2023	Médicos especialistas de la IPS

Actividad de promoción y prevención: Fisioterapia en salud mental	15-marzo-2023	Estudiantes de la práctica
Revisión de Casos clínicos #2: Paciente con síndrome piramidal y paciente con trauma raquímedular T3-T5	28-marzo-2023	Estudiantes de la práctica
Actividad de promoción y prevención relacionado con la Salud mental. Se aborda con los usuarios y de más personal de la IPS de la IUEND el tema de insomnio	31-marzo-2023	Estudiantes de la práctica
Parcial #2	31-marzo-2023	Estudiantes de la práctica

## ROTACIÓN 2

Tema	Fecha	Responsables
Inducción Servicio Fisioterapia - Inicio de la práctica asistencial.	10- abril-2023	Personal de la IPS Docente Ayda Zulamy Agudelo Martinez
Actividad Académica (independiente) – Generalidades de evaluación.	12- abril-2023	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martinez Estudiantes de Práctica VIII semestre
Actividad Académica (independiente) - quiz	14- abril-2023	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martinez Estudiantes de Práctica VIII semestre
Revista médica Revisión de tema: Abordaje de tejidos blandos	17-abril-2023	Equipo Interprofesional IPS - END Estudiantes de Práctica
Actividad académica de	19-abril-2023	Docente: Ayda Zulamy

apoyo a la celebración de la semana de la actividad física		Agudelo Martinez Estudiantes de la práctica.
Revista médica Revisión de Tema: Abordaje del lesionado medular	24-abril-2023	Equipo Interprofesional IPS - END Estudiantes de Práctica
Atención de usuarios	26-abril-2023	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martinez Estudiantes de la práctica.
Quiz #2	28-abril-2023	Estudiantes de la práctica.
Revisión de tema: Abordaje de la marcha y sus alteraciones	3-mayo-2023	Estudiantes de la práctica.
Parcial 1	5-mayo-2023	Estudiantes de la práctica.
Revista médica Casos clínicos- primer momento	8-mayo-2023	Equipo Interprofesional IPS - END Estudiantes de Práctica
Atención de usuarios	10-mayo-2023	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martinez Estudiantes de la práctica.
Revista médica	15-mayo-2023	Equipo Interprofesional IPS - END
Atención de usuarios	17-mayo-2023	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martinez Estudiantes de la práctica.
Atención de usuarios	19-mayo-2023	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martinez Estudiantes de la práctica.
Atención de usuarios	24-mayo-2023	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martinez Estudiantes de la práctica.
Parcial #2	26-Marzo-2023	Estudiantes de la práctica
Revisión casos clínicos	29-mayo-2023	Estudiantes de la práctica.
Entrega de informe de gestión	2-junio-2023	Estudiantes de la práctica.

### 3.3 Actividades realizadas en la rotación

#### ROTACIÓN 1

ACTIVIDADES	
Revisiones de tema	Se realizaron revisiones de tema de manera sincrónica, en modalidad virtual sobre la evaluación neurológica en los pacientes con diferentes patologías y la correcta anamnesis que se debe realizar en la evaluación con el fin de profundizar en el componente teórico y de abordaje fisioterapéutico.
Revisiones de Casos clínicos	Se realizaron 2 revisiones de diferentes casos clínicos de tipo neurológico y osteomuscular, dichos casos corresponden a pacientes que asisten a terapia en la IPS, en el cual se realiza revisión de tema de la patología presentada, anamnesis del paciente, revisión por sistemas, evaluación del componente osteomuscular y la debida correlación clinicopatológica. Los casos clínicos se basaron en las siguientes patologías: trauma raquimedular, neuro mielitis óptica, síndrome piramidal, reemplazo total de cadera.
Revista médica	Durante la rotación se asistió a la revista médica MEDES la cual estaba programada cada lunes, en esta se realiza revisión de un caso clínico en conjunto con los fisioterapeutas, médicos deportólogos, médicos fisiatras y residentes médicos; en dicha revisión se presenta al paciente con su historia clínica, evolución y resumen de la patología, planteando objetivos específicos según diagnóstico y principales problemas del paciente. Después de presentado el caso, se realiza un tipo conversatorio dando espacio para manifestar inquietudes o ideas; las patologías presentadas durante la primera rotación fueron: Paciente con epicondilitis lateral, ACV isquémico (arteria cerebral media) , neuromielitis óptica con diagnostico diferencial de esclerosis múltiple, cirugía de rodilla de colateral lateral y cruzado anterior ( reconstrucción)
Actividades Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad	Durante las 8 semanas de rotación se realizaron actividades encaminadas a: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 24 de marzo se realizó una jornada de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, en donde el tema principal fue tratado alrededor de</li> </ul>

	<p>la <b>Salud Mental en el estrés laboral</b>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 31 de marzo: tema tratado sobre el <b>insomnio</b>, en ambas actividades asistieron personas que se encontraban presentes en la IPS IUEND (pacientes, acompañantes, estudiantes, fisioterapeutas)</li> <li>• Entrega de Planes caseros a cada uno de los usuarios del servicio de fisioterapia a cargo de la Practica de Consulta externa a cargo de la Docente FT Zulamy Agudelo durante la jornada de la mañana</li> </ul>
Atención de pacientes	Se realizaron intervenciones por parte de los estudiantes de prácticas las cuales estuvieron encaminadas a la rehabilitación física y/o neurológica de los pacientes que acuden al servicio de fisioterapia en la IPS Escuela Nacional del Deporte , dentro de la atención a pacientes se logra evidenciar diferentes diagnósticos médicos tanto osteomusculares como neurológicos .
Parcial	Se realizaron parciales en dos momentos de la práctica con el fin de evaluar el conocimiento adquirido en los estudiantes durante la práctica.

## ROTACIÓN 2

ACTIVIDADES	
Revisiones de tema	Se realizaron revisiones de tema de interés respecto a la práctica en las cuales se abordaron temas como Tejidos blandos, abordaje del paciente con lesión medular, alteraciones de la marcha y polineuropatías.
Revisiones de Casos clínicos	<p>Se realizaron 2 revisiones de diferentes casos clínicos de tipo neurológico y osteomuscular, dichos casos corresponden a pacientes que asisten a terapia en la IPS, en el cual se realiza revisión de tema de la patología presentada, anamnesis del paciente, revisión por sistemas, evaluación del componente osteomuscular y la debida correlación clinicopatológica.</p> <p>Los casos clínicos se basaron en las siguientes patologías: neuro mielitis óptica y síndrome de tensor</p>

	de la fascia lata .
Revista médica	Durante la rotación se asistió a la revista médica MEDES la cual estaba programada cada lunes, en esta se realiza revisión de un caso clínico en conjunto con los fisioterapeutas, médicos deportólogos, médicos fisiatras y residentes médicos; en dicha revisión se presenta al paciente con su historia clínica, evolución y resumen de la patología, planteando objetivos específicos según diagnóstico y principales problemas del paciente. Después de presentado el caso, se realiza un tipo de conversatorio dando espacio para manifestar inquietudes o ideas.
Actividades Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad	<p>Durante las 8 semanas de rotación se realizaron actividades encaminadas a:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 29 de mayo se realizó una jornada de sensibilización de los usuarios sobre la <b>hipertensión arterial</b>, con el objetivo de enseñar la importancia de su seguimiento y control adecuado, se obtuvo un total de 22 usuarios a los cuales se les realizó una charla y una actividad desde un stand.</li> <li>• Jornada para que los usuarios conocieran sobre la Fibromialgia y cómo repercute en su salud mental, se obtuvo un total de 16 usuarios los cuales los estudiantes los reúnen en la sala de espera para dar la charla.</li> </ul>
Atención de pacientes	Se realizaron intervenciones por parte de los estudiantes de prácticas los días lunes, miércoles y viernes, desde las 8:00 AM hasta las 11:00 PM, las cuales estaban encaminadas a la rehabilitación de lesiones osteomusculares y neurológicas de los pacientes que acuden al servicio de fisioterapia en la IPS Escuela Nacional del Deporte, bajo el acompañamiento adecuado por parte de la docente.
Parcial	Se realizaron parciales en dos momentos de la práctica con el fin de evaluar el conocimiento adquirido en los estudiantes durante la práctica.



### 3.4 Matriz DOFA de la Práctica

Aspectos Valorados	Debilidades	Oportunidades	Fortalezas	Amenazas
Académicos	-No se presenta	<p>-Aprendizaje de conocimiento neurológicos por parte de la docente de la IPS</p> <p>-Obtención de conocimientos de nuevas técnicas y métodos importantes para el abordaje de pacientes.</p> <p>- Perfeccionamiento o de evaluaciones del paciente.</p> <p>-Disposición de la docente de la IPS, con el aprendizaje para el manejo de pacientes neurológicos, que fue algo nuevo para muchos estudiantes</p>	<p>-Manejo adecuado del tiempo durante las intervenciones realizadas.</p> <p>-Completa disposición de los estudiantes para la atención de sus pacientes.</p> <p>-Retroalimentación por parte de la docente acerca de lo práctico y teórico visto en la práctica</p> <p>-Diversidad de materiales que facilitaban la realización de las intervenciones de rehabilitación.</p>	- No se presenta.
Número de estudiantes	-No se presenta.	<p>-Buen flujo de pacientes.</p> <p>- Cantidad de estudiantes adecuados para el flujo de pacientes que presenta la IPS</p> <p>- Se presenta buen trabajo en equipo</p>	<p>-Responsabilidad y puntualidad con los horarios establecidos.</p> <p>-Creatividad e innovación para el desarrollo de las actividades propuestas.</p>	-No se presenta.

Infraestructura de la agencia	<p>-Falta de materiales para rehabilitación como sensitivos, cepillos, arnés de reeducación de la marcha para lesionados medulares y secuelas de ECV.</p> <p>Pocas camillas para atender a los pacientes neurológicos que requieren de una intervención más específica.</p>	<p>-Espacios adecuados para la intervención y desarrollo de las terapias físicas y neurológicas.</p> <p>-Excelente estado de las máquinas y materiales disponibles.</p> <p>-Buena cantidad de algunos materiales para la realización de rehabilitación</p>	<p>-Numerosas camillas para ejecución de terapia individual.</p> <p>-Buen ambiente laboral.</p> <p>-Espacios amplios y seguros para los pacientes y los estudiantes.</p>	- No se presenta.
Personal de la Agencia	-No se presenta.	<p>-Óptimo conocimiento del docente para todas las situaciones presentadas</p> <p>-Buena comunicación.</p> <p>- Disposición del personal de la IPS para aclarar dudas obtenidas</p>	<p>-Apertura a cambio de planes según las necesidades que se presentan en el momento</p> <p>-Relación entre docentes y estudiantes respetuosa y buena.</p> <p>-Actitud positiva y disposición de tiempo para despejar dudas.</p>	-No se presenta.
Número de usuarios	Mayor compromiso del paciente debido a que	-Identificación de las necesidades de los pacientes y así poder	-Buena adaptación de los estudiantes con los pacientes.	-No se presenta.

	en ocasiones llega tarde, refiere que debe irse antes de la hora estipulada o muchas veces no va sin avisar.	intervenir de manera positiva y oportuna en su actividades de la vida diaria.	-Variedades de pacientes con diversidad de patologías lo que le permite al estudiante tener una mayor experiencia con respecto a la atención en consulta externa.  -Aceptación y realización de la rehabilitación de forma positiva.	
--	--	---	--	--

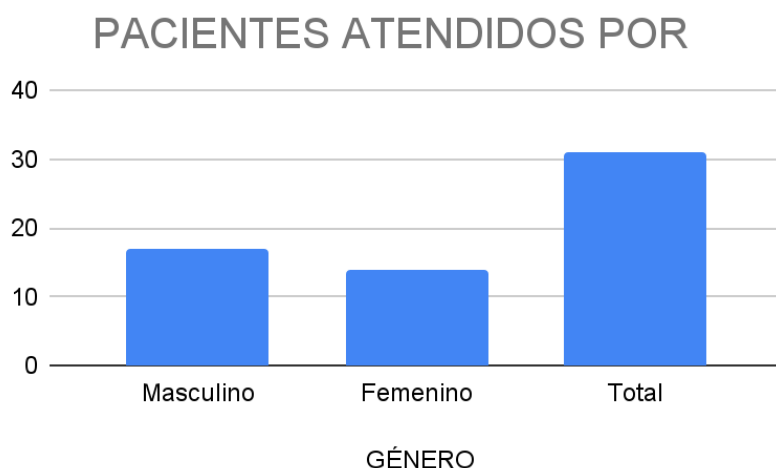
## INFORME DE LAS ACTIVIDADES DE REHABILITACIÓN

### 4.0 ESTADÍSTICAS

#### 4.1 Pacientes atendidos por género.

PACIENTES ATENDIDOS POR GÉNERO	
Masculino	17
Femenino	14
<b>Total</b>	<b>31</b>

**Gráfico 1.**

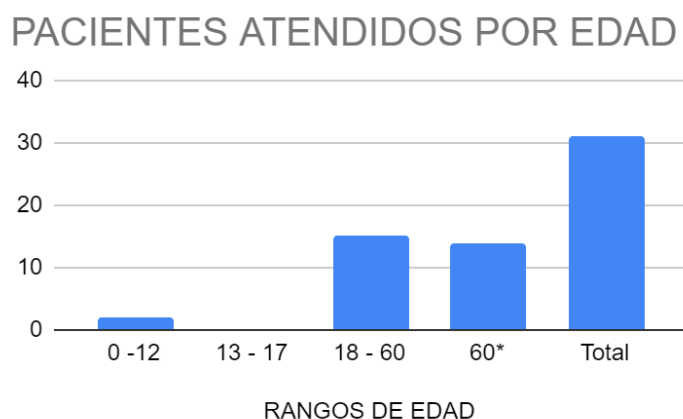


**Descripción:** Durante la rotación 1 y 2, se contó con un total de 31 pacientes atendidos, de los cuales 17 fueron del género masculino y 14 fueron del género femenino, lo cual indica una mayor prevalencia en el servicio de pacientes masculinos.

#### 4.2 Pacientes atendidos por edad.

PACIENTES ATENDIDOS POR EDAD	
0 -12	2
13 - 17	0
18 - 60	15
60*	14
<b>Total</b>	<b>31</b>

**Gráfico 2.**



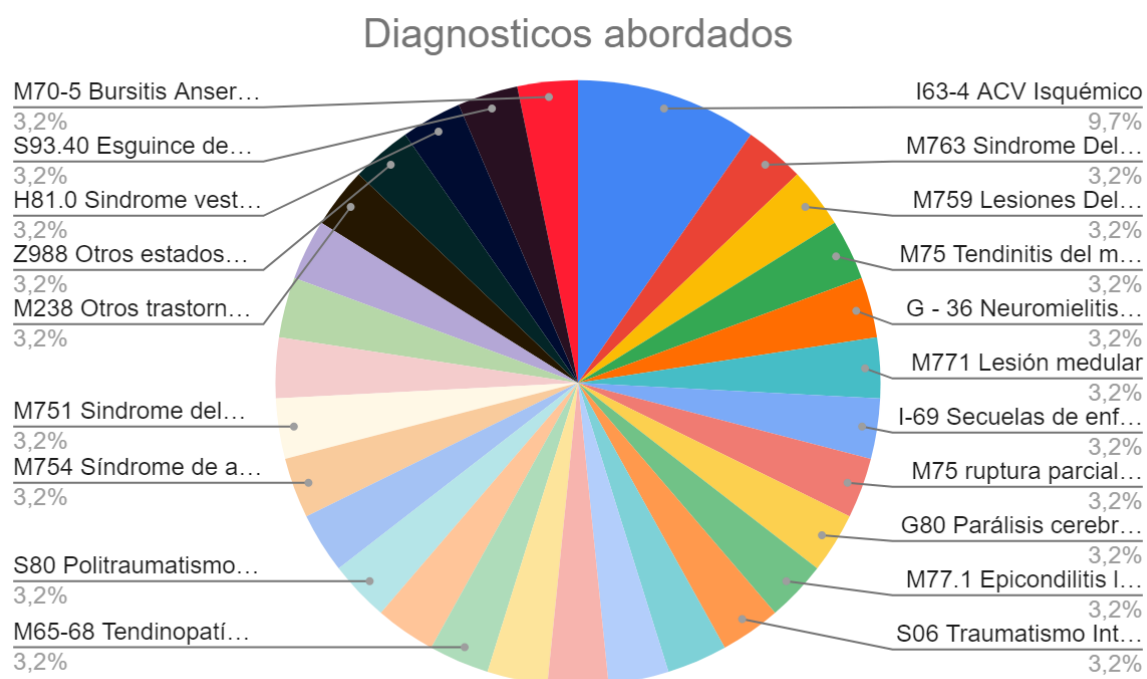
**Descripción:** Durante la rotación 1 y 2, se evidencio que de los 31 pacientes atendidos, 2 pacientes contaban entre 0 y 12 años, 15 pacientes presentaban entre 18 y 60 años y 14 pacientes tienen entre 60 o más de 60 años.

#### 4.3 Pacientes atendidos por diagnóstico CIE-10.

PACIENTES ATENDIDOS CON DIAGNÓSTICO CIE 10	
I63-4 ACV Isquémico	3
M763 Síndrome Del Tendón Del Tensor De La Fascia Lata	1
M759 Lesiones Del Hombro, No Especificada	1
M75 Tendinitis del manguito rotador	1
G - 36 Neuromielitis óptica	1
M771 Lesión medular	1
I-69 Secuelas de enfermedad cerebro vascular	1
M75 ruptura parcial del músculo supraespinoso	1
G80 Parálisis cerebral espástica distónica	1
M77.1 Epicondilitis lateral	1
S06 Traumatismo Intracraneal	1
S93.4 Esguinces y torceduras del tobillo	1
G63 Polineuropatía por porfiria	1
I20.9 cuadro multifactorial arterial venosos bursitis anserina y contracturas musculares a nivel de tibiales y peroneos	1
G93.41 Encefalopatía Metabólica	1
M65-68 Tendinopatía de "Hamstrings"	1
S24 Traumatismo de la médula espinal	1
S80 Politraumatismo de rodilla	1
G530 Neuralgia posherpética	1
M754 Síndrome de abducción dolorosa del hombro.	1
M751 Síndrome del manguito rotatorio	1
S935 Esguinces y torceduras de dedo(s) del pie	1
C902 Plasmocitoma extramedular	1
M- 54.5 lumbalgia no especificada	1
M238 Otros trastornos internos de la rodilla	1
Z988 Otros estados postquirurgicos especificados	1

H81.0 Síndrome vestibular	1
S93.40 Esguince de tobillo	1
M70-5 Bursitis Anserina	1
<b>Total</b>	<b>31</b>

**Gráfico 3.**

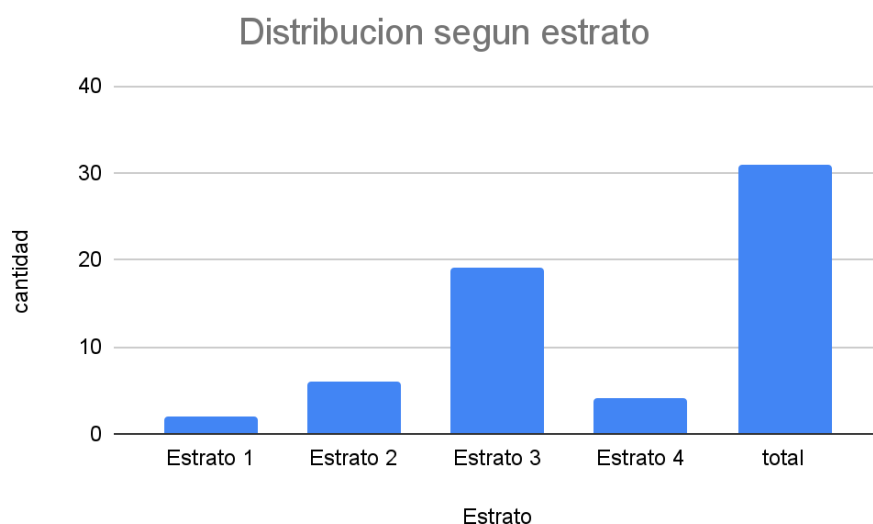


**Descripción:** Durante la rotación 1 y 2, se contó con un total de 31 pacientes atendidos, los cuales presentaban distintas patologías, tanto de origen osteomuscular como neurológico, solo 3 personas tenían acv isquémico el cual representa **12%** del total.

#### 4.4 Pacientes atendidos por estrato.

ESTRATO	
Estrato 1	2
Estrato 2	6
Estrato 3	19
Estrato 4	4
<b>Total</b>	<b>31</b>

**Gráfico 4.**



**Descripción:** Durante ambas rotaciones, en la ips escuela nacional del deporte, los pacientes que se atendieron se encuentran distribuidos en los siguientes estratos: 2 de ellos en el estrato 1, un total de 6 pacientes en el estrato 2, 19 pacientes en el estrato 3, mientras que 4 pacientes de estrato 4, para un total de 31 pacientes.

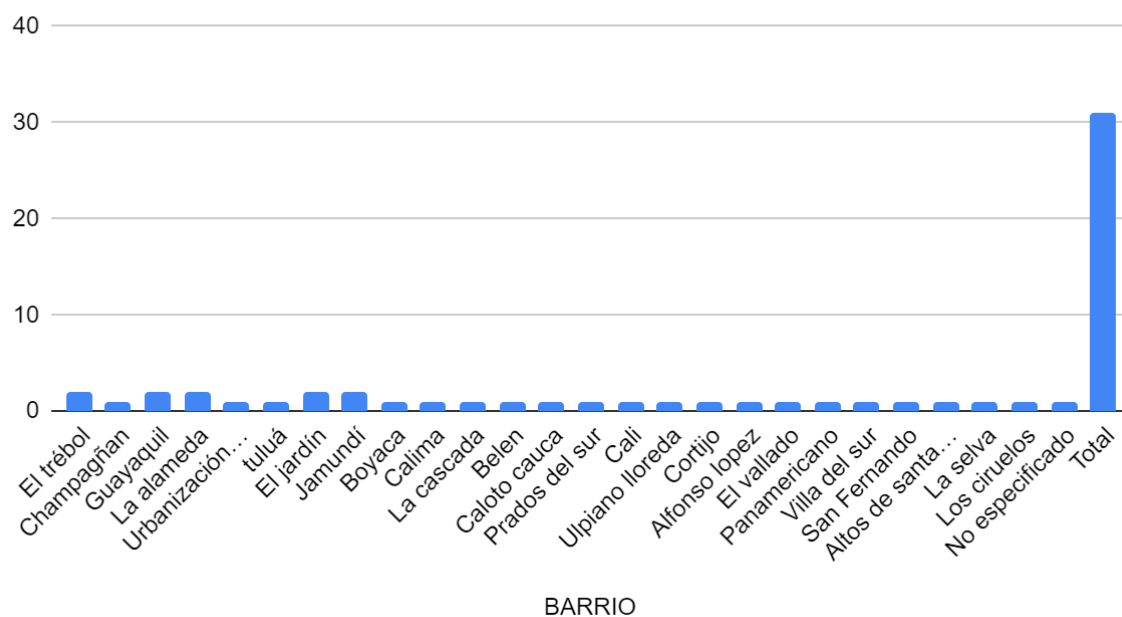
#### 4.5 Pacientes atendidos por barrio.

PACIENTES ATENDIDOS POR BARRIO	
El trébol	2
Champagnat	1
Guayaquil	2
La alameda	2
Urbanización Alameda Rio Claro	1
Tuluá – Valle del Cauca	1
El jardín	2
Jamundí	2
Boyacá	1
Calima	1
La cascada	1
Belén	1

Caloto cauca	1
Prados del sur	1
Cali	1
Ulpiano Lloreda	1
Cortijo	1
Alfonso López	1
El vallado	1
Panamericano	1
Villa del sur	1
San Fernando	1
Altos de santa Isabel	1
La selva	1
Los ciruelos	1
No especificado	1
<b>Total</b>	<b>31</b>

**Gráfico 5.**

## PACIENTES ATENDIDOS POR BARRIO



**Descripción:** De acuerdo a los 31 pacientes atendidos según el barrio, se encontró que los barrios más habitados por los pacientes son el barrio trebol,



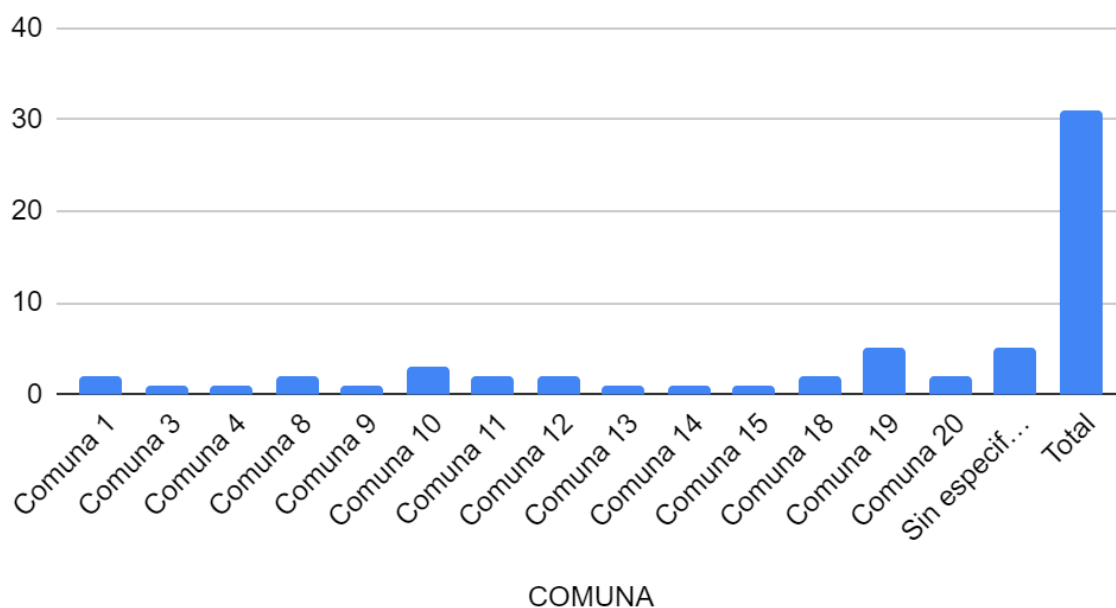
la alameda, guayaquil, el jardín y Jamundí con un 8% por barrio, seguido a este se encuentran los barrios Champagnat, urbanización, Boyacá, calima, la cascada, Belén, caloto, prados del sur, Ulpiano Lloreda, cortijo, Alfonso López, panamericano y villa del sur cada uno con un 4%.

#### 4.6 Pacientes atendidos por comuna.

PACIENTES ATENDIDOS POR COMUNA	
Comuna 1	2
Comuna 3	1
Comuna 4	1
Comuna 8	2
Comuna 9	1
Comuna 10	3
Comuna 11	2
Comuna 12	2
Comuna 13	1
Comuna 14	1
Comuna 15	1
Comuna 18	2
Comuna 19	5
Comuna 20	2
Sin especificar	5
<b>Total</b>	<b>31</b>

**Gráfico 6.**

## PACIENTES ATENDIDOS POR COMUNA

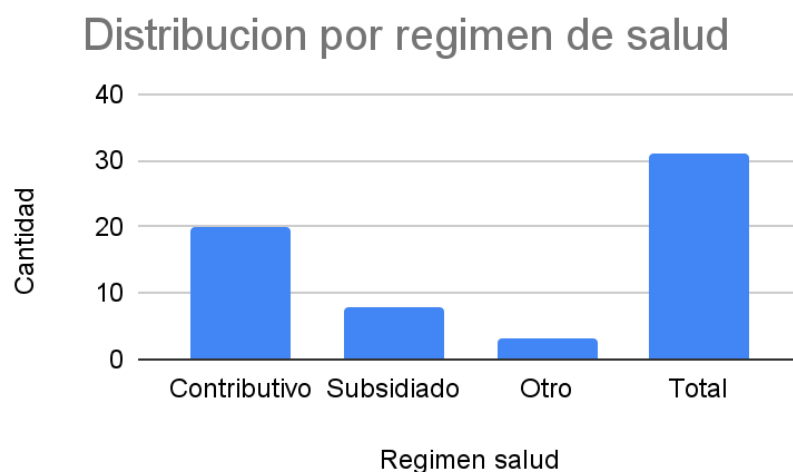


**Descripción:** De acuerdo a los 31 pacientes atendidos, se encontró que la comuna más habitada por los pacientes es la comuna 19 donde habitan 5 pacientes, aunque otros 5 pacientes no especifican su comuna donde viven. Por otro lado se encuentra la comuna 10 donde viven 3 pacientes, seguido de las comunas 1,8,11, 12, 18 y 20 donde viven 2 pacientes en cada una. Finalmente están las comunas 3, 4, 9, 13, 14, 15 donde habita un paciente en cada una.

### 4.7 Pacientes atendidos por régimen de salud.

PACIENTES ATENDIDOS POR RÉGIMEN DE SALUD	
Contributivo	20
Subsidiado	8
Otro	3
<b>Total</b>	<b>31</b>

Gráfico 7.

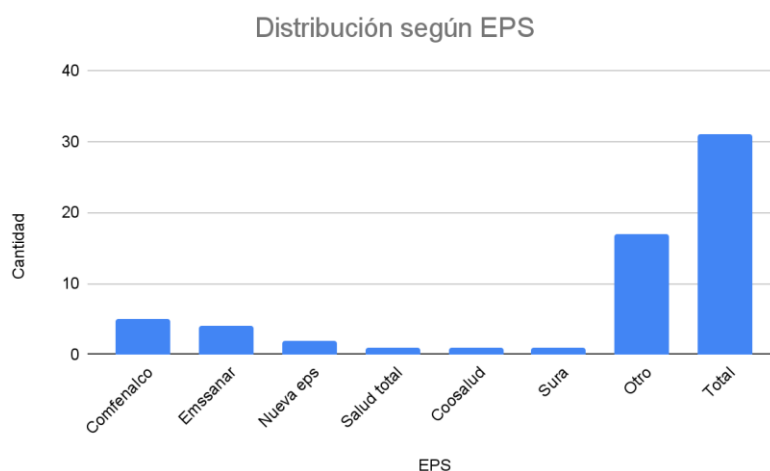


**Descripción:** Durante la rotación 1 y 2 del periodo 2023-1, se contó con una total de 31 pacientes entre los meses de febrero y junio, de los cuales 20 contaban con un régimen de salud contributivo, mientras que 8 personas contaban con régimen de salud subsidiado y 3 personas contaban con otro servicio, de los 31 pacientes atendidos en total.

#### 4.8 Pacientes atendidos por EPS.

PACIENTES ATENDIDOS POR EPS	
Comfenalco	5
Emssanar	4
Nueva EPS	2
Salud total	1
Coosalud	1
Sura	1
Otro	17
<b>Total</b>	<b>31</b>

**Gráfico 8.**

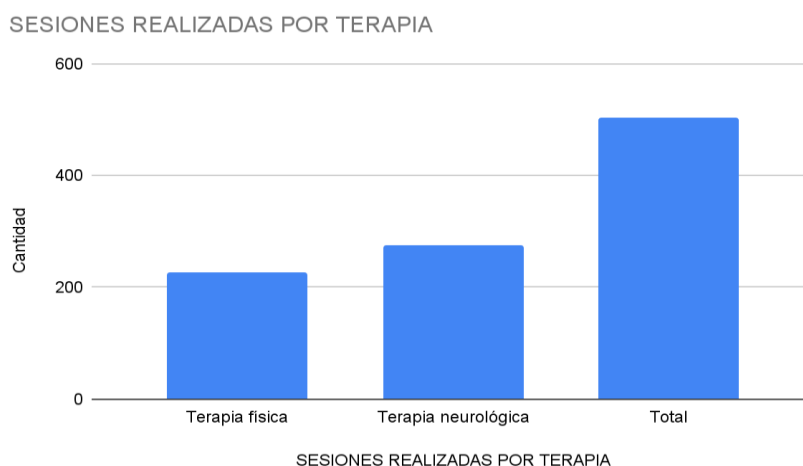


**Descripción:** Durante la rotación 1 y 2, de un total de 31 pacientes, entre los meses de febrero y junio, de los cuales 5 pacientes pertenecían a la EPS comfenalco, 4 contaban con la EPS Emssanar, 2 a Nueva eps, mientras que de las eps Salud total, Coosalud y Sura pertenecían 1 paciente a cada una. Finalmente 17 pacientes pertenecían a otro sin especificar.

#### 4.9 Sesiones realizadas por terapia. Rotación 1 Y 2

SESIONES REALIZADAS POR TERAPIA	
Terapia física	227
Terapia neurológica	276
<b>Total</b>	<b>503</b>

**Gráfico 9.**



**Descripción:** Durante la práctica, se realizaron un total de 503 sesiones, de las cuales 227 sesiones fueron de lesiones osteomusculares y 276 sesiones de lesiones neurológicas.

#### 4.10 Sesiones realizadas por estudiante.

SESIONES REALIZADAS POR ESTUDIANTE	TOTAL, SESIONES
andrew.martinez191@endeporte.edu.co	40
alvaro.millan00@endeporte.edu.co	34
maria.buitrago191@endeporte.edu.co	31
stephany.holguin191@endeporte.edu.co	50
juan.varela2@endeporte.edu.co	30
sebastian.plaza0a@endeporte.edu.co	48
samuel.mosquera191@endeporte.edu.co	34
veronica.buritica191@endeporte.edu.co	44
laura.cordoba00@endeporte.edu.co	32
alejandra.cordoba0a@endeporte.edu.co	49
johan.garcia0a@endeporte.edu.co	46
juan.gonzales0a@endeporte.edu.co	27
juan.ossa191@endeporte.edu.co	38
<b>TOTAL</b>	<b>503</b>

**Gráfico 10.**

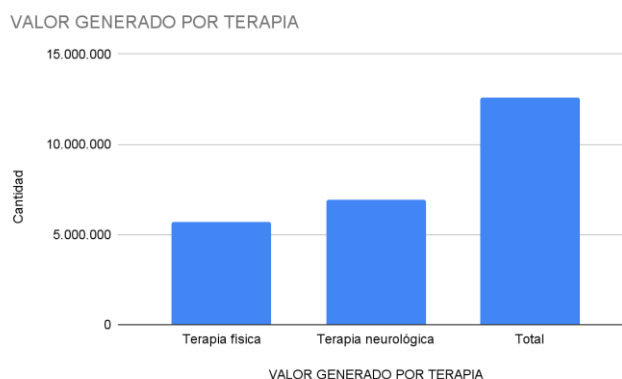


**Descripción:** Durante la práctica los estudiantes realizaron por promedio entre 27 a 50 terapias por estudiante.

#### 4.11 Valor generado por terapias.

VALOR GENERADO POR TERAPIA	
Terapia física	5.675.000
Terapia neurológica	6.900.000
<b>Total</b>	<b>12.575.000</b>

#### Gráfico 11.



**Descripción:** Durante la práctica se realizaron dos tipos de terapia la osteomuscular la cual generó un ingreso de 5.675.000 y la neurológica que generó un ingreso de 6.900.000 dando un ingreso total durante toda la práctica de 12.575.000

## 4.12 Valor generado por estudiante

VALOR GENERADO POR ESTUDIANTE	
andrew.martinez191@endeporte.edu.co	1.000.000
alvaro.millan00@endeporte.edu.co	850.000
maria.buitrago191@endeporte.edu.co	775.000
stephany.holguin191@endeporte.edu.co	1.250.000
juan.varela2@endeporte.edu.co	750.000
sebastian.plaza0a@endeporte.edu.co	1.200.000
samuel.mosquera191@endeporte.edu.co	850.000
veronica.buritica191@endeporte.edu.co	1.100.000
laura.cordoba00@endeporte.edu.co	800.000
alejandra.cordoba0a@endeporte.edu.co	1.225.000
johan.garcia0a@endeporte.edu.co	1.150.000
juan.gonzales0a@endeporte.edu.co	675.000
juan.ossa191@endeporte.edu.co	950.000
TOTAL	12.575.000

**Gráfico 12.**



**Descripción:** Durante la práctica el valor generado por estudiante respecto a las sesiones realizadas está entre los 675.000 a 1.250.000.

## 5.0 PRODUCTIVIDAD

### 5.1. Proporción de sesiones de fisioterapia realizadas.

#### Rotaciones 1 Y 2

Número de sesiones de fisioterapia realizadas en el período	503
Número de sesiones esperadas de fisioterapia	665

Dentro de la IPS Escuela Nacional del Deporte se realizaron 503 sesiones de fisioterapia que equivalen al 75,64 % de las sesiones esperadas.

### 5.2. Costo de sesiones realizadas.

#### Rotaciones 1 Y 2

Valor por sesión realizada	25,000 COP
Número de sesiones realizadas	503
COSTO TOTAL	12.575.000

Durante la práctica de consulta externa los estudiantes realizaron un total de 503 sesiones cada una con un costo de 25.000, lo cual dio una ganancia total de 12.575.000

### 5.3. Proporción de cancelación de citas de fisioterapia programadas.

#### Rotaciones 1 Y 2

Número total de citas de fisioterapia canceladas en el período	Número de citas programadas en el período
121	665

Dentro de la IPS Escuela Nacional del Deporte se programaron un total de 665 sesiones de las cuales se registraron 121 inasistencias de pacientes, lo que representa un 18,19% del total, razones de inasistencia en su mayoría fueron excusadas por motivos de viaje, estudios y problemas de transporte.



## 6.0 IMPACTO

### 6.1.1 Puntualidad en el desarrollo de las actividades

Puntualidad del Fisioterapeuta en formación	
Si	14
No	0
Total	14

**Interpretación:** De 14 encuestas realizadas, 14 calificaron “Excelente” en cuanto a la puntualidad en el desarrollo de las actividades.

### 6.1.2 Calificación de Procedimiento Realizado

Procedimiento utilizado	
Excelente	14
Bueno	0
Aceptable	0
Deficiente	0
Malo	0
Total	14

**Interpretación:** De 14 encuestas realizadas, 14 calificaron “Excelente” en cuanto a los procedimientos realizados.

### 6.1.3 Clasificación de los Recursos Utilizados.

Recursos utilizados	
Excelente	14
Bueno	0
Aceptable	0
Deficiente	0
Malo	0
Total	14

**Interpretación:** De las 14 encuestas realizadas, 14 calificaron “Excelente” en cuanto a la clasificación de recursos utilizados

#### 6. 1.4 Información Recibido por el Estudiante

Información Recibida por el FT	
Excelente	14
Bueno	0
Aceptable	0
Deficiente	0
Malo	0
Total	14

**Interpretación:** De 14 encuestas realizadas, 14 calificaron “Excelente” en cuanto a la información recibida por parte del estudiante

#### 6.1.5 Actitud del Estudiante

Actitud del FT	
Excelente	14
Bueno	0
Aceptable	0
Deficiente	0
Malo	0
Total	14

**Interpretación:** De 14 encuestas realizadas, 14 calificaron “Excelente” en cuanto a la actitud del estudiante.

#### 6.1.6 Nueva Intervención con Estudiante

Nueva Intervención con Estudiante	
SI	14
NO	0
Total	14

**Interpretación:** De 14 encuestas realizadas, 14 calificaron “Excelente” en cuanto a permitir una nueva intervención del estudiante.

## 6. 2 Actividades de Promoción, Prevención y Proyección Social

Rotación 2			
ACTIVIDAD/ TEMA	FECHA	METODOLOGÍA	NUMERO DE USUARIOS
Estrés laboral	24 de marzo del 2023	Se realizaron entrega de folletos con información sobre el tema a tratar, adicional entregaron un flash card para donde indicaba actividades para realizarse en momentos de estrés.	10
Lograr una conciencia en los usuarios sobre la importancia de dormir bien	31 de marzo del 2023	Se realizó la entrega de infografías sobre el tema, un afiche sobre la guía para mejorar el hábito de dormir bien, se realizó una exposición con cada uno de los participantes presentes	12 usuarios
Fibromialgia	31 de mayo del 2023	Se realizó una charla sobre que es la fibromialgia y las complicaciones que genera en la salud mental de los que padecen, se les dió la charla acercándose a los usuarios de la ips donde por grupos se les daba la información	16 usuarios
Planes Caseros	2 de junio del 2023	Se realizó entrega de los diferentes planes caseros a los pacientes	

## 6.3 Cobertura de Intervención de los Programas de Promoción, Prevención y proyección social

Rotación 1 Y 2			
Programa	Total, de usuarios orientados y capacitados	Número de pacientes convocados	Porcentaje de Cobertura (%)
Hipertensión arterial	Estudiantes y personal END	Estudiantes y personal END	100%
Fibromialgia	Personal IPS	Personal IPS	100%

#### 6.4. COMPONENTE SESIONES PROGRAMADAS

Número de sesiones realizadas	Número de sesiones programadas	Porcentaje de cumplimiento %
Rotación 1 Y 2		
503	665	75,64 %

#### 6.5 PROPORCIÓN DE INASISTENCIAS DE CITAS PROGRAMADAS

Número de sesiones que el paciente no asistió	Número de sesiones programadas	Porcentaje de de inasistencia %
Rotación 2		
121	665	18,19%

### 7. CONCLUSIONES

Durante ambas rotaciones de la práctica de consulta externa, se tuvo contacto con una amplia variedad de pacientes los cuales presentaban diferentes diagnósticos médicos, lo cual es positivo para la formación profesional de los estudiantes ya que permite fortalecer tanto los conocimientos básicos y aplicarlos a la práctica lo que nos va a permitir potenciar la capacidad para identificar y analizar necesidades de los usuarios, plantear objetivos y planes de tratamiento.

### ANEXOS FOTOGRAFÍA

## PLANES CASEROS

### ESTIRAMIENTOS

Acostado boca arriba, flexionar una rodilla a la vez ubicando las manos sobre el muslo debajo de la rodilla para acercarla mas hacia el pecho. 2 repeticiones sosteniendo 15 segundos.

Acostado boca arriba, flexionar ambas rodillas, ubicar el pie derecho sobre rodilla izquierda. Ubicar las manos sobre el muslo debajo de la rodilla izquierda para acercarla mas hacia el pecho. 2 repeticiones sosteniendo 15 segundos.

### USO DE CAMINADOR

#### RECOMENDACIONES

- Asegurarse que el mango donde sostiene el baston, se encuentre a 4 dedos por debajo de la altura de la cadera.
- Usarlo en el lado donde sienta menos inseguridad para desplazarse o permanecer en bipedestacion estatica.
- Siempre salir con él asi no lo use.
- Asegurarse que la base no se encuentre desgastada, sino que sea lo mas estable posible.

<http://www.scito.org.co/scito.php?script=usamendajandocor-w477000000000004>  
<https://www.renalytic.org/pdf/663/66300000000000000000.pdf>

### Plan casero

#### PACIENTE JOILYN MUÑOZ

Realiza: Stephany Holguin  
Asesor: Zulamy Agudelo  
Fisioterapia 8 semestre

### EQUILIBRIO + FORTALECIMIENTO CUADRICEPS

- De pie, con una base estable de la cual realizar apoyo con manos, con un pie a la vez lo despegas del suelo realiza flexion de rodilla luego extension y dirige la punta del pie al frente-al lado-atras y vuelve al centro.
- Ubicar un objeto moderadamente alto enfrente de la persona, cono con un pie a la vez realizar extension de rodilla sin apoyo en el suelo y pasar el pie sobre el objeto.

De cada ejercicio realizar 3 series de 10 repeticiones.

### FORTALECIMIENTO GLUTEO MEDIO

- Acostado de lado sobre superficie estable. Realizar elevacion de pierna hacia arriba, sosteniendo 6 segundos.
- Ubicada al lado de un escalon bajo, bajar el pie cercano al borde (hacia el escalon mas bajo), luego elevarlo de modo que la cadera quede estable y los pies queden al mismo nivel, en esta posicion sostener 6 segundos.

De cada ejercicio realizar 3 series de 10 repeticiones.

### RESISTENCIA AEROBICA

Ubicarse frente a un escalon de base estable, asegurarse de tener apoyo en manos. Pisar el escalon alternando los pies de forma continua. Realizarlo durante 1 minuto seguido.

### FORTALECIMIENTO CORE

Acostada boca arriba en superficie estable. Flexionar rodillas, apoyando pies sobre colchoneta o cama. Ubicar un balon mediano o una almohada entre rodillas, ejerciendo presion para no dejarlo caer. Impulsarse hacia arriba y afrente para alcanzar el objeto con una mano a la vez.

### ¡No lo dejes para después!

#### MÉTODO KLAPP

Propuestos por el Dr. Rudolf Klapp, en 1905. Hace referencia a ejercicios terapéuticos fundamentales para corregir o disminuir la escoliosis; que es la desviacion inadecuada de la columna.

### MARCHA DE KLAPP

En cuadrupedia, realizar marcha de gatico, con mano y pie contrario. 5 pasos de ida y vuelta.

#### RECOMENDACIONES

- Usar una almohada debajo de rodillas. No debe generar dolor ni exceso de fatiga.
- Se pueden alternar tiempos, una serie dividida en 2 de 5 segundos.
- No inclinar ni mover la cadera.
- Ubicarse en superficie estable y con buen espacio (ya sea la cama o sobre el suelo, con colchoneta o cobija).
- Usar bajo el abdomen una almohada o balon grande, si las posiciones bajas se dificultan.

### plan casero

#### PACIENTE DORIS ZAMORANO

Realiza: Stephany Holguin  
Asesor: Zulamy Agudelo  
Fisioterapia 8 semestre

### 1. POSICIÓN BAJA

Ubicarse en superficie estable. Apoyo de rodillas y palmas. Acercar el pecho al suelo, (podria apoyar antebrazos). Girar la cabeza y parte de la columna hacia la izquierda.

De cada ejercicio realizar 12 repeticiones. Sostener por 30 segundos.

### 2. POSICIÓN SEMIBAJA

En posicion de cuadrupedia, inclinar el pecho hacia el suelo SIN apoyar antebrazos. Inclinar cabeza y dorso hacia la izquierda.

De cada ejercicio realizar 12 repeticiones. Sostener por 30 segundos.

### 3. POSICIÓN HORIZONTAL

En posicion de cuadrupedia, realizar apoyo en rodillas y palma de manos SIN doblar codos. Inclinar cabeza y dorso hacia la izquierda.

De cada ejercicio realizar 12 repeticiones. Sostener por 30 segundos.

### 4. POSICIÓN SEMIERGUIDA

En cuadrupedia, realizar apoyo sobre rodillas y manos en posicion de puño, logrando elevar un poco mas la columna. realizar la inclinacion hacia la izquierda.

De cada ejercicio realizar 12 repeticiones. Sostener por 30 segundos.

### 5. POSICIÓN ERGUIDA

Realizar apoyo sobre rodillas y menos apoyo sobre manos, en lo posible solo sobre punta de los dedos. Inclinar la cabeza hacia la izquierda.

No forzar demasiado la posicion de columna. La cadera no se debe inclinar tanto ni hacia atras ni hacia adelante, en posicion neutra.

### 6. POSICIÓN INVERTIDA

Realizar apoyo solo sobre rodillas. Tronco se encuentra erguido. Evitar apoyarse o sentirse sobre los pies.

### PLAN DE TRATAMIENTO CASERO

#### PACIENTE Julio Cesar Montoya

#### OBJETIVO GENERAL

Mejorar la estabilidad y equilibrio dinámico durante las fases de la marcha

#### DIAGNOSTICO

Secuelas de ACV

Andrew Martinez Marin  
8vo Semestre  
Asesora FT Ayda Zulamy Agudelo Martinez

### ELEVACION DE RODILLAS

Realizar pasos, un pie de la pierna con elevacion de la rodilla exagerada. Realizar 2 series de 10 pasos.

### MARCHA EN TALONES

Realizar pasos exagerando siempre el talón y elevando la rodilla de manera exagerada 2 series de 10 pasos.

### SUBIR ESCALERA

Debe subir y bajar las escaleras de la pierna con elevacion exagerada de las rodillas, realiza 5 subidas y bajadas de las escaleras.

### MARCHA EN LINEA

Con la linea de la pierna de gata se debe caminar apoyando el pie sobre la linea, realiza 2 series de 10 pasos.

### PLAN DE TRATAMIENTO CASERO

#### PACIENTE Manuela Beltrán

#### OBJETIVO GENERAL

Aumentar los rangos de movilidad y estabilidad del hombro

#### DIAGNOSTICO

Lesión del hombro

Andrew Martinez Marin  
8vo Semestre  
Asesora FT Ayda Zulamy Agudelo Martinez

### MANEJO DEL DOLOR

Procederá a hervir agua en una olla, seguidamente remojará una toalla o trapo y posteriormente aplicará el calor en el hombro por 15 minutos con el fin de disminuir el dolor.

### MOVILIDAD ESCAPULAR

La mano del hombro lesionado apoyada contra la pared, debe llevar el pecho hacia delante y hacia atras con el fin de que la escapula se mueva, se realiza 2 series de 10 repeticiones.



## PLAN DE TRATAMIENTO PACIENTE A INTERVIR:

Julio Cesar Henleya

### DIAGNÓSTICO

Susculsa de ACV

Juan Esteban Ossa

Talabares

Bio biomecánicos

Assessors FT AYla

Zulmary Apudelo

Con la ayuda de un pariente o paciente o un amigo, el paciente, pasará caminando en la cinta, y realizará con ayuda de la cinta, los ejercicios que se le indiquen para mejorar la fuerza, y movimientos con parámetros fijos de tiempo y velocidad, durante el día en su vivienda hasta 1 hora.

6 veces en 1 semana

Con la ayuda de un pariente o paciente o un amigo, el paciente pasará caminando en la cinta, y realizará con ayuda de la cinta, los ejercicios que se le indiquen para mejorar la fuerza, y movimientos con parámetros fijos de tiempo y velocidad, durante el día en su vivienda hasta 1 hora.

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

3 veces en 1 semana

## Objetivo general:

Mejorar la movilidad activa, control del balance corporal, estabilidad de musculatura central, equilibrio dinámico durante las fases de la marcha, flexibilidad y fuerza durante el gesto de la deambulación.

Apoyándose de las características en la práctica como:

como a: estabilidad de columna, desequilibrio de control

la marcha está en una posición de un equilibrio de

la parte superior, el equilibrio de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

de la parte superior de la parte superior de la parte superior

Con la ayuda de un pariente o paciente o un amigo, el paciente pasará caminando en la cinta, y realizará con ayuda de la cinta, los ejercicios que se le indiquen para mejorar la fuerza, y movimientos con parámetros fijos de tiempo y velocidad, durante el día en su vivienda hasta 1 hora.

6 veces en 1 semana

Con la ayuda de un pariente o paciente o un amigo, el paciente pasará caminando en la cinta, y realizará con ayuda de la cinta, los ejercicios que se le indiquen para mejorar la fuerza, y movimientos con parámetros fijos de tiempo y velocidad, durante el día en su vivienda hasta 1 hora.

6 veces en 1 semana


Con la ayuda de un pariente o paciente o un amigo, el paciente pasará caminando en la cinta, y realizará con ayuda de la cinta, los ejercicios que se le indiquen para mejorar la fuerza, y movimientos con parámetros fijos de tiempo y velocidad, durante el día en su vivienda hasta 1 hora.

6 veces en 1 semana

Con la ayuda de un pariente o paciente o un amigo, el paciente pasará caminando en la cinta, y realizará con ayuda de la cinta, los ejercicios que se le indiquen para mejorar la fuerza, y movimientos con parámetros fijos de tiempo y velocidad, durante el día en su vivienda hasta 1 hora.

6 veces en 1 semana

Con la ayuda de un pariente o paciente o un amigo,



## PLAN CASERO


### ROGER ANDRÉS SALAZAR

#### OBJETIVO

- Promover la activación de los músculos paravertebrales y rotadores laterales del tronco.

Realizar la movilidad todos los días antes de iniciar con los ejercicios.


- Realizar cada ejercicio **1 a 2 veces**.
- Duración de cada ejercicio **30 segundos**.



#### 1 EJERCICIOS PARA PELVIS

Sentado en una colchoneta lleva los pies en simétrica, con ambas manos sostiene los pies mientras lleva el tronco hacia adelante.

**Recomendación:** Mantener un grado de inclinación no tan pronunciado para activar mayormente los extensores del tronco y abdominales altos-medios.



## PLAN CASERO


### ROGER ANDRÉS SALAZAR

#### OBJETIVO

- Promover la activación de los músculos paravertebrales y rotadores laterales del tronco.

Realizar la movilidad todos los días antes de iniciar con los ejercicios.

- Realizar cada ejercicio **1 a 2 veces**.
- Duración de cada ejercicio **30 segundos**.



#### 2 EJERCICIOS PARA TRONCO Y PELVIS

Acostado boca abajo sobre colchoneta o cama, apoyar los pies sobre la pared, apoyar los brazos en la colchoneta y elevar la pelvis, realizar movimiento arriba y abajo.

**Recomendación:** Mantener el tronco lo más recto posible, mantener la pelvis elevada y contraer el abdomen durante el ejercicio.

## PLAN CASERO ISMAEL ENRIQUE CAMPO

### PASO A PASO

#### OBJETIVO

- Promover la activación de la fibra de los músculos de la mimica facial para mejorar la simetría facial.

1

#### FACIAL

Sentado frente a un espejo con las manos apoyadas en las piernas, realiza elevación de las cejas y baja frunciendo el ceño.

**Recomendación:** Realizar movimiento de forma controlada, mantener los ojos abiertos durante el ejercicio.

2

#### FACIAL

Sentado frente a un espejo con las manos apoyadas en las piernas, junta los labios e intenta elevarlos formando una sonrisa sin mostrar los dientes.

3

#### FACIAL

Sentado frente a un espejo con las manos apoyadas en las piernas, realista separa los labios mostrando los dientes mientras los aprieta con fuerza.

## LUMBAGO INESPECIFICADO PLAN CASERO

- La columna lumbar se compone de pequeños huesos conocidos como (**vertebras lumbares**) que se unen entre sí con otras estructuras por medio de ligamentos, músculos y son separados por los discos cartilaginosos.

- Las lesiones en cualquiera de estas estructuras pueden provocar dolor localizado o generalizado, con mayor frecuencia se puede presentar dolor en una zona específica o acompañarse de dificultades para desempeñar algún movimiento o mantenimiento de postura.

- Una base importante en el tratamiento de esta patología es la implementación de ejercicios que permitan recuperar la movilidad de la parte inferior de la espalda y a su vez que permita mejorar la flexibilidad de los tejidos blandos que la conforman.

### IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

- Realizar actividad física ha demostrado ser uno de los tratamientos con mayor efecto de efectividad para la prevención de dolores lumbares, datos que permiten reducir ligera y progresivamente la intensidad de dolor y mejorar la función física de quienes sufren de dolor lumbar.
- Además uno de los factores predisponentes para presentar un dolor lumbar es la inactividad y debilidad muscular.

#### BENEFICIOS

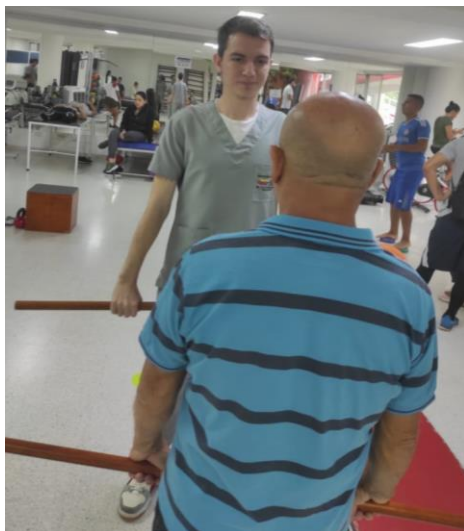
- Disminución del dolor lumbar.
- Fortalecimiento muscular.
- Reduce la tensión mecánica de los vertebrados.
- Mejora la condición física.
- Mejora la postura.
- Previene lesiones.
- Mejora la circulación.

#### EJERCICIO PARA CORD

Brca arista, rodilla flexionada, pies apoyados en la calcetín, correa el abdomen hacia izquierda y hacia arriba, realizando el movimiento de bicicleta, mientras se intenta se extender la cintura hacia el lado izquierdo, aprieta firme. Realizar 10 repeticiones y 10 seg de descanso.

#### EJERCICIO PARA LA PELVIS

Brca arista, manos apoyadas sobre la calcetín, rodilla flexionada, pies apoyados en la calcetín, mientras se intenta se extender la cintura hacia el lado izquierdo, aprieta firme. Realizar 10 repeticiones y 10 seg de descanso.






## Actividad de Prevención Y Promoción







ESCUELA  
NACIONAL  
DEL DEPORTE

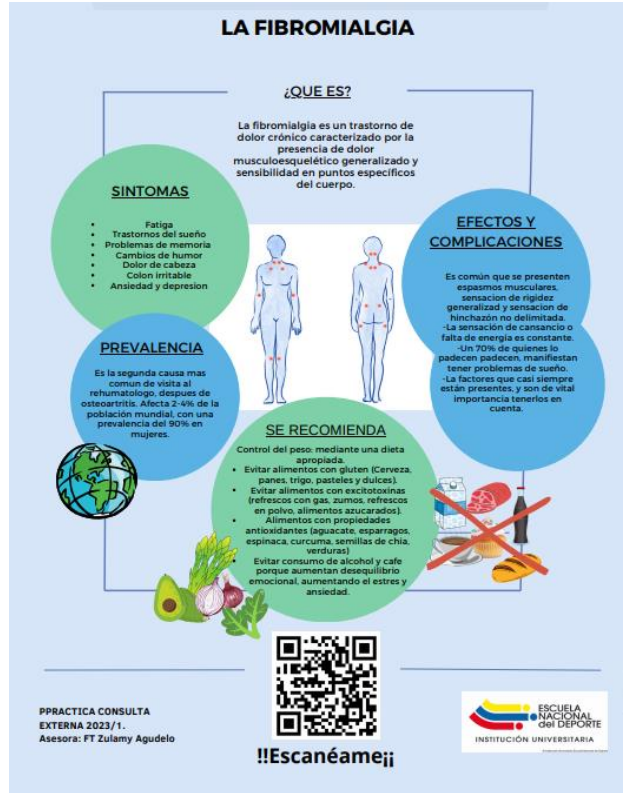
I.U. ESCUELA NACIONAL DE DEPORTE

PROGRAMA DE FISIOTERAPIA PRÁCTICA SALUD PÚBLICA 2020

LISTADO DE ASISTENCIA

PROGRAMA: Fisioterapia ESCENARIO: IP3-6ND FECHA: 2023, Mes: Mayo  
RESPONSABLES: Josely, S. Moraga, S. Bolívar

	NOMBRE	IDENTIFICACION	TELÉFONO	SEXO	FECHA Y HORA DEL ENCUENTRO	EDA D	RÉGIMEN DE SALUD				ESTRA TO SOCIO S.	FIRMA
							Con t.	Sub s.	Vin c.	Otro		
1	Glady Velasco	25550844	312 846258	F		62	X					Glady Velasco
2	Rafael Hurtado	31224151	314 6083155	F		70	X					Rafael Hurtado
3	Monela Beltrán	38496923	4003862	F		73	X					Monela Beltrán
4	Moro de los Angeles	31281389	3019870065	F		66	X					Moro de los Angeles
5	Duber Pardo	16764552	3122127757	M		54	X					DUBER. PARD
6	Juan Carlos G	71.238.921	313646754	F		71	X					Juan Carlos G
7	Juan Carlos G	1005029911	3051856990	M		21	X					Juan Carlos G
	Patricia Cruz	114394662	301 345 8661	M		24						Patricia Cruz
	Linda Valente Lasso	1107582345	3188864532	F		24	X					Valente Ramos
	Juan Diego Bracho	1006542465	3006727804	M		22	X					Juan Diego Bracho
	Maylin Pantoja Siles	1007618378	310713379	F		22				X		Maylin Pantoja Siles



## FORMULARIO DE ASISTENCIA

#	Nombre	Apellido	Cedula	Fecha	Firma
1	Paulo	Gonzalez	60988347	24/03/23	
2	Adriano	Taba	106229646	24/03/23	
3	Andrés	Sarria	113061263	24/03/23	
4	Andrés G.	Medina	1059446213	24/03/23	
5	Nhoro A.	Cuero Ponce	1144632040	24/03/23	
6	Liseth Figueroa	Figueroa Elazo	1661799840	24/03/23	
7	Yosid	U.	1151468832	24/03/23	
8	Maria Camila	Rodriguez	1058899081	24/03/23	
9	Andrés	Rodriguez	1107520635	24/03/2023	
10	Luisa Fernanda	Sanabria Molina			

## ESTRÉS EN LA SALUD MENTAL

La OMS lo define en (2004) como "La reacción que puede tener el individuo ante exigencias y presiones laborales que no se ajustan a sus conocimientos y capacidades y que ponen a prueba su capacidad para enfrentar la situación".

### ESTRÉS LABORAL

El estrés laboral se reflejan en condiciones psicosociales adversas o desfavorables a nivel físico, emocional y cognitivo.

### FASES DEL ESTRÉS

- 1. FASE DE ALARMA:** Reacción natural del organismo, liberación de cortisol o adrenalina.
- 2. FASE DE RESISTENCIA:** Situación que se prolonga en el tiempo, el cuerpo genera resistencia activa para no presentar síntomas de agotamiento.
- 3. FASE DE AGOTAMIENTO:** Se presenta agotamiento fisiológico afectando emocional, física y cognitivamente a la persona.

### MANIFESTACIONES EMOCIONALES

Irritabilidad, ansiedad, problemas de sueño, depresión, agitación, sentirse abrumado, soledad, aislamiento, desgaste y problemas familiares.

### MANIFESTACIONES COGNITIVAS

Dificultad para concentrarse, pérdida de la memoria, ajetreo, solo ve lo negativo, preocupación constante, tomar decisiones y pensamientos anticipatorios.

### MANIFESTACIONES FISIOLÓGICAS

Problemas de espalda, bajas defensas, úlceras pépticas, problemas cardíacos, hipertensión, dolor estomacal, sudoración excesiva, estreñimiento, acidez estomacal.

### MANIFESTACIONES FÍSICAS

Contracturas musculares, dolor en el pecho, palpitaciones, disminución del deseo sexual, enfermedades respiratorias, dolor de espalda, dolor de cabeza.

Práctica de consulta externa 2023-1.  
Asesora FT Agudelo, Z.

¡Escanéame!

ESCUELA NACIONAL del DEPORTE  
INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA

### MANEJO PARA REDUCIR EL ESTRÉS

- Realizar actividad física de 2 a 3 veces a la semana durante 40 minutos.
- Comer balanceado (frutas, verduras, pocos carbohidratos, proteíno).
- Realizar actividades de ocio como pintar, ver películas, leer libros, hacer caminatas al aire libre.
- Organizar una agenda para administrar mejor el tiempo a cada obligación tanto laboral como familiar.
- Pasar tiempo con la familia y amigos.
- Practicar algún deporte de interés 2 a 3 veces por semana.
- Dormir de 6 a 8 horas diarias.
- Beber 1 a 1.5 litros de agua diaria.

## PEQUEÑA GUÍA PARA DORMIR MEJOR

(Entrevista con el Dr. Rafael Santana\*).

EL SUEÑO ES ESENCIAL PARA NUESTRO CUERPO, PERO SOLEMOS IGNORAR SU IMPORTANCIA.

ESTA GUÍA TE AYUDARÁ A CUIDAR MÁS DE EL:

### Un consejo para antes de dormir

ANTE CUALQUIER LUZ (INCLUIDAS LAS PANTALLAS), EL CEREBRO SE ACTIVA.

PARA EVITARLO, SE RECOMIENDA APAGAR TODOS LOS APARATOS ELECTRÓNICOS

**2 hrs**

ANTES DE DORMIR.

### Un consejo para dormir

A VECES LAS TAREAS PENDIENTES POR LA FALTA DE ORGANIZACIÓN TE QUITAN HORAS DE SUEÑO.

HAZ UNA AGENDA CON TODO LO QUE HACES EN TU DÍA E INTENTA RESPETARLA LO MÁXIMO POSIBLE.

### Un consejo al despertar

LLEVA UN DIARIO DONDE ANOTES:

- LA HORA EN LA QUE TE ACOSTASTE
- QUÉ TANTO TE COSTÓ QUEDARTE DORMIDO
- ESTO TE AYUDARÁ A ENCONTRAR ASPECTOS QUE INFLUYEN PARA BIEN Y PARA MAL EN TU CALIDAD DE SUEÑO.
- SI DESPERTASTE DURANTE LA NOCHE
- SI DESCANSASTE, ETC.

RECOPILAMOS ALGUNAS PUBLICACIONES QUE PUEDEN AYUDARTE A DORMIR MEJOR.

\*Director de la Clínica de Trastornos del Sueño de la UNAM.

DESCÁRGALA EN: [gumroad.com/pictoline](https://gumroad.com/pictoline)

**PICTOLINE**

## **INFORME DE GESTIÓN PRÁCTICA CLÍNICO ASISTENCIAL**

**AGENCIA DE PRÁCTICA  
IPS ESCUELA NACIONAL DEL DEPORTE**

**DOCENTE COORDINADOR  
AYDA ZULAMY AGUDELO MARTÍNEZ**

**Catalina Leon Realpe  
Diego Fernando Ordoñez Camacho  
Mariana Paredes Triana  
Nicolas Perez Echeverri  
Cristian Camilo Vera Soto  
Mayra Alexandra Wilches Hoyos  
Juan Camilo Castillo Guerrero  
Valentina Gonzalez Bonilla  
Michelle Camila Herran Rico  
Yulieth Fabiana Hoyos Rodriguez  
Karen Nathalia Murillo Mosquera  
Luis Eduardo Ibarbo Quiñones**

**INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA ESCUELA NACIONAL DEL DEPORTE  
FACULTAD DE SALUD Y REHABILITACIÓN**



## INTRODUCCIÓN

En la presentación de este informe se detalla la ejecución en la práctica consulta externa de las 16 semanas divididas en dos rotaciones, las cuáles constan de 8 semanas. El primer día se realiza una inducción general para conocer las actividades que se realizarán durante el periodo de práctica. El primer día de intervención se realiza evaluación de pacientes para crear un plan de tratamiento individualizado a cada uno, donde se logra atender tres pacientes en la jornada de 8 am a 11 am, se establece el horario de llegada al sitio de práctica a las 7:30 am para acomodar los implementos necesarios para realizar la terapia y a las 11 am se realizan las respectivas evoluciones y retroalimentación de la jornada. Los días miércoles y viernes se realiza revisión de tema por parte de los estudiantes con intervención de la profesora. Adicionalmente se realizan campañas de prevención y promoción para los usuarios, donde se habla sobre el control postural y con la salud mental.

A partir de lo anterior, se presenta el respectivo informe de gestión, dando cumplimiento a cada una de las actividades y detallando el desarrollo de cada una de ellas. Además de esto se presentan las estadísticas representando la asistencia de los pacientes a las terapias físicas- neurológicas y actividades de promoción y prevención en salud y el impacto que se generó.

### 1. DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA PRÁCTICA

DESCRIPCIÓN GENERAL	
Programa	Fisioterapia
Nombre de la Práctica	Consulta Externa I
Código	7380001D- 7380002D
Semestre	Octavo
Período	2023-2
Créditos	8 (7380001D:4 - 7380002D: 4)
Intensidad horaria a la semana	15 horas
Agencia de Práctica	IPS Escuela Nacional del Deporte
Nombre del docente	Ayda Zulamy Agudelo Martínez

## 2. OBJETIVOS

### 2.1 Objetivo General

Presentar las actividades administrativas y académicas de las atenciones individuales realizadas con los estudiantes de fisioterapia en práctica formativa de consulta externa de la Institución Universitaria Escuela Nacional del Deporte.

### 2.2 Objetivos Específicos

- Describir cada una de las actividades académicas y administrativas realizadas durante la atención individual de los usuarios de la IPS de la institución universitaria escuela nacional del deporte.
- Mostrar el impacto de la práctica y las actividades propuestas.
- Mostrar y describir las actividades académicas, administrativas y pyp desarrolladas en el tiempo de práctica.

## 3. GENERALIDADES DE LAS ROTACIONES

### ROTACIÓN 1

ROTACIÓN DE CONSULTA EXTERNA 1 (2023-2)	
<b>Número de Estudiantes.</b>	Seis (6).
<b>Estudiantes y Número de Cédula de la Rotación 1.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catalina Leon Realpe ( cc 1006166240)</li> <li>• Diego Fernando Ordoñez Camacho (cc 1007914531)</li> <li>• Mariana Predes Triana (cc 1006428116)</li> <li>• Nicolas Perez Echeverry ( cc 1113538297)</li> <li>• Cristian Camilo Vera Soto ( cc 1006015388)</li> <li>• Mayra Alexandra Wilches Hoyos (cc 1151966402)</li> </ul>

<b>Período.</b>	Rotación 1: 2023-2 (8 de agosto al 29 de septiembre 2023) 8 semanas.
<b>Días.</b>	Lunes - miércoles- viernes.
<b>Jornada.</b>	Mañana (7:30 AM - 12:30 PM).

**ROTACIÓN DE CONSULTA EXTERNA 2  
 (2023-2)**

<b>Número de Estudiantes</b>	Seis (6).
<b>Estudiantes y Número de Cédula de la Rotación 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Juan Camilo Castillo Guerrero (CC 1.006.230.321)</li> <li>• Valentina Gonzalez Bonilla (CC 1.006.035.215)</li> <li>• Michelle Camila Herran Rico (CC 1.005.965.176 )</li> <li>• Yulieth Fabiana Hoyos Rodriguez (CC 1.005.969.211)</li> <li>• Luis Eduardo Ibarbo Quiñones (CC 1.005.978.035)</li> <li>• Karen Nathalia Murillo Mosquera (CC 1.144.207.298)</li> </ul>
<b>Período</b>	Rotación 2: 2023-2 (4 de Octubre al 24 de Noviembre 2023) 8 semanas.
<b>Días</b>	Lunes - Miércoles- Viernes.
<b>Jornada</b>	Mañana (7:00 AM - 12:00 PM).

## ROTACION 1

Tema	Fecha	Responsables
Inducción general y específica práctica consulta externa I	8/08/2023	Personal de la IPS Docente Ayda Zulamy Agudelo Martínez
Revisión de tema: Revisión de los contenidos generales de evaluación neuromuscular y osteomuscular. Actividad administrativa de manejo de historia clínica, evolución y manejo de estadística de atención de usuarios Actividad Académica (independiente) – Generalidades de evaluación. Definición de usuarios y posibles terapeutas, así como organización de agenda.	11/08/2023	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martínez
Revisión de tema: Revisión de planeación de actividades terapéuticas dentro del significado del plan de tratamiento. Atención de Usuarios. Actividad administrativa de manejo de historia clínica, evolución y manejo de estadística.	14/08/2023	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martínez
Quiz #1	16/08/2023	Estudiantes de la práctica.
Revisión de tema: Lesión de tejidos blandos	18/08/2023	Estudiantes de la práctica. (Cristian Vera, Mayra Wilches)
Actividad práctica en IPS: consideraciones posturales, puntos clave de control, puntos de contacto, transiciones, objetivos de trabajo con paciente hemiparetico.	23/08/2023	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martínez Estudiantes de la práctica.



Revisión de tema: Abordaje de la marcha y sus alteraciones	24/08/2023	Estudiantes de la práctica (Catalian Leon, Mariana Paredes)
Revisión de tema: abordaje de paciente hemiplejico	25/08/2023	Estudiantes de la práctica (Diego Ordoñez, Nicolas Perez)
Revisión de Casos clínicos #1	30/08/2023	Estudiantes de la práctica.
Parcial #1	04/09/2023	Estudiantes de la práctica
Revisión de tema: Abordaje lesiones de hombro	18/09/2023	Estudiantes de la práctica (Catalina Leon, Mariana Paredes)
Revisión de tema: Lesión Medular	20/09/2023	Estudiantes de la práctica. (Cristian Vera, Mayra Wilches)
Revisión de tema: Parálisis Cerebral	21/09/2023	Estudiantes de la práctica (Diego Ordoñez, Nicolas Perez)
Actividad de promoción y prevención: Higiene Postural	22/09/2023	Estudiantes de la práctica (Catalina Leon, Diego Ordoñez, Nicolas Perez)
Revisión de Casos clínicos #2	27/09/2023 28/09/2023	Estudiantes de la práctica
Actividad de promoción y prevención: Meditación	29/09/2023	Estudiantes de la práctica (Mariana Paredes, Cristian Vera, Mayra Wilches)
Parcial #2	27/09/2023	Estudiantes de la práctica

## ROTACIÓN 2

Tema	Fecha	Responsables
Inducción general y específica práctica consulta externa 2	02/10/2023	Personal de la IPS Docente Ayda Zulamy Agudelo Martínez
Inicio de la práctica	04/10/2023	Zulamy Agudelo Estudiantes de Práctica VIII semestre

<p>Revisión de tema:</p> <p>Revisión de los contenidos generales de evaluación neuromuscular y osteomuscular.</p> <p>Actividad administrativa de manejo de historia clínica, evolución y manejo de estadística de atención de usuarios</p> <p>Actividad Académica (independiente) – Generalidades de evaluación.</p> <p>Definición de usuarios y posibles terapeutas, así como organización de agenda.</p>	06/10/2023	Zulamy Agudelo Estudiantes de Práctica VIII semestre
<p>Revisión de tema:</p> <p>Revisión de planeación de actividades terapéuticas dentro del significado del plan de tratamiento.</p> <p>Atención de Usuarios.</p> <p>Actividad administrativa de manejo de historia clínica, evolución y manejo de estadística.</p>	09/10/2023	Docente: Ayda Zulamy Agudelo Martínez
Quiz #1	11/10/2023	Estudiantes de la práctica.
<p>Atención de usuarios</p> <p>Acompañamiento del asesor durante la atención de usuarios</p> <p>Actividad de <b>promoción y prevención</b> (semana de la salud mental)</p>	13/10/2023	Asesor de Práctica: Zulamy Agudelo Estudiantes de Práctica
<p>Atención de usuarios</p> <p>Acompañamiento del asesor durante la atención de usuarios</p>	18/10/2023	Asesor de Práctica: Zulamy Agudelo Estudiantes de Práctica

<b>Revisión de tema:</b> Lesiones del manguito rotador	19/10/2023	Estudiantes de la práctica (Valentina Gonzalez y Michell Herran)
Atención de usuarios Acompañamiento del asesor durante la atención de usuarios Actividad administrativa	20/10/2023	Asesor de Práctica: Zulamy Agudelo Estudiantes de Práctica
<b>Revisión de tema:</b> Técnica de McKenzie y Williams	23/10/2023	Estudiantes de la práctica (Luis Ibarbo y Camilo castillo)
Atención de usuarios Acompañamiento del asesor durante la atención de usuarios Actividad administrativa	25/10/2023	Asesor de Práctica: Zulamy Agudelo Estudiantes de Práctica
<b>Revisión de Tema:</b> Abordaje de ECV	26/10/2023	Estudiantes de la práctica (Karen Murillo y Yulieth Hoyos)
Atención de usuarios Acompañamiento del asesor durante la atención de usuarios Actividad administrativa	01/11/2023	Asesor de Práctica: Zulamy Agudelo Estudiantes de Práctica
<b>Casos clínicos:</b> Grupo 1: Lesión medular y del manguito rotador Grupo 2: Condromalacia patelar	02/11/2023	Estudiantes de Práctica
Examen Parcial – Primer Momento	03/11/2023	Asesor de Práctica: Zulamy Agudelo Estudiantes de Práctica
<b>Revisión de tema:</b> Trauma craneoencefálico	09/11/2023	Samuel Mosquera
<b>Quiz #2</b>	15/12/2023	Estudiantes de la práctica.
Atención de usuarios Acompañamiento del asesor durante la atención de usuarios Actividad administrativa	17/11/2023	Asesor de Práctica: Zulamy Agudelo Estudiantes de Práctica
Examen Parcial – Segundo Momento	20/11/2023	Estudiantes de Práctica
<b>Actividades de promoción de</b> la Salud y <b>Prevención</b> de la Enfermedad: Semana del buen trato	20/11/2023	Estudiantes de la práctica

Atención de usuarios Acompañamiento del asesor durante la atención de usuarios Actividad administrativa	22/11/2023	Asesor de Práctica: Zulamy Agudelo Estudiantes de Práctica
<b>Casos clínicos:</b> Grupo 1: Disautonomía Grupo 2: Parálisis cerebral	23/11/2023	Estudiantes de Práctica
<b>Actividades de promoción de</b> la Salud y <b>Prevención</b> de la Enfermedad: Semana del buen trato  Finalización de la práctica.	24/11/2023	Estudiantes de la práctica

### 3.3 Actividades realizadas en la rotación

#### ROTACIÓN 1

ACTIVIDADES	
Revisiones de tema	Se realizaron revisiones de tema de manera sincrónica, en modalidad virtual sobre la evaluación neurológica en los pacientes con diferentes patologías y la correcta anamnesis que se debe realizar en la evaluación con el fin de profundizar en el componente teórico y de abordaje fisioterapéutico.
Revisiones de Casos clínicos	Se realizaron 4 revisiones de diferentes casos clínicos de tipo neurológico y osteomuscular, dichos casos corresponden a pacientes que asisten a terapia en la IPS, en el cual se realiza revisión de tema de la patología presentada, anamnesis del paciente, revisión por sistemas, evaluación del componente osteomuscular y la debida correlación clinicopatológica. Los casos clínicos se basaron en las siguientes patologías: espondilopatía y artritis psoriasis, Post poliomielitis, polineuropatías, Dolor lumbar inespecífico.
Revista médica	Durante la rotación se asistió a la revista médica MEDES la cual estaba programada cada lunes, en esta se realiza revisión de un caso clínico en conjunto con los fisioterapeutas, médicos deportólogos, médicos fisiatras y residentes médicos; en dicha revisión se presenta al paciente con su historia clínica, evolución y resumen de la patología, planteando objetivos específicos según diagnóstico y principales problemas del paciente. Después de presentado el caso, se realiza un tipo conversatorio dando espacio para manifestar inquietudes o ideas; las patologías presentadas durante la primera rotación fueron:
Actividades Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad	Durante las 8 semanas de rotación se realizaron actividades encaminadas a: <ul style="list-style-type: none"> <li>• 25 de septiembre se realizó una jornada de promoción de estilos de vida saludable, en donde el tema principal fue tratado alrededor de</li> </ul>

	<p><b>La postura influenciada por la salud mental.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 27 al 29 de septiembre se realizó una jornada de promoción de estilos de vida saludable, en donde el tema principal fue tratado alrededor de la <b>Meditación.</b></li> <li>• Entrega de Planes caseros a cada uno de los usuarios del servicio de fisioterapia a cargo de la Práctica de Consulta externa a cargo de la Docente FT Zulamy Agudelo durante la jornada de la mañana.</li> </ul>
Atención de pacientes	Se realizaron intervenciones por parte de los estudiantes de prácticas las cuales estuvieron encaminadas a la rehabilitación física y/o neurológica de los pacientes que acuden al servicio de fisioterapia en la IPS Escuela Nacional del Deporte , dentro de la atención a pacientes se logra evidenciar diferentes diagnósticos médicos tanto osteomusculares como neurológicos .
Parcial	Se realizaron parciales en dos momentos de la práctica con el fin de evaluar el conocimiento adquirido en los estudiantes durante la práctica.

## ROTACIÓN 2

ACTIVIDADES	
Revisiones de tema	Se realizaron revisiones de tema de manera sincrónica, en modalidad virtual y presencial acerca de trauma craneoencefálico, abordaje del síndrome del manguito rotador, abordaje de enfermedad cerebrovascular y técnica de McKenzie y Williams, en diferentes jornadas el grupo se dividió en parejas.
Revisiones de Casos clínicos	Se realizaron 4 revisiones de diferentes casos clínicos dos de tipo neurológico y dos osteomusculares, dichos casos corresponden a pacientes que asisten a terapia en la IPS, en el cual se realiza revisión de tema de la patología presentada, anamnesis del paciente, revisión por sistemas, evaluación del componente osteomuscular y la debida correlación clinicopatológica. Los casos clínicos se basaron en las siguientes patologías: espondilopatía y artritis psoriásica, trauma raquimedular, parálisis cerebral distónica y condromalacia patelar.
Actividades Promoción de la Salud y Prevención de la Enfermedad	Durante las 8 semanas de rotación se realizaron actividades encaminadas a: <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Para y respira:</b> En la semana del 9 al 13 de octubre se llevó a cabo una actividad de meditación con el objetivo de descargar las emociones fuertes y brindarle a los usuarios un momento de serenidad, confianza y desahogo en un espacio de la IPS ambientado.</li> <li>● <b>Liberate:</b> En la semana del 16 al 20 de Octubre, se llevó a cabo una actividad de libera tu ira por medio de actividades interactivas en un espacio de relajación con algunos usuarios, pacientes y profesionales que se unieron al encuentro.</li> <li>● <b>Humanización:</b> En la semana del 20 al 24 de Noviembre se ejecutó una actividad de concientización de la importancia de la humanización a los funcionarios y usuarios, inicialmente, se llevaron a cabo encuestas para conocer la opinión de los usuarios y posteriormente se realizaron charlas y actividades lúdicas con la opinión de estos.</li> </ul>
Atención de pacientes	Se realizaron intervenciones por parte de los estudiantes de prácticas las cuales estuvieron encaminadas a la rehabilitación física y/o neurológica de los pacientes que acuden al servicio de fisioterapia en la IPS Escuela Nacional del Deporte, dentro de la atención a pacientes se logra evidenciar diferentes diagnósticos médicos tanto osteomusculares como neurológicos.

Parcial	Se realizaron parciales en dos momentos de la práctica con el fin de evaluar el conocimiento adquirido en los estudiantes durante la práctica.
---------	--



### 3.4 Matriz DOFA de la Práctica ROTACIÓN 1

Aspectos Valorados	Debilidades	Oportunidades	Fortalezas	Amenazas
Académicos	-No se presenta	<p>-Aprendizaje de conocimiento neurológicos por parte de la docente de la IPS</p> <p>-Obtención de conocimientos de nuevas técnicas y métodos importantes para el abordaje de pacientes.</p> <p>- Perfeccionamiento de evaluaciones del paciente.</p> <p>-Disposición de la docente de la IPS, con el aprendizaje para el manejo de pacientes neurológicos, que fue algo nuevo para muchos estudiantes</p>	<p>-Manejo adecuado del tiempo durante las intervenciones realizadas.</p> <p>-Completa disposición de los estudiantes para la atención de sus pacientes.</p> <p>-Retroalimentación por parte de la docente acerca de lo práctico y teórico visto en la práctica</p> <p>-Diversidad de materiales que facilitaban la realización de las intervenciones de rehabilitación.</p>	- No se presenta.
Número de estudiantes	-No se presenta.	<p>-Buen flujo de pacientes.</p> <p>- Cantidad de estudiantes adecuados para el flujo de pacientes que presenta la IPS</p> <p>- Se presenta buen trabajo en equipo</p>	<p>-Responsabilidad y puntualidad con los horarios establecidos.</p> <p>-Creatividad e innovación para el desarrollo de las actividades propuestas.</p>	-No se presenta.

Infraestructura de la agencia	<p>-Falta de materiales para rehabilitación como sensitivos, cepillos, arnés de reeducación de la marcha para lesionados medulares y secuelas de ECV.</p> <p>Pocas camillas para atender a los pacientes neurológicos que requieren de una intervención más específica.</p>	<p>-Espacios adecuados para la intervención y desarrollo de las terapias físicas y neurológicas.</p> <p>-Excelente estado de las máquinas y materiales disponibles.</p> <p>-Buena cantidad de algunos materiales para la realización de rehabilitación</p>	<p>-Numerosas camillas para ejecución de terapia individual.</p> <p>-Buen ambiente laboral.</p> <p>-Espacios amplios y seguros para los pacientes y los estudiantes.</p>	- No se presenta.
Personal de la Agencia	-No se presenta.	<p>-Óptimo conocimiento del docente para todas las situaciones presentadas</p> <p>-Buena comunicación.</p> <p>- Disposición del personal de la IPS para aclarar dudas obtenidas</p>	<p>-Apertura a cambio de planes según las necesidades que se presenten en el momento</p> <p>-Relación entre docentes y estudiantes respetuosa y buena.</p> <p>-Actitud positiva y disposición de tiempo para despejar dudas.</p>	-No se presenta.
Número de usuarios	Mayor compromiso del paciente debido a que	-Identificación de las necesidades de los pacientes y así poder	-Buena adaptación de los estudiantes con los pacientes.	-No se presenta.

	<p>en ocasiones llega tarde, refiere que debe irse antes de la hora estipulada o muchas veces no va sin avisar.</p>	<p>intervenir de manera positiva y oportuna en su actividades de la vida diaria.</p>	<p>-Variedades de pacientes con diversidad de patologías lo que le permite al estudiante tener una mayor experiencia con respecto a la atención en consulta externa.</p> <p>-Aceptación y realización de la rehabilitación de forma positiva.</p>	
--	---	--	---	--

## ROTACIÓN 2

Aspectos Valorados	Debilidades	Oportunidades	Fortalezas	Amenazas
Académicos	<p>1. Se presentan algunos vacíos en lo conceptual sobre bases neurofisiológicas y abordajes de paciente neurológico.</p> <p>2. Los practicantes no cuentan con previas experiencias en el manejo de paciente neurológico.</p>	<p>1. Gran variedad de patologías que presenta la Ips permitieron afianzar conocimientos sobre el papel del fisioterapeuta en la intervención de pacientes neurológicos .</p> <p>2. El docente abordó diferentes temáticas relevantes para la práctica de consulta externa mediante las diferentes revisiones teóricas sobre la .</p>	<p>1. Los practicantes dentro de la IPS, cuentan con el apoyo por parte del personal de planta como docentes, médicos y fisioterapeutas, esto ante alguna duda puntual o situación de cualquier tipo que tenga que ver con la atención con la resolución de problemas del paciente.</p> <p>2. Los estudiantes cuentan con material e implementos que son de gran ayuda para el desarrollo adecuado de la jornada de práctica, suministrados por la IPS, además del apoyo para aprender a utilizarlos correctamente y entender para que se utilizan en pro de los pacientes.</p> <p>3. Fácil adaptación por parte de los</p>	<p>1. Problemas técnicos de la página de la IPS, que en ocasiones impide llevar a cabo las evoluciones de las actividades desarrolladas con los pacientes.</p> <p>2. Falta de equipos que sustituyan la energía, en caso de un apagón para evitar la cancelación de las actividades.</p>

			estudiantes de práctica.  4. Buena actitud y responsabilidad a la hora de realizar las actividades planteadas.	
Número de estudiantes	1. Pocos estudiantes para la atención de pacientes, lo que limita el acceso a más población.	1. Por la poca cantidad de estudiantes hubo diferentes patologías que permitieron adquirir conocimientos sobre el papel del fisioterapeuta de manera individual con diferentes abordajes	1. La totalidad del grupo muestra capacidad de manejo hacia sus pacientes, complementando con acompañamientos a la población.  2. El grupo de practicantes logra adaptarse y responder a las diversas situaciones que se presentaron a lo largo de las evaluaciones e intervenciones.	1. La cantidad de estudiantes de otras rotaciones reduce los espacios para realizar la intervención con los pacientes.
Infraestructura de la agencia	1. A pesar de la alta calidad en los espacios de prácticas de la IPS, en ocasiones, la alta demanda de atención a usuarios limita el uso de medios físicos, camillas o ayudas terapéuticas.  2. Los equipos de cómputo presentan en ocasiones limitaciones para el ingreso y digitación por desconexión de la red de internet.	1. La IPS cuenta con espacios disponibles para realizar una expansión de sus instalaciones en el momento que así lo decida o requiera.  2. Adquisición de nuevos equipos, que permiten la experiencia con diferentes tipos de herramientas en los estudiantes.  3. La ubicación de la IPS facilita a los trabajadores	1. La IPS cuenta con una buena seguridad dentro y fuera de sus instalaciones, lo cual es de gran ayuda para el personal que labora allí, incluso para los pacientes al momento de dejar pertenencias.  2. Dispone de instalaciones que se encuentran totalmente limpias y aseadas para el correcto uso tanto de los estudiantes como	1. Los casilleros que brinda la ips para guardar los implementos de los practicantes son muy pocos, y hay algunos en mal estado lo que limita aún más por la alta demanda de practicantes.  2. El espacio que se le brinda a los estudiantes para realizar evaluaciones y demás actividades académicas es muy reducido.  3. Falta del servicio de agua constantemente.

		poder desplazarse al sitio, ya sea en transporte público o propio.	del personal que labora dentro de la empresa y los pacientes.  3. La IPS cuenta con los espacios, recursos y materiales adecuados para llevar a cabo las sesiones de terapia con los pacientes y brindarles la mejor atención.	
Personal de la agencia	1. En el caso de las encargadas de la recepción, al haber una limitación en el sistema de acceso a la IPS, no pueden registrar a algunos de los usuarios que ingresan al sitio, dificultando su evolución.	1. El personal es amable y cordial lo que crea un ambiente cálido y de confianza.  2. La IPS cuenta con diferentes especialidades, lo cual facilita interconsultas en casos clínicos complejos.	1. El apoyo que brinda el personal de la IPS, para fomentar un mejor proceso de rehabilitación en cada uno de los pacientes.  2. Se cuenta con un personal de médicos deportólogos que brindan diferentes conocimientos a los estudiantes de práctica.	1. La organización del sitio, puesto que el personal es muy desorganizado con los equipos de rehabilitación, siendo esto un limitante ya que en ocasiones se pierden las cosas o están en mal estado, por lo cual no se pueden utilizar con los pacientes.
Número de usuarios	1. Alta demanda de usuarios que requieren terapias, ocasionando saturación en la prestación del servicio.	1. Gracias al alto número de pacientes, se cuenta con la oportunidad de intervenir en diferentes patologías, logrando así una mayor experiencia.	1. Cantidad de usuarios en relación a estudiantes, puesto que cada practicante tiene un paciente por hora, logrando una atención individualizada.	1. Falta de automatización en los procesos de cancelación de pacientes que no asisten a las sesiones de fisioterapia, limitando el acceso a nuevos usuarios interesados.  2. La inasistencia de algunos pacientes retrasa y/o ocasiona un retroceso en el proceso de rehabilitación.

## INFORME DE LAS ACTIVIDADES DE REHABILITACIÓN ROTACIÓN 1 Y 2

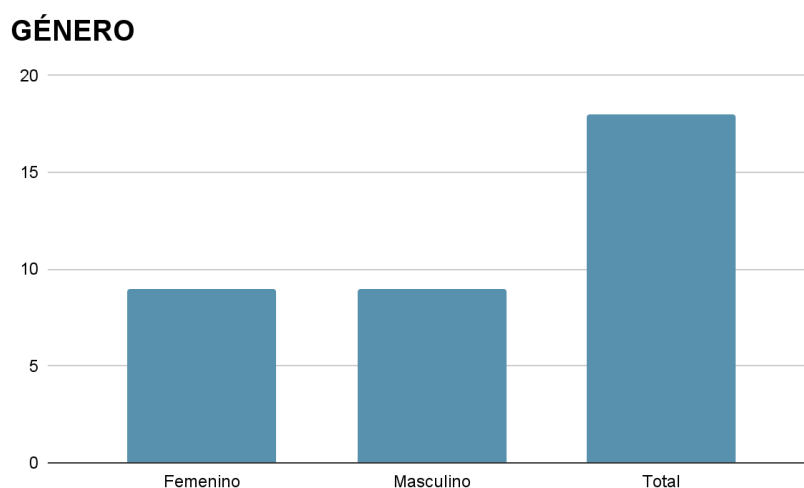
### ESTADÍSTICAS

#### 4.0 Pacientes atendidos por género

##### ROTACIÓN 1

PACIENTES ATENDIDOS POR GÉNERO	
Masculino	9
Femenino	9
<b>Total</b>	<b>18</b>

**Tabla 1. Pacientes atendidos por género.**



**Gráfico 1: Pacientes atendidos por género en la rotación 1**

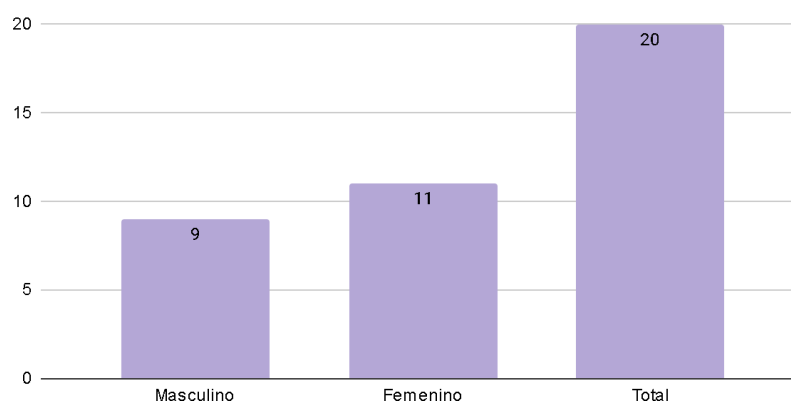
**Descripción gráfico 1:** Durante la Rotación 1, se contó con la participación de 18 pacientes atendidos, de los cuales fueron 9 del género masculino y 9 del género femenino, lo cual indica una igual prevalencia en el servicio de los pacientes.

##### ROTACIÓN 2

PACIENTES ATENDIDOS POR GÉNERO	
Masculino	9
Femenino	11
<b>Total</b>	<b>20</b>

**Tabla 2. Pacientes atendidos por género en la rotación 2.**

PACIENTES ATENDIDOS POR GÉNERO



PACIENTES ATENDIDOS POR GÉNERO

**Gráfico 2: Pacientes atendidos por género en la rotación 2**

**Descripción gráfico 2:** Durante la rotación 2 del periodo 2023-2, se contó con la participación de 20 pacientes atendidos, de los cuales fueron 9 del género masculino y 11 del género femenino, lo cual indica una prevalencia del género femenino en los pacientes atendidos.

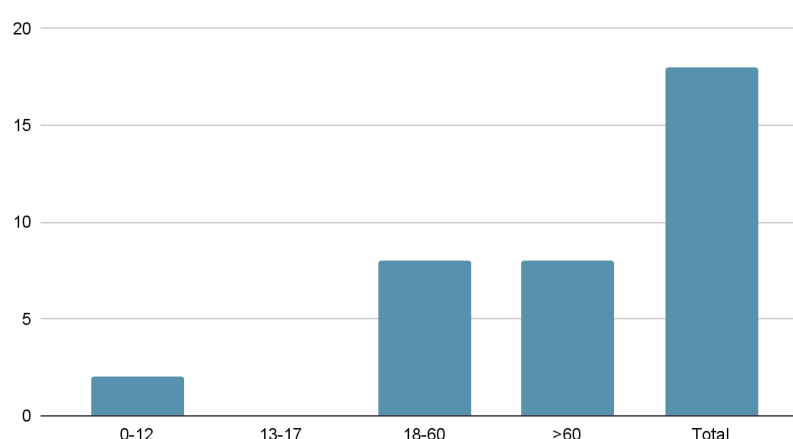
#### 4.1 Pacientes atendidos por edad

##### ROTACIÓN 1

PACIENTES ATENDIDOS POR EDAD	
0 -12	2
13 - 17	0
18 - 60	8
>60	8
<b>Total</b>	<b>18</b>

**Tabla 3. Pacientes atendidos por edad en rotación 1.**

##### EDAD



**Gráfico 3: Pacientes atendidos por edad en la rotación 1.**



**Descripción:** Durante la rotación 1, se evidencio que de los 18 pacientes atendidos, 2 pacientes contaban entre 0 y 12 años, 8 pacientes presentaban entre 18 y 60 años y 8 pacientes tienen entre 60 o más de 60 años.

## ROTACIÓN 2

PACIENTES ATENDIDOS POR EDAD	
0 -12	2
13 - 17	0
18 - 60	11
>60	7
<b>Total</b>	<b>20</b>

**Tabla 4. Pacientes atendidos por edad en la rotación 2**



**Gráfica 4: Pacientes atendidos por edad en la rotación 2**

**Descripción del gráfico 4:** Durante la rotación 2 del periodo 2023-2, se evidencio que de los 20 pacientes atendidos, 2 pacientes contaban entre 0 y 12 años, 11 pacientes presentaban entre 18 y 60 años y 7 pacientes tienen entre 60 o más de 60 años.

## 4.2 Pacientes atendidos por diagnóstico CIE-10.

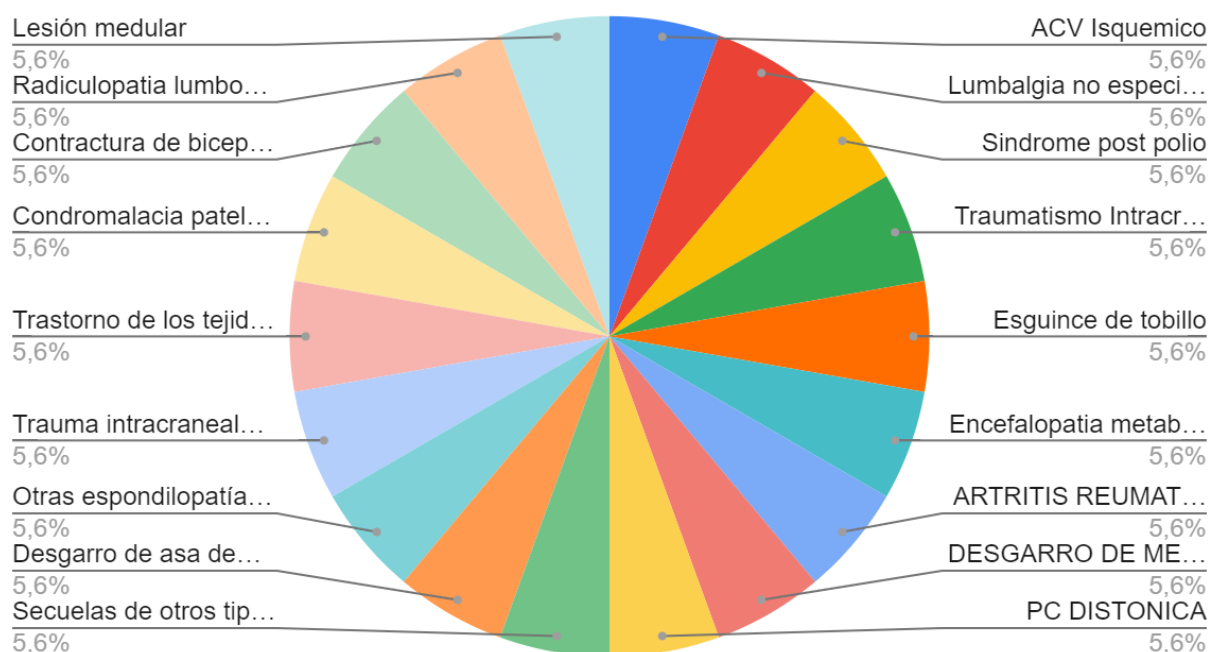
## ROTACIÓN 1

PACIENTES ATENDIDOS POR DIAGNÓSTICO CIE 10	
Acv isquemico	1
Lumbalgia no especificada	1

Síndrome post polio	1
Traumatismo intracraneal.	1
Esguince de tobillo	1
Encefalopatía metabólica	1
Artritis reumatoide	1
Desgarro de meniscos	1
Pc distónica	1
Secuelas de otros tipos de polineuropatía inflamatoria	1
Desgarro de asa de cubo de menisco interno, lesión actual de rodilla izquierda	1
Otras espondilopatias especificados, región lumbosacra	1
Trauma intracraneal no especificado	1
Trastorno de los tejidos blandos, relacionado con uso excesivo y presión.	1
Condromalacia patelar bilateral	1
Contractura de bíceps braquial	1
Radiculopatía lumbosacra	1
Lesión medular	1
Atrofia medular	1
<b>Total</b>	<b>18</b>

**Tabla 5: Pacientes atendidos por diagnóstico CIE-10 en la rotación 1**

## Recuento de IPS IUEND



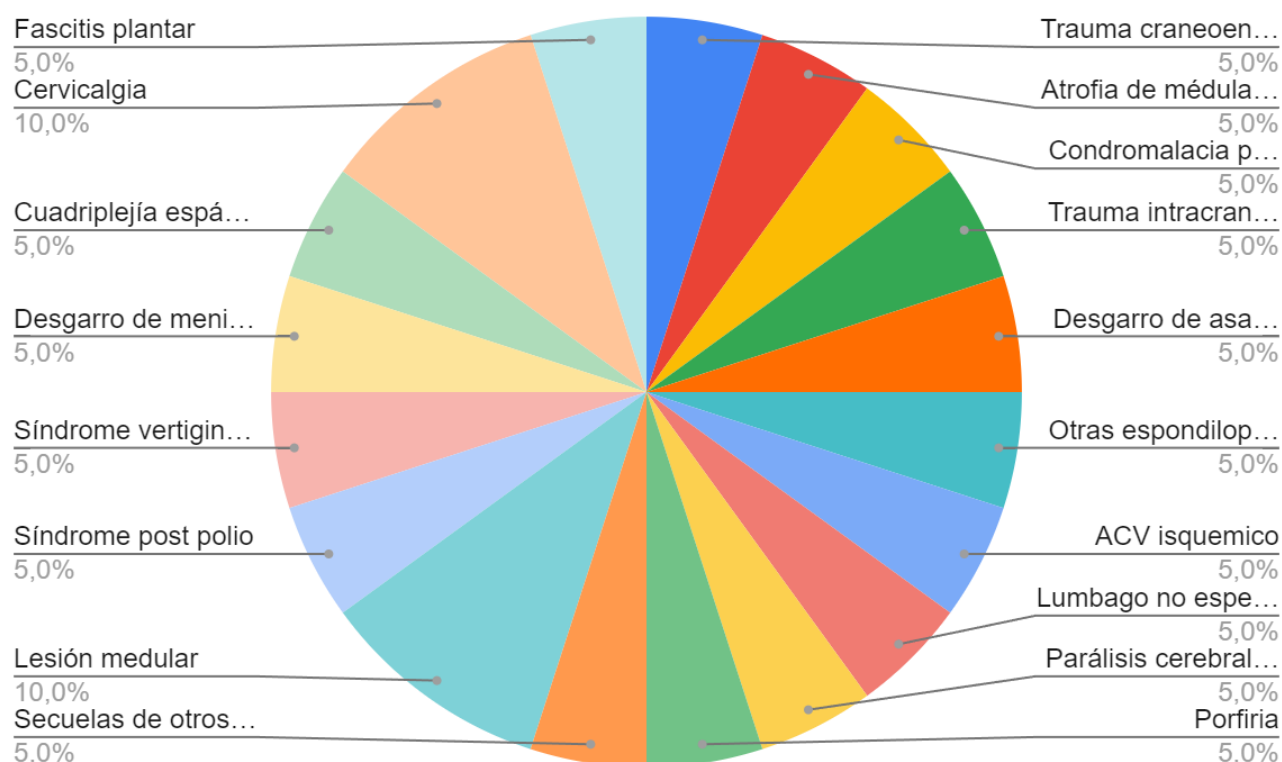
### Gráfico 5: Pacientes atendidos por diagnóstico CIE-10 en la rotación 1

**Descripción:** Durante la rotación 1, se logra evidenciar que alta variedad de diagnósticos tanto osteomusculares como neurológicos, presentándose de esta manera como el 5.6% de cada patología.

### ROTACIÓN 2

PACIENTES ATENDIDOS POR DIAGNÓSTICO CIE 10	
Trauma craneoencefálico	1
Atrofia de médula espinal	1
Condromalacia patelar bilateral	1
Trauma intracraneal no especificado	1
Desgarro de asa de cubo de menisco interno, lesión actual de rodilla izquierda	1
Otras espondilopatias especificados, región lumbosacra	1
ACV isquémico	1
Lumbago no especificado	1
Parálisis cerebral distónica	1
Porfiria	1
Secuelas de otros tipos de polineuropatía inflamatoria	1
Lesión medular	2
Síndrome post polio	1
Síndrome vertiginoso	1
Desgarro de meniscos	1
Cuadriplejía espástica	1
Cervicalgia	2
Fascitis plantar	1
<b>Total</b>	<b>20</b>

**Tabla 6: Pacientes atendidos por diagnóstico CIE-10 en la rotación 2**



**Gráfico 6: Pacientes atendidos por diagnóstico CIE 10 en la rotación 2**

**Descripción:** Durante la rotación 2 del periodo 2023-2, se logra evidenciar que alta variedad de diagnósticos tanto osteomusculares como neurológicos, presentándose de esta manera como el 5.0% de cada patología

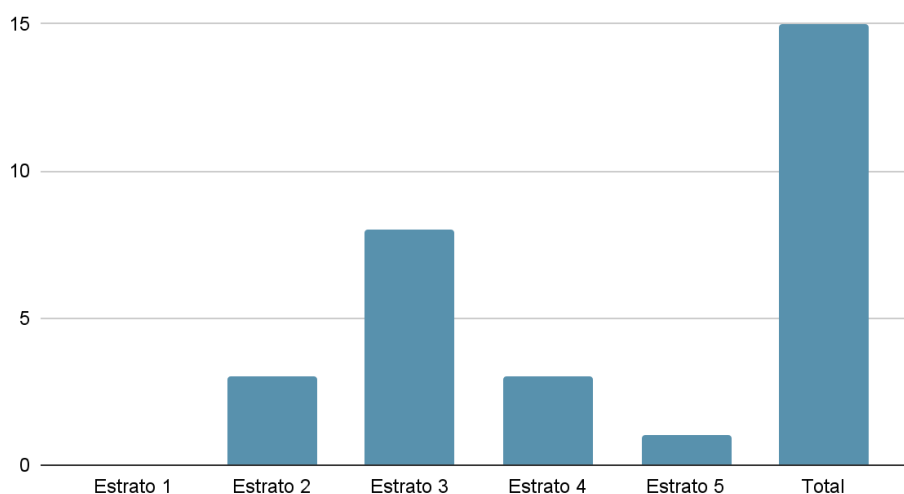
#### 4.3 Pacientes atendidos por estrato

##### ROTACIÓN 1

ESTRATO	
Estrato 1	0
Estrato 2	3
Estrato 3	8
Estrato 4	3
Estrato 5	1
<b>Total</b>	<b>15</b>

**Tabla 7: Pacientes atendidos por estrato en la rotación 1**

## ESTRATO



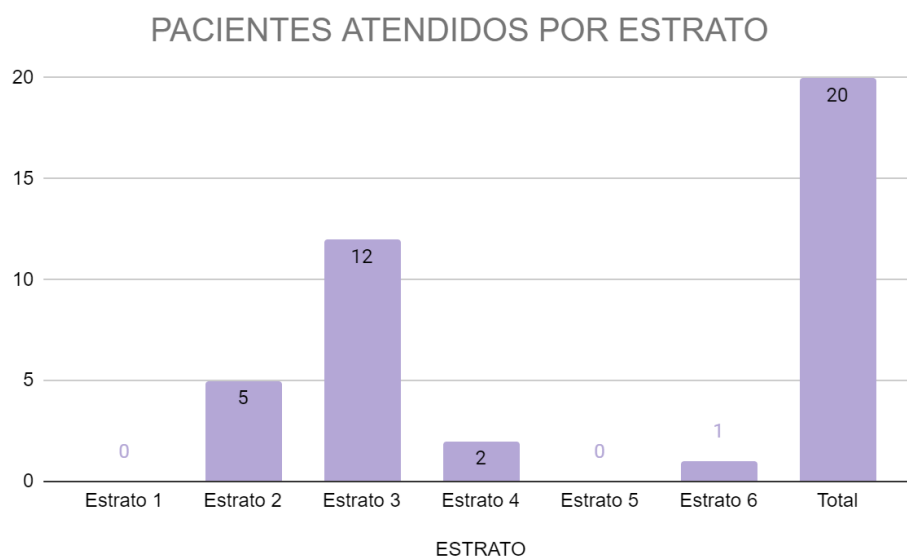
**Gráfico 7: Pacientes atendidos por estrato en la rotación 1**

**Descripción:** Durante la primera rotación, en la ips escuela nacional del deporte, los pacientes que se atendieron se encuentran distribuidos en los siguientes estratos: ninguno de ellos en el estrato 1, un total de 3 pacientes en el estrato 2, 8 pacientes en el estrato 3, un total de 3 pacientes de estrato 4, y 1 paciente de estrato 5, para un total de 15 pacientes, ya que no se tiene información de 3 pacientes

## ROTACIÓN 2

ESTRATO	
Estrato 1	0
Estrato 2	5
Estrato 3	12
Estrato 4	2
Estrato 5	0
Estrato 6	1
<b>Total</b>	<b>20</b>

**Tabla 8: Pacientes atendidos por estrato en la rotación 1**



**Gráfico 8: Pacientes atendidos por estrato en la rotación 2**

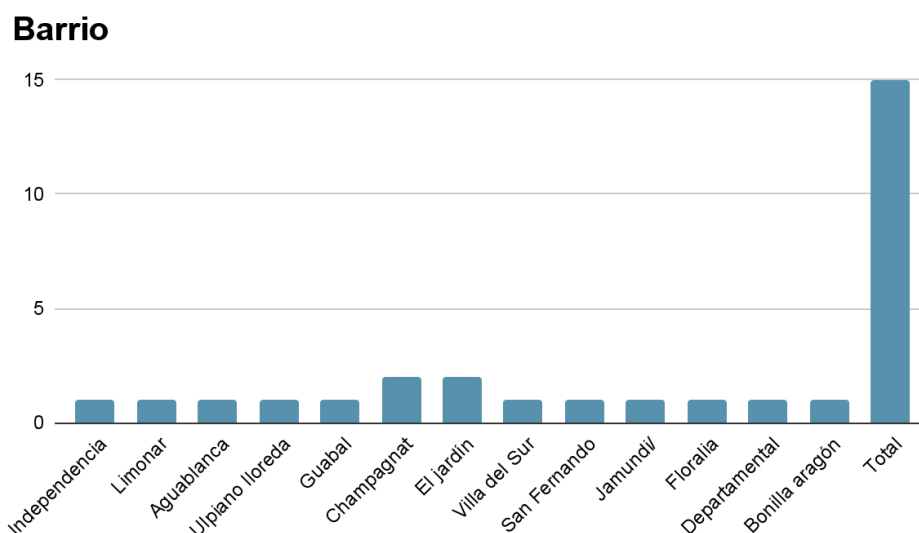
**Descripción:** Durante la rotación 2 del periodo 2023-2, en la IPS escuela nacional del deporte, los pacientes que se atendieron se encuentran distribuidos en los siguientes estratos: ninguno de ellos en el estrato 1, un total de 5 pacientes en el estrato 2, 12 pacientes en el estrato 3, 2 pacientes de estrato 4, ningún paciente de estrato 5 y 1 paciente estrato 6 para un total de 20 pacientes.

#### 4.4 Pacientes atendidos por barrio.

##### ROTACIÓN 1

PACIENTES ATENDIDOS POR BARRIO	
Independencia	1
Limonar	1
Aguablanca	1
Ulpiano Iloreda	1
Guabal	1
Champagnat	2
El jardín	2
Villa del Sur	1
San Fernando	1
Jamundí/ Urbanización alameda Rio claro	1
Floralia	1
Departamental	1
Bonilla aragón	1
<b>Total</b>	<b>15</b>

**Tabla 9: Pacientes atendidos por barrio en la rotación 1**



**Gráfico 9: Pacientes atendidos por barrio en la rotación 1**

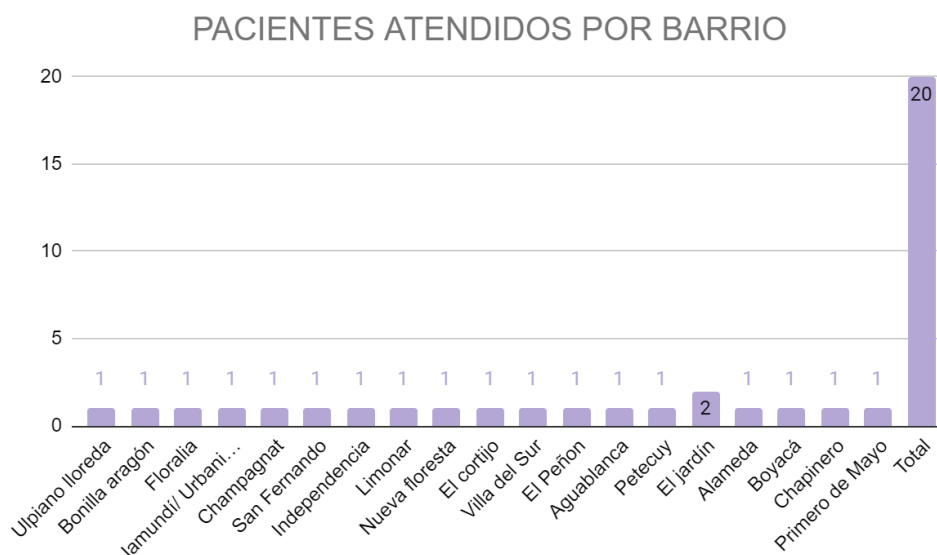
**Descripción:** De acuerdo a los 18 pacientes atendidos según el barrio, se encontró que los barrios donde se tuvo mayor cobertura de la IPS según el lugar donde habitan los pacientes son el barrio champagnat y el jardín, los demás barrios como: independencia, limonar, aguablanca, ulpiano, guabal, villa del sur, san fernando, jamundí, floralia, departamental y bonilla aragón, en cada barrio se encuentra 1 paciente ubicado, tenemos el total de 15 paciente ya que no se cuenta con información de 3 pacientes.

## Rotación 2

PACIENTES ATENDIDOS POR BARRIO	
Ulpiano lloreda	1
Bonilla aragón	1
Floralia	1
Jamundí/ Urbanización alameda Río claro	1
Champagnat	1
San Fernando	1
Independencia	1
Limonar	1
Nueva floresta	1
El cortijo	1

Villa del Sur	1
El Peñon	1
Aguablanca	1
Petecuy	1
El jardín	2
Alameda	1
Boyacá	1
Chapinero	1
Primero de Mayo	1
<b>Total</b>	<b>20</b>

**Tabla 10: Pacientes atendidos por barrio en la rotación 2**



**Gráfico 10: Pacientes atendidos por barrio en la rotación 2**

**Descripción:** Durante la rotación 2 del periodo 2023-2, de acuerdo a los 20 pacientes atendidos según el barrio, se encontró que los barrios donde se tuvo mayor cobertura de la IPS según el lugar donde habitan los pacientes fue el barrio el jardín, los demás barrios como: Champagnat Independencia, Limonar, Aguablanca, Ulpiano lloreda, Guabal, Villa del sur, San fernando, Floralia, Departamental, Alameda, Chapinero, Primero de mayor, Alfonso bonilla aragón, Jamundí, etc. vive 1 paciente, para un total de 20 pacientes atendidos.

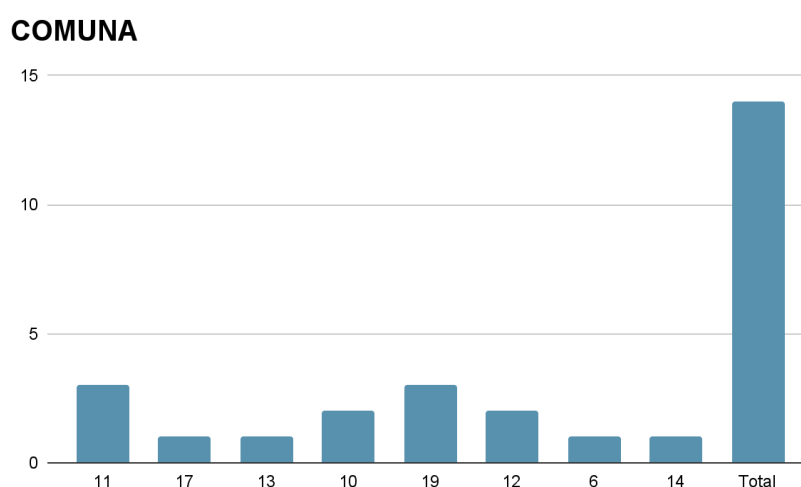


## 4.5 Pacientes atendidos por la comuna.

### Rotación 1

PACIENTES ATENDIDOS POR COMUNA	
Comuna 11	3
Comuna 17	1
Comuna 13	1
Comuna 10	2
Comuna 19	3
Comuna 12	2
Comuna 6	1
Comuna 14	1
<b>Total</b>	<b>14</b>

**Tabla 11: Pacientes atendidos por comuna en la rotación 1**



**Gráfico 11: Pacientes atendidos por comuna en la rotación 1**

**Descripción:** De acuerdo a los 18 pacientes atendidos, se encontró que la comuna mayor cobertura con respecto a la zona donde residen los pacientes, es la comuna 19 donde habitan 3 pacientes, y la comuna 11 donde habitan 3 pacientes, aunque 1 pacientes no especifican su comuna donde vive ya que es una urbanización. De los 3 pacientes no tenemos información. Por otro lado se encuentra la comuna 10 donde viven 2 pacientes, y la comuna 12 donde viven 2 pacientes. Finalmente están las comunas 17, 13, 6, y 14 donde habita un paciente en cada una.

## ROTACIÓN 2

PACIENTES ATENDIDOS POR COMUNA	
Comuna 3	2
Comuna 6	2
Comuna 7	1
Comuna 8	1
Comuna 9	1
Comuna 11	5
Comuna 12	2
Comuna 13	1
Comuna 14	1
Comuna 17	1
Comuna 19	2
Comuna 20	1
<b>Total</b>	<b>20</b>

**Tabla 12: Pacientes atendidos por comuna en la rotación 2**



**Gráfico 12: Pacientes atendidos por comuna en la rotación 2**

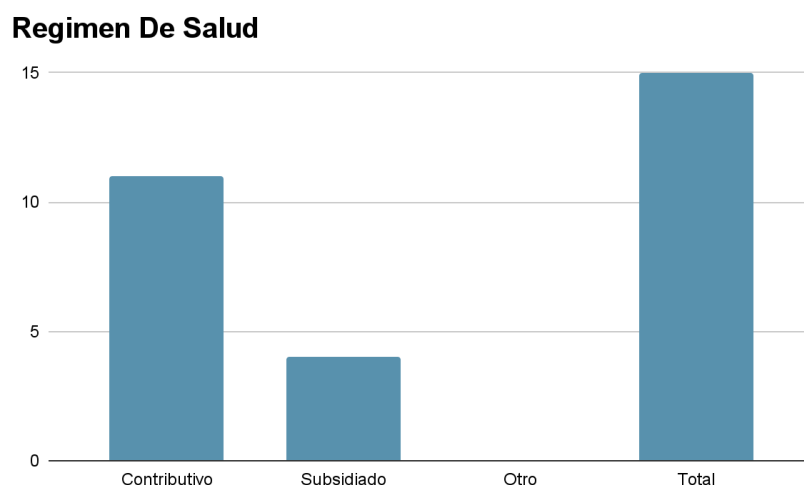
**Descripción:** Durante la rotación 2 del periodo 2023-2, de acuerdo a los 20 pacientes atendidos, se encontró que la comuna 11 tiene mayor cobertura con respecto a la zona donde residen los pacientes, ya que es esta comuna habitan 5 pacientes, en las comunas 3, 6, 12 y 19 se encuentran 2 pacientes por cada una de estas comunas, mientras que habita 1 paciente por la comuna 7, 8, 9, 13, 14, 17 y 20. Para un total de 20 pacientes atendidos

#### 4.6 Pacientes atendidos por régimen de salud.

##### ROTACIÓN 1

PACIENTES ATENDIDOS POR RÉGIMEN DE SALUD	
Contributivo	11
Subsidiado	4
Otro	0
<b>Total</b>	<b>15</b>

**Tabla 13. Pacientes atendidos según régimen de salud en la rotación 1**



**Gráfico 13. Pacientes atendidos según régimen de salud en la rotación 1**

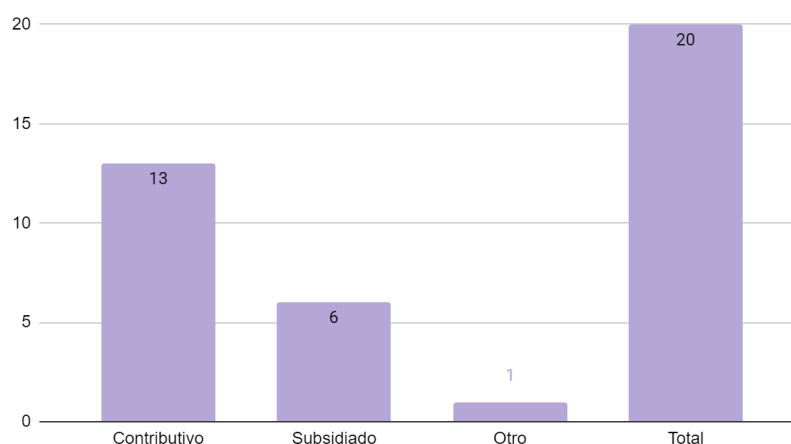
**Descripción:** Durante la rotación 1 del periodo 2023-2, se contó con una total de 18 pacientes entre los meses de agosto y septiembre, de los cuales 11 contaban con un régimen de salud contributivo, mientras que 4 personas contaban con régimen de salud subsidiado y no se cuenta con información de 3 pacientes, de los 18 pacientes atendidos en total.

##### ROTACIÓN 2

PACIENTES ATENDIDOS POR RÉGIMEN DE SALUD	
Contributivo	13
Subsidiado	6
Otro	1
<b>Total</b>	<b>20</b>

**Tabla 14. Pacientes atendidos según régimen de salud en la rotación 2**

PACIENTES ATENDIDOS POR RÉGIMEN DE SALUD



**Gráfico 14. Pacientes atendidos por régimen de salud en la rotación 2**

**Descripción:** Durante la rotación 2 del periodo 2023-2, se contó con cobertura total de 20 pacientes comprendidos entre los meses de octubre y noviembre, de los cuales 13 contaban con afiliación a régimen de salud contributivo, mientras que 6 personas contaban con régimen de subsidiado y 1 en otro.

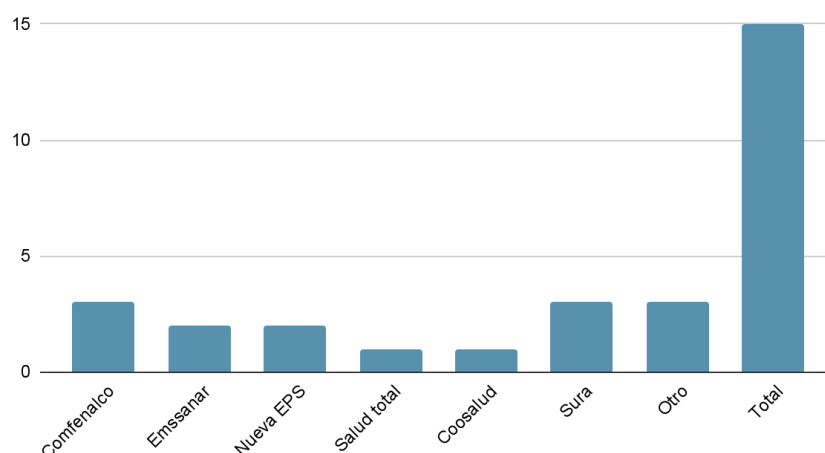
#### 4.7 Pacientes atendidos por EPS.

##### ROTACIÓN 1

PACIENTES ATENDIDOS POR EPS	
Comfenalco	3
Emssanar	2
Nueva EPS	2
Salud total	1
Coosalud	1
Sura	3
Otro	3
<b>Total</b>	<b>15</b>

**Tabla 15. Pacientes atendidos según EPS en la rotación 1**

### Distribución Según Eps



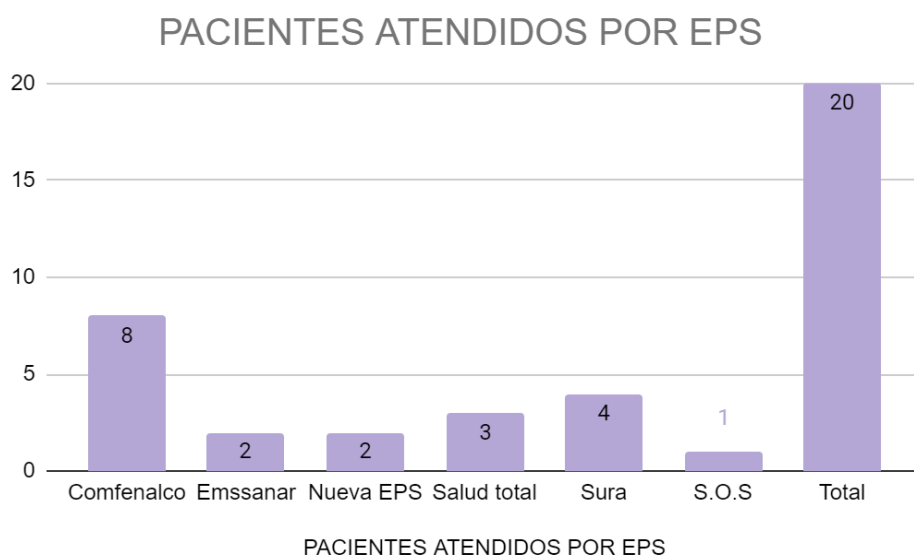
**Gráfico 15. Pacientes atendidos según EPS en la rotación 1**

**Descripción:** Durante la rotación 1, de un total de 18 pacientes, entre los meses de agosto y septiembre, de los cuales 3 pacientes pertenecían a la EPS Sura, 3 pacientes pertenecían a la EPS comfenalco, 2 contaban con la EPS Emssanar, 2 a Nueva eps, mientras que de las eps Salud total, Coosalud y Coosalud pertenecían 1 paciente a cada una, no se cuenta con información de 3 pacientes, finalmente 3 pacientes pertenecían a otro sin especificar.

### ROTACIÓN 2

PACIENTES ATENDIDOS POR EPS	
Comfenalco	8
Emssanar	2
Nueva EPS	2
Salud total	3
Sura	4
S.O.S	1
<b>Total</b>	<b>20</b>

**Tabla 16. Pacientes atendidos según EPS en la rotación 2**



**Gráfico 16. Pacientes atendidos según EPS en la rotación 2**

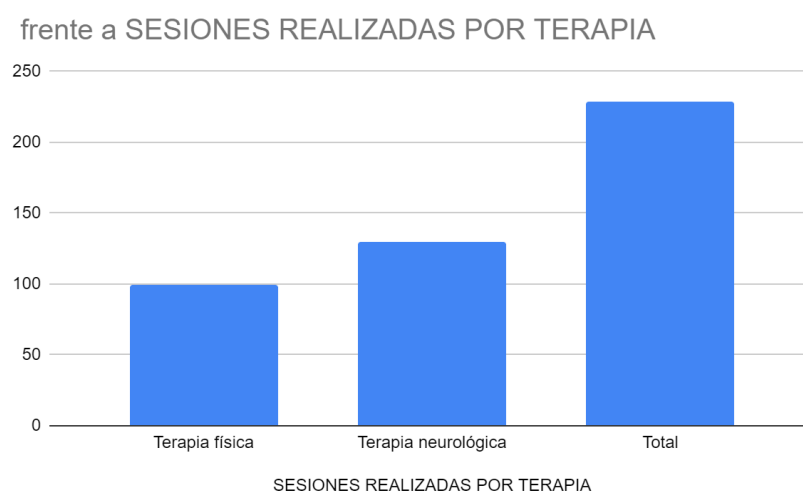
**Descripción:** Durante la rotación 2 2023-2, de un total de 20 pacientes, entre los meses de octubre y noviembre, de los cuales 4 pacientes pertenecían a la EPS Sura, 8 pacientes pertenecían a la EPS comfenalco, 2 pertenecían a EPS Emssanar, 2 a Nueva EPS, 1 perteneciente a la eps S.O.S y 3 contaban con EPS Salud Total.

#### 4.8 Sesiones realizadas por terapia.

##### ROTACIÓN 1

SESIONES REALIZADAS POR TERAPIA	
Terapia física	99
Terapia neurológica	130
<b>Total</b>	<b>229</b>

**Tabla 17. Sesiones realizadas por terapia en la rotación 1**



**Gráfico 17. Sesiones realizadas por terapia en la rotación 1**

**Descripción:** Durante la práctica, se realizaron un total de 229 sesiones, de las cuales 99 sesiones fueron de lesiones osteomusculares y 130 sesiones de lesiones neurológica

## ROTACIÓN 2

SESIONES REALIZADAS POR TERAPIA	
Terapia física	153
Terapia neurológica	92
<b>Total</b>	<b>245</b>

**Tabla 18. Sesiones realizadas por terapia en la rotación 2**



**Gráfico 18. Sesiones realizadas por terapia en la rotación 2**

**Descripción:** Durante la rotación 2 de la práctica 2023-2, se llevaron a cabo 245 sesiones en total, de las cuales se tiene qué 153 fueron sesiones de terapia osteomuscular y 92 sesiones de terapia neurológica.

### 4.9 Sesiones realizadas por estudiante.

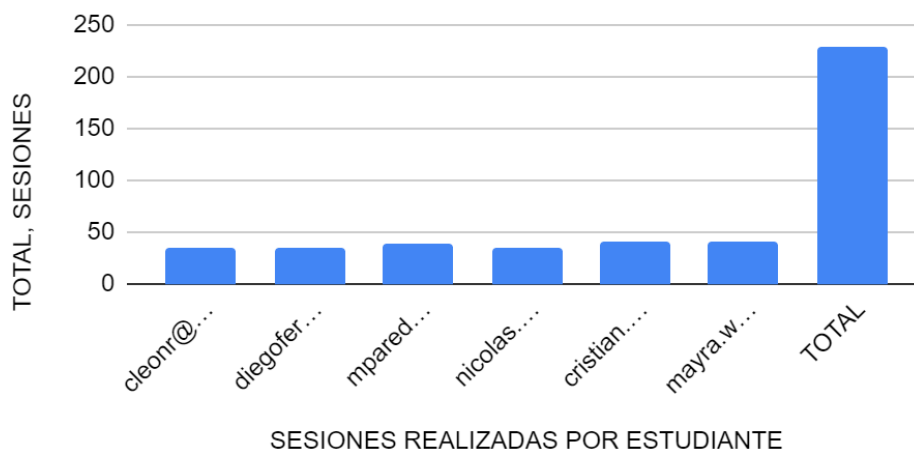
## ROTACIÓN 1

SESIONES REALIZADAS POR ESTUDIANTE	TOTAL, SESIONES
Catalina león	36
Diego Fernando Ordoñez	35
Mariana Paredes	40
Nicolas Echeverri	35
Cristian Vera	41
Mayra Wilches	42

<b>TOTAL</b>	229
--------------	-----

**Tabla 19. Sesiones realizadas por estudiante en la rotación 1**

TOTAL, SESIONES frente a SESIONES  
REALIZADAS POR ESTUDIANTE



**Gráfico 19. Sesiones realizadas por estudiante en la rotación 1**

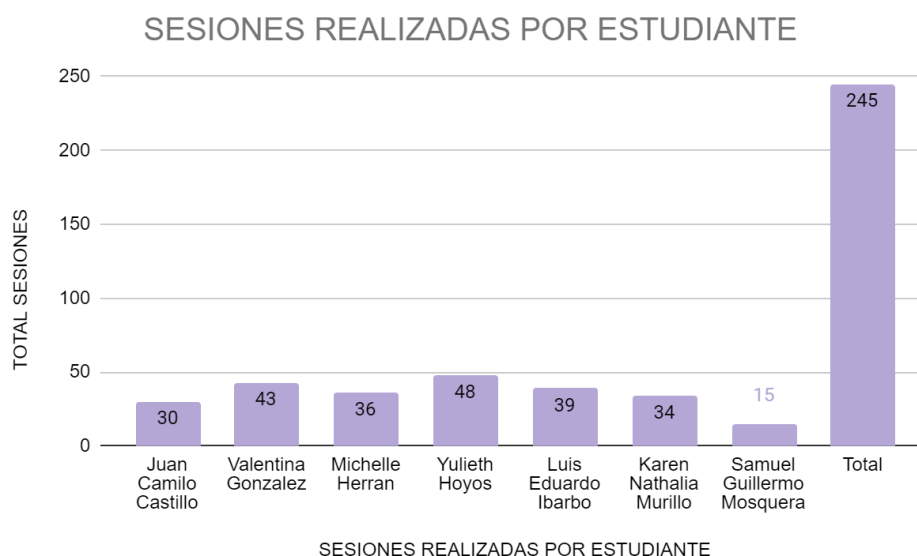
**Descripción:** Durante la práctica los estudiantes realizaron un promedio de 38 terapias por estudiante.

## ROTACIÓN 2

SESIONES REALIZADAS POR ESTUDIANTE	TOTAL SESIONES
Juan Camilo Castillo	30
Valentina Gonzalez	43
Michelle Herran	36
Yulieth Hoyos	48
Luis Eduardo Ibarbo	39
Karen Nathalia Murillo	34
Samuel Guillermo Mosquera	15
<b>Total</b>	<b>245</b>

**Tabla 20. Sesiones realizadas por estudiante en la rotación 2**





**Gráfico 20. Sesiones realizadas por estudiante en la rotación 2**

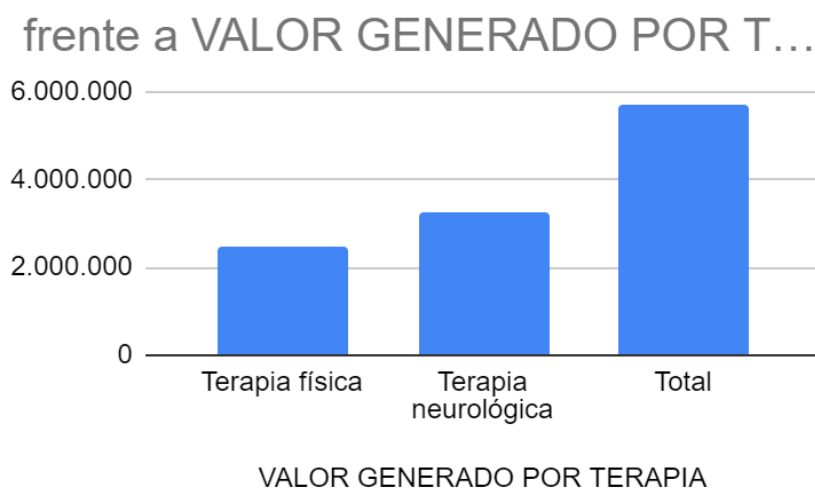
**Descripción:** Durante la práctica comprendida entre los meses de octubre y noviembre, los estudiantes realizaron un promedio de 35 sesiones de terapia por estudiante.

#### 4.10 Valor generado por terapias.

##### Rotación 1

VALOR GENERADO POR TERAPIA	
Terapia física	2.475.000
Terapia neurológica	3.250.000
<b>Total</b>	<b>5.725.000</b>

**Tabla 21. Valor total generado por terapias rotación 1.**



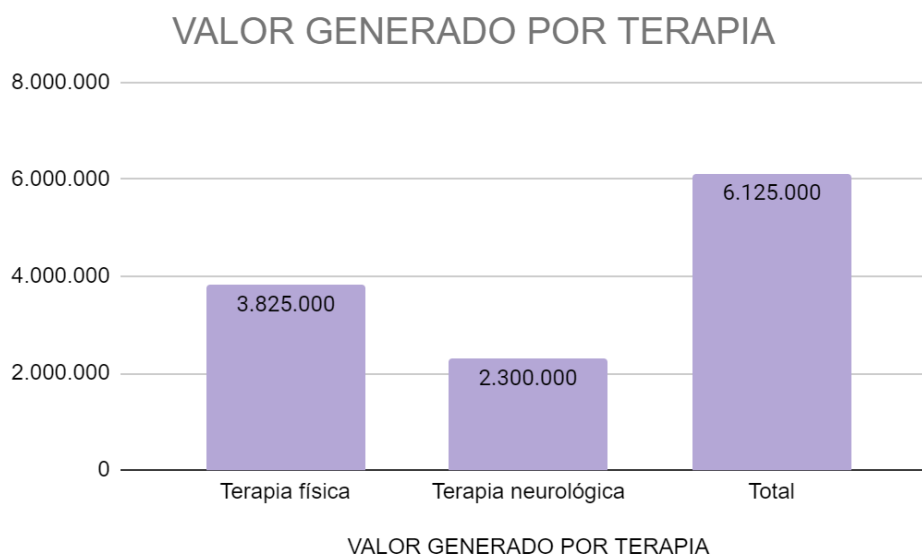
**Gráfico 21. Valor total generado por terapias rotación 1.**

**Descripción:** Durante la práctica se realizaron dos tipos de terapia la osteomuscular la cual genero un ingreso de 2.475.000 y la neurológica que generó un ingreso de 3.250.000 dando un ingreso total durante toda la práctica de 5.725.000

## ROTACIÓN 2

VALOR GENERADO POR TERAPIA	
Terapia física	3.825.000
Terapia neurológica	2.300.000
<b>Total</b>	<b>6.125.000</b>

**Tabla 22. Valor total generado por terapias en la rotación 2.**



**Gráfico 22. Valor total generado por terapias en la rotación 2.**

**Descripción:** Durante la rotación 2 de la práctica 2023-2, el valor generado según los dos tipos de terapias ofrecidas en la Ips. Se tiene que la terapia osteomuscular contó con un ingreso de 3.825.000 y la neurológica reportó un ingreso de 2.300.000 dando como resultado un ingreso total de 6.125.000 durante toda la práctica de consulta externa 2023-2 rotación 2.

### 4.11 Valor generado por estudiante

## ROTACIÓN 1

VALOR GENERADO POR ESTUDIANTE	
Catalina Leon	900.000
Diego Fernando Ordoñez	875.000
Mariana Paredes	1.000.000
Nicolas Perez	875.000
Cristian Vera	1.025.000
Mayra Wilches	1.050.000

TOTAL	5.725.000
-------	-----------

**Tabla 23. Valor generado por estudiante en la rotación 1.**



**Gráfico 23. Valor generado por estudiante en la rotación 1.**

**Descripción:** Durante la práctica el promedio de valor generado por estudiante está en 954.166.

## ROTACIÓN 2

VALOR GENERADO POR ESTUDIANTE	
Juan Camilo Castillo Guerrero	750.000
Valentina Gonzalez Bonilla	1.075.000
Michelle Camila Herrán Rico	900.000
Yulieth Fabiana Hoyos Rodriguez	1.200.000
Luis Eduardo Ibarbo	975.000
Karen Nathalia Murillo Mosquera	850.000
Samuel Guillermo Mosquera	375.000
<b>Total</b>	<b>6.125.000</b>

**Tabla 24. Valor generado por estudiante en la rotación 2**



**Gráfico 24. Valor generado por estudiante en la rotación 2**

**Descripción:** Durante la rotación 2 de la práctica 2023-2, el promedio del valor generado por los 7 estudiantes fue de \$875.000, para un total de \$6.125.000 durante la práctica de consulta externa 2023-2 rotación 2.

## 5.0 PRODUCTIVIDAD

### 5.1. Proporción de sesiones de fisioterapia realizadas

#### ROTACIÓN 1

Número de sesiones de fisioterapia esperadas	360
Número de sesiones de fisioterapia realizadas en el periodo	229

Dentro de la IPS Escuela Nacional del Deporte se realizaron 229 sesiones de fisioterapia que equivalen al 63.6 % de las sesiones esperadas.

### 5.2. Costo de sesiones realizadas.

#### ROTACIÓN 1

Valor por sesión realizada	25,000 COP
Número de sesiones realizadas	229
COSTO TOTAL	5,125,000

Durante la práctica de consulta externa los estudiantes realizaron un total de 205 sesiones cada una con un costo de 25,000 lo cual dio una ganancia total de 5,125,000

### 5.3. Proporción de cancelación de citas de fisioterapia programadas.

#### ROTACIÓN 1

Número total de citas de fisioterapia canceladas en el período	Número de citas programadas en el período
80	

Dentro de la IPS Escuela Nacional del Deporte se programaron un total de xx sesiones de las cuales se registraron 78 inasistencias de pacientes, lo que representa un xx% del total, razones de inasistencia en su mayoría fueron excusadas por motivos de viaje, estudios y problemas de transporte.

#### 5.4. Proporción de sesiones de fisioterapia realizadas

##### ROTACIÓN 2

Número de sesiones de fisioterapia esperadas	338
Número de sesiones de fisioterapia realizadas en el periodo	245

En el periodo de octubre y noviembre en la IPS Escuela Nacional del Deporte se realizaron 245 sesiones de fisioterapia por parte de la rotación 2, las cuales equivalen al 72.4 % de las sesiones esperadas durante la práctica de consulta externa periodo 2023-2

#### 5.5. Costo de sesiones realizadas.

##### ROTACIÓN 2

Valor por sesión realizada	25,000 COP
Número de sesiones realizadas	245
COSTO TOTAL	6.125.000

Durante la práctica de consulta externa los estudiantes realizaron un total de 245 sesiones cada una con un costo de 25,000 lo cual dio una ganancia total de 6.125.000

#### 5.6. Proporción de cancelación de citas de fisioterapia programadas.

##### ROTACIÓN 2

Número total de citas de fisioterapia canceladas en el período	Número de citas programadas en el período
91	338

En la IPS Escuela Nacional del Deporte se programaron un total de 338 sesiones para el periodo comprendido entre octubre a noviembre de las cuales se registraron 91 inasistencias, lo que representa un 26.92% del total, razones de inasistencia en su mayoría fueron excusadas por motivos de problemas de transporte, controles médicos programados, visitas a urgencias, asistencias a eventos deportivos, entre otras

## 6.0 IMPACTO

### ROTACIÓN 1

#### 6.1.1 Puntualidad en el desarrollo de las actividades

Puntualidad del Fisioterapeuta en formación	
Muy bueno	9
Bueno	3
Regular	0
Malo	0
Muy malo	0
Total	12

**Interpretación:** De las 12 encuestas realizadas 9 calificaron “Muy bueno” y 3 como “Bueno” en cuanto a la puntualidad en el desarrollo de las actividades.

#### 6.1.2 Calificación de Procedimiento Realizado

Procedimiento utilizado	
Muy bueno	9
Bueno	3
Regular	0
Malo	0
Muy malo	0
Total	12

**Interpretación:** De las 12 encuestas realizadas 9 calificaron “Muy bueno” y 3 como “Bueno” en cuanto al procedimiento utilizado.

#### 6.1.3 Clasificación de los recursos utilizados.

Recursos utilizado	
Muy bueno	10
Bueno	2
Regular	0
Malo	0
Muy malo	0
Total	12

**Interpretación:** De las 12 encuestas realizadas 10 calificaron como “Muy bueno” y 2 como “Bueno” en cuanto a la clasificación de recursos utilizados

#### 6.1.4 Información Recibido por el Estudiante

Información Recibida por el estudiante	
Muy bueno	11
Bueno	1
Regular	0
Malo	0
Muy malo	0
Total	12

**Interpretación:** De las 12 encuestas realizadas 10 calificaron “Muy bueno” y 1 como “Bueno” en cuanto a la información recibida por el estudiante

#### 6.1.5 Actitud del Estudiante

Actitud del estudiante	
Muy bueno	10
Bueno	2
Regular	0
Malo	0
Muy malo	0
Total	12

**Interpretación:** De las 12 encuestas realizadas 10 calificaron “Muy bueno” y 2 como “Bueno” en cuanto a la actitud del estudiante.

#### 6.1.6 Nueva Intervención con Estudiante

Nueva intervención por estudiante	
Definitivamente si	11
Probablemente si	0
Definitivamente no	0
Probablemente no	1
Total	12

**Interpretación:** De las 12 encuestas realizadas 11 calificaron “Definitivamente si” y 1 como “Probablemente no” le gustaría ser atendido nuevamente por el estudiante.



## ROTACIÓN 2

### 6.1.7. Intervención realizada por el estudiante en práctica

Intervención realizada por el estudiante		
Excelente	10	71,4%
Bueno	4	28,5%
Aceptable	0	
Deficiente	0	
Malo	0	
Total	14	100%

**Interpretación:** Se puede evidenciar qué el 71,4% de los pacientes encuestados califican la intervención realizada por el estudiante en práctica como excelente, mientras que el 28,5 indica que la intervención fue buena.

### 6.1.8 Material de apoyo utilizado por el estudiante en práctica.

Material de apoyo utilizado		
Excelente	12	85,7%
Bueno	2	14,2%
Aceptable	0	
Deficiente	0	
Malo	0	
Total	14	100%

**Interpretación:** El 85,7% de los pacientes encuestados califican el material de apoyo utilizado por el estudiante en práctica como excelente, mientras que el 14,2% indica que los materiales utilizados fueron buenos.

### 6.1.9 Información recibida por el estudiante en práctica.

Información recibida		
Excelente	11	78,5%
Bueno	3	21,4%
Aceptable	0	
Deficiente	0	
Malo	0	
Total	14	100%

**Interpretación:** De las 14 encuestas realizadas, el 78,5% de los pacientes encuestados califican la información recibida por el estudiante en práctica como excelente, mientras que el 21,4% indica que la información recibida fue buena.

### 6.1.10 Actitud del estudiante en práctica.

Actitud del estudiante		
Excelente	12	85,7%
Buena	2	14,3
Aceptable	0	
Deficiente	0	
Malo	0	
Total	14	100%

**Interpretación:** De las 14 encuestas realizadas, el 85,7% de los pacientes encuestados califican la actitud del estudiante en práctica como excelente, mientras que el 21,4% indica que su actitud fue buena.

### 6.1.11 Puntualidad en el desarrollo de las actividades

Actitud del estudiante	
Si	14
No	0
Total	14

**Interpretación:** El 100% de los pacientes encuestados indican que los estudiantes fueron puntuales en el desarrollo de las actividades.

### 6.1.12 ¿Le gustaría que un estudiante de práctica lo atendiera nuevamente?

Nueva intervención por estudiante	
Si	14
No	0
Total	14

**Interpretación:** El 100% de los pacientes encuestados indican que le gustaría que un estudiante de práctica lo atendiera nuevamente.

## 6.2 Actividades de Promoción, Prevención y Proyección Social

Rotación 1			
ACTIVIDAD/ TEMA	FECHA	METODOLOGÍA	NÚMERO DE USUARIOS
Salud Mental y Emociones	25 de septiembre del 2023	Se realizó una charla sobre el tema de salud mental, y la influencias de las emociones en la postura, a los usuarios de la IPS.	11
Meditación	28 de septiembre del 2023	Se realizó una charla, en un salón sobre el tema de meditación, los beneficios y la importancia a los usuarios de la IPS donde por grupos se dio la información.	20
Planes Caseros	29 de septiembre del 2023	Se realizó la entrega de los diferentes planes caseros a los pacientes.	

Rotación 2			
ACTIVIDAD/ TEMA	FECHA	METODOLOGÍA	NÚMERO DE USUARIOS
Salud Mental	16 y 18 de octubre del 2023	Se acondicionó el espacio con globos, sonido e imagen audiovisual para realizar una charla sobre la importancia de cuidar la salud mental, posteriormente se realizan ejercicios de respiración y se finaliza con actividades lúdicas sobre reconocimiento de emociones y frases motivacionales.	14

Semana del buen trato	20, 22 y 24 de noviembre del 2023	<p>El día Lunes, se organiza stand en la entrada de la IPS con globos y letras de “Semana del buen trato”, además se realiza encuesta a los diferentes pacientes atendidos para identificar su percepción frente al trato recibido por los profesionales de la IPS y al finalizar se hacía entrega de diferentes mensajes motivacionales.</p> <p>Para el día Viernes, se continúa con las actividades orientadas a dar a conocer a los usuarios y profesionales, los aspectos más importantes del buen trato. Se finaliza ubicando póster con información sobre los puntos a tener en cuenta desde el quehacer fisioterapéutico para cumplir con los criterios de un buen trato.</p>	16
Planes Caseros	24 de noviembre del 2023	Se realizó la entrega de los diferentes planes caseros a los pacientes.	20

### 6.3 Cobertura de Intervención de los Programas de Promoción, Prevención y proyección social

Rotación 1			
Programa	Total, de usuarios orientados y capacitados	Número de pacientes convocados	Porcentaje de Cobertura (%)
Conciencia de la postura	Estudiantes y personal END	Estudiantes y personal END	100 %
Hipertensión Arterial	Personal IPS	Personal IPS	100 %

Rotación 2			
Programa	Total, de usuarios orientados y capacitados	Número de pacientes convocados	Porcentaje de Cobertura (%)
Salud mental	Estudiantes y pacientes que asisten a terapia en la IPS en de la END	24	58.3%
Semana del buen trato	Estudiantes y personal de la IPS	16	
Planes caseros	Pacientes atendidos por estudiantes de fisioterapia de consulta externa	20	100%

#### 6.4. COMPONENTE SESIONES PROGRAMADAS

Número de sesiones realizadas	Número de sesiones programadas	Porcentaje de cumplimiento %
ROTACIÓN 1		
229		

ROTACIÓN 2		
Número de sesiones realizadas	Número de sesiones programadas	Porcentaje de cumplimiento %
245	338	72.4%

#### 6.5 PROPORCIÓN DE INASISTENCIAS DE CITAS PROGRAMADAS

Número de inasistencias	Número de sesiones programadas	Porcentaje de cumplimiento %
ROTACIÓN 1		
80		

ROTACIÓN 2		
Número de inasistencias	Número de sesiones programadas	Porcentaje de cumplimiento %
91	338	26.9%

## 7. CONCLUSIONES

Durante la práctica de consulta externa, se tuvo contacto con una amplia variedad de pacientes los cuales presentaban diferentes diagnósticos médicos, lo cual es positivo para la formación profesional de los estudiantes ya que permite fortalecer los conocimientos básicos y aplicarlos a la práctica lo cual ayuda a potenciar la capacidad de identificar y analizar necesidades de los usuarios, plantear objetivos y planes de tratamiento.

Este aspecto propició que cada uno de los estudiantes intensificará los estándares profesionales, además de promover la independencia con guía de la docente ayudando a generar nuevos conocimientos y la constante búsqueda de información para abordar a los pacientes. Reconociendo así el papel de la agencia de prácticas de la Escuela Nacional del Deporte.

## RECOMENDACIONES:

- Revisar y corregir todas las estadísticas para asegurar coherencia en los números reportados. Esto incluye verificar la cantidad total de pacientes atendidos, sesiones realizadas y otros datos relevantes.
- Inconsistencias en la información sobre el número de sesiones realizadas y el valor generado por estas. Por ejemplo, se menciona un total de 229 sesiones realizadas en la Rotación 1, pero luego se dice que los estudiantes realizaron un total de 205 sesiones
- Algunas descripciones de gráficos no coinciden con los números presentados o faltan datos específicos, como en la sección "Proporción de cancelación de citas de fisioterapia programadas", donde se mencionan 78 inasistencias pero no se especifica el porcentaje de cancelación.
- Revisar y actualizar las descripciones de los gráficos para que coincidan con los datos presentados y proporcionen una interpretación clara y completa.

## ANEXOS FOTOGRAFÍAS ROTACIÓN 1

### Atención a Usuarios



### Actividad de Promoción y Prevención

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA ESCUELA NACIONAL del DEPORTE		REGISTRO DE ASISTENCIA		Código: 95.112.43.04.06 Fecha: 15/03/2022 Versión: 9 Página 1 de 1	
Capacitación	Revisión	Evento	Otro	Cual	Temas
Facilitador / Instructor	Interno	Externo	Nombre Completo	Fecha	Hora
No.	Documento de Identidad	Nombre	Dependencia	Aten.	Doc.
1	10494111	Jaine	NIQUE DE JIS	X	Jaine Perez Aguilera
2	38691811	Requena	Estudiante	X	Requena
3	115194594	Somera	Estudiante	X	Somera
4	10060464	Wenderson	Estudiante	X	Wenderson
5	10494111	Daniela L.	Estudiante	X	Daniela L.
6	10494111	Quina O.	Estudiante	X	Quina O.
7	10494111	Martina Pabla	Estudiante	X	Martina Pabla
8	10494111	Mayra A. Salda	Estudiante	X	Mayra A. Salda
9	10494111	Angie Restrepo	Estudiante	X	Angie Restrepo
10	10494111	Alison Quincega	Estudiante	X	Alison Quincega
11	10494111				
12					
13					
14					
15					

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA ESCUELA NACIONAL del DEPORTE		REGISTRO DE ASISTENCIA		Código: 95.112.43.04.06 Fecha: 15/03/2022 Versión: 9 Página 1 de 1	
Capacitación	Revisión	Evento	Otro	Cual	Temas
Facilitador / Instructor	Interno	Externo	Nombre Completo	Fecha	Hora
No.	Documento de Identidad	Nombre	Dependencia	Aten.	Doc.
1	11095812554	Daniela L.	Estudiante	X	Daniela L.
2	10494111	Requena	Estudiante	X	Requena
3	115194594	Somera	Estudiante	X	Somera
4	10060464	Wenderson	Estudiante	X	Wenderson
5	10494111	Daniela L.	Estudiante	X	Daniela L.
6	10494111	Quina O.	Estudiante	X	Quina O.
7	10494111	Martina Pabla	Estudiante	X	Martina Pabla
8	10494111	Mayra A. Salda	Estudiante	X	Mayra A. Salda
9	10494111	Angie Restrepo	Estudiante	X	Angie Restrepo
10	10494111	Alison Quincega	Estudiante	X	Alison Quincega
11					
12					
13					
14					
15					

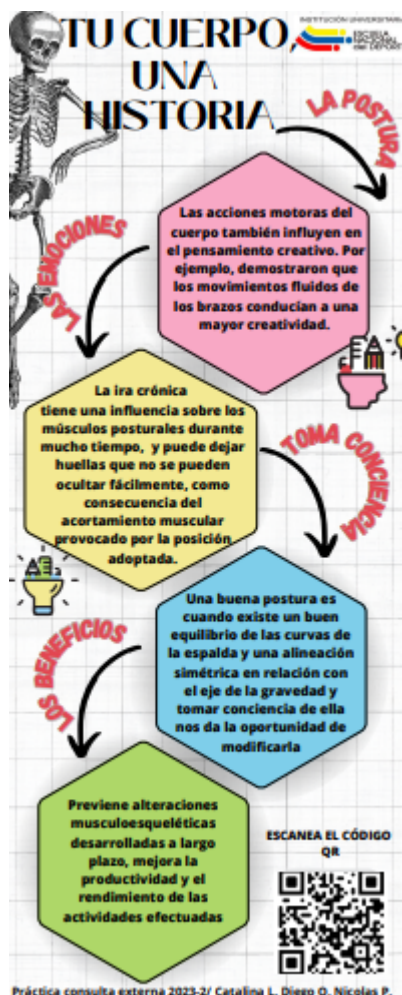


INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA		Código: 10.112.43.04.06									
ESCUELA NACIONAL del DEPORTE		Fecha: 15/03/2022									
REGISTRO DE ASISTENCIA		Versión: 1									
Página 1 de 1											
Capacitación <input type="checkbox"/> Evento <input type="checkbox"/> Otro <input type="checkbox"/>		Tema: Promoción y Prevención de Salud									
Facilitador / Instructor: Interno <input type="checkbox"/> Externo <input type="checkbox"/>		Fecha: 24/09/2023 Hora: 8									
No	Documento de Identidad	Nombre	Dependencia	Adm.	Doc.	Ej.	Ex.	Ors.	Telefono	Correo	Firma
1	111074251129	Juan Ariza	Fisioterapia						317 819 8017	juan.ariza@enadep.gov.co	Juan Ariza
2	111074251129	Liliana Lopez	Fisioterapia								Liliana Lopez
3	111074251129	Liliana Lopez	Fisioterapia								Liliana Lopez
4	111074251129	Samuel Pardo	Deporte						314 57110	spardo@enadep.gov.co	Samuel Pardo
5	111074251129	Camilo Aguilar	Fisioterapia						316 949 9401	camilo.aguilar@enadep.gov.co	Camilo Aguilar
6	111074251129	Alejandro Lopez	Paciente								Alejandro L.
7	111074251129	Mariana Lopez	Fisioterapia						316 357 7469	mariana.lopez@enadep.gov.co	Mariana Lopez
8	111074251129	Mariana Lopez	Paciente						317 800 0000	mariana.lopez@enadep.gov.co	Mariana Lopez
9	111074251129	Mariana Lopez	Paciente						314 722 3136	mariana.lopez@enadep.gov.co	Mariana Lopez
10	111074251129	Camilo Aguilar	MTM						316 357 7469	camilo.aguilar@enadep.gov.co	Camilo Aguilar
11	111074251129	Camilo Aguilar	MTM								Camilo Aguilar
12	111074251129	Juan Pardo	Fisioterapia						317 310 684	juan.pardo@enadep.gov.co	Juan Pardo
13	111074251129	Maria Fernanda	Contratista								Maria Fernanda

\*) Los datos incluidos en este formulario, pasan a formar parte de los archivos automatizados propiedad de la Entidad y podrán ser utilizados por el titular del servicio para el ejercicio de las funciones propias de su ámbito de competencia. De conformidad con la Ley 1481 del 17 de octubre de 2012, de Protección de Datos de Carácter Personal, Ud. podrá ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición mediante instancia presentada.









## Planes Caseros

### Ejercicios de fortalecimiento

#### 3. Elevación de brazos y pierna contra lateral cuadrupedal

Posición de 4 apoyos en la cama, con las manos debajo de los hombros y los pies bajo las caderas. Se inhala aire por la nariz, se exhala por la boca levantando un brazo y la pierna contraria, se mantiene esta posición durante tres segundos, y se vuelve a la posición inicial. El ejercicio lo realizara por 2 series de 15 repeticiones

#### 2. Puente

Posición boca arriba, los pies planos y las rodillas dobladas. Va a elevar los glúteos a unos 5cm de la cama y mantendrá esta postura durante 15 segundos. Coloca las manos estradas debajo de la espalda. Aprieta el abdomen y los glúteos mientras mantienes la espalda pegada al suelo y la pelvis inclinada hacia arriba. Se realiza 2 series por 15 repeticiones.

### Estiramiento

#### 1. Estiramiento De Tronco

#### 2. Estiramiento De Glúteo

#### 3. Estiramiento De Abdominales

#### 4. Estiramiento De Lumbares

### Ejercicios de movilidad

#### 1. Rotación Lumbar

Posición boca arriba con las piernas flexionadas, va a llevar las rodillas hacia la derecha y la izquierda alternativamente, sin que los hombros se levanten de la cama y manteniendo ambos pies apoyados. El ejercicio lo realizara por 2 series de 15 repeticiones

#### 2. Lomo de gato-perro

Posición de cuatro apoyos, se inhala por la nariz para poder arquear la espalda hacia abajo, colocando la posición de perro, se exhala por la boca arqueando la espalda hacia arriba, metiendo la cabeza para lograr la posición de lomo de gato. Se realiza el ejercicio 2 series por 15 repeticiones

### Ejercicios de movilidad

#### 3. Elevación de brazo- pierna contra lateral

Posición boca abajo con las rodillas estradas y una almohada debajo del abdomen. Se inhala por la nariz, se exhala por la boca, levantando un brazo y la pierna contraria sin despegar la frente. Posteriormente se realiza el mismo ejercicio pero con la pierna y el brazo contrarios. El ejercicio lo realizara por 2 series de 15 repeticiones

#### 4. Bicicleta

Posición boca arriba con las caderas y las rodillas dobladas formando un ángulo de 90 grados. Se inhala por la nariz, se exhala por la boca mientras se dan 4 o 5 pedaladas en el aire moviendo ambos pies sin que los muslos se apoyen sobre la cama. El ejercicio lo realizara por 2 series de 15 pedaladas.

### Ejercicios de fortalecimiento

#### 1. Dardo

Posición boca abajo, se inhala por la nariz, se exhala por la boca levantando los brazos extendidos, sin despegar la frente. El ejercicio lo realizara por 2 series de 15 repeticiones

#### 2. Cobra

Posición boca abajo, colocara sus manos ligeramente más ancho que los hombros mientras agnanta su torso con los brazos extendidos. Mueva su cuerpo hacia delante y deje que sus caderas se muevan al suelo. Extienda su cuello al mismo tiempo. Se sostendrá por 40 segundos por 3 series.

**PLAN CASERO**

**LUMBAGO NO ESPECIFICADO**

REALIZADO POR: MAYRA WILCHES

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA

### 3 ESTIRAMIENTO

Vamos a favorecer la flexibilidad y a relajar los músculos para evitar rigidez en las articulaciones.

Estiramos los brazos hacia el frente con las manos estradas, una ira hacia abajo mientras la contraria la "abrazo" por el dorso y la lleva hacia el tronco.

Estiramos los brazos hacia el frente con las manos estradas, una ira hacia arriba mientras la contraria la "abrazo" por la palma y la lleva hacia atrás.

Juntamos las manos en modo de oración sobre el pecho y las deslizamos hacia el ombligo

Llevamos los brazos estrados hacia adelante y entrelazamos los dedos con las palas de las manos hacia afuera.

### PLAN CASERO

**MARIELA BOLAÑOS**

Realiza: Mariana Paredes Triana

Asesor: Ayda Zulamy Agudelo

Fisioterapia 8 semestre

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA

**CADA DÍA ES DIFERENTE**

**YO SOY FUERTE, YO PUEDO**

### OBJETIVO

Incrementar la fuerza en muñecas y dedos de las manos para mejorar el agarre y permitir una mejor manipulación tanto de objetos como de su silla de ruedas.

### 1 MOVILIDAD ARTICULAR

Vamos a facilitar la ejecución de los ejercicios disminuyendo la tensión en las articulaciones.

Con los brazos estrados hacia adelante, vamos a llevar las muñecas hacia arriba y hacia abajo durante 15 segundos.

Después ubicamos las palmas de las manos mirando hacia el techo y las movemos de lado a lado.

### 2 EJERCICIOS

Vamos a fortalecer los músculos responsables de flexionar y extender los dedos. Haciendo 2 series de 6 repeticiones

Si no tienes pesas, vamos a necesitar una botella plástica llena de agua.

Vamos a apoyar el antebrazo sobre una superficie con la palma de la mano mirando hacia al techo mientras la muñeca sobresale, en esa posición vamos a sujetar la botella y llevar la muñeca hacia abajo y hacia arriba

**INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA**

## Clases asincrónicas

Compartiendo <https://docs.google.com> en meet.google.com Ver la pestaña: docs.google.com Dejar de compartir

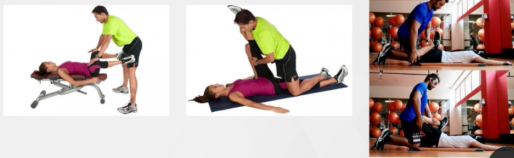
CATALINA LEON REALPE (Tú, presentando) Audio de la presentación Dejar de presentar

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA  
ESCUELA  
NACIONAL  
del DEPORTE

### PLAN DE TRATAMIENTO

**OBJETIVO ESPECÍFICO 3:** Incrementar la flexibilidad de la cadena posterior de los miembros inferiores, para obtener una mayor longitud de paso durante la fase de balanceo.

**Estrategia terapéutica:**  
Ejercicios de estiramiento activo asistido y pasivos, con técnica de FNP, cada uno con duración de 20 a 30 segundos.



AYDA ZULAMY ...

Diego Fernand...

Nicolas Perez E...

Samuel Guiller...

MAYRA ALEXA...

Mariana Pared...

CATALINA LEÓN REALPE

9:08 | Caso Clínico - Consulta externa



## ROTACIÓN 2

### Atención a Usuarios



### Actividad de Promoción y Prevención





## Planes Caseros

## Clases asincrónicas

Michelle Camila Herran Rico (Tú, presentando) | Audio de la presentación | Dejar de presentar

### OBJETIVO ESPECÍFICOS

Fomentar el control tónico postural durante la sedestación en anillo con el fin de promover el sedente sin apoyo y favorecer las reacciones de enderezamiento

Técnicas de Bobath:

- Puntos claves de control
- Transferencia de peso entre hemicuerpos

11:19 | Casos clínicos - Consulta Externa\_Practica

AYDA ZULAMY AGU... | Yulieth Fabiana Hoyo... | Samuel Guillermo M... | Luis Eduardo Ibarbo ... | Juan Camilo Castillo ... | Karen Nathalia Murill... | Michelle Camila Herran Rico