IPS HUMANA - VITAL S.A.S
Especialistas en terapias
Nit. 900.217.648-1

HUMANA VITAL S.A.S NIT 900217648-1

TERAPIA FISICA (CUNDEPORTES)

Nombre del paciente: Karen Alejandra Sanchez P CC. X CE: 1.019.990.045

Nombre del acudiente: Agustin Sanchez Maria Perez Parentesco: papa mama CC: 429 1111 99.811.866

Observaciones o Diagnostico: M62A Contractura muscular

FECHA	FIRMA DEL ~~PACIENTE~~ O ACUDIENTE	FECHA	FIRMA DEL PACIENTE O ACUDIENTE
2-10-2024	429 1116		
4-10-2024			
7-10-2024			
9-10-2024			
11-10-2024			

Nombre del terapeuta: Nly Estiven Mendoza Firma: Nly Estiven Mendoza Registro 41334

Dirección: Calle 11 # 10ª-79 Funza (Cundinamarca)Tel: 6018237239 / 3102444309 Pagina web:www. humanavital.com

IPS HUMANA - VITAL S.A.S
Especialistas en terapias
Nit. 900.217.648-1

Powered by CamScanner

HUMANA-VITAL S.A.S NIT 900217648-1

Lugar y fecha de emisión:
FUNZA, jueves, 31 de octubre de 2024 13:02:55

HISTORIA CLINICA FISIOTERAPIA No. 1.019.990.045

DATOS PERSONALES

Nombres y apellidos	KAREN ALEJANDRA SANCHEZ PEREZ
Identificación	TI 1.019.990.045 Edad: 18 años, 0 meses y 14 días
Nacimiento	BOGOTA (CUNDINAMARCA) martes, 17 de octubre de 2006
Residencia	FUNZA Dirección: CALLE 18 # 15 - 25 Teléfono: 3223022075
Ocupación	9999 - SIN INFORMACIÓN Escolaridad: SIN INFORMACION
Responsable	AGUSTÍN SANCHEZ Parentesco: PADRE Teléfono: 3223022075
Acompañante	AGUSTÍN SANCHEZ Parentesco: PADRE Teléfono: 3223022075
Entidad	CUNDEPORTES EAPB: EPS017 - FAMISANAR Tipo usuario: 12 PARTICULAR
Estado civil	SOLTERO (Estrato: 3) Raza: BLANCO (Etnia: HISPANO O LATINO)
Discapacidad	NINGUNA Religión: OTRO

Sexo: MUJER
G.S. y RH: O+

FECHA CONSULTA: miércoles, 2 de octubre de 2024 18:13:46 - EDAD: 17 años, 11 meses y 15 días
ANTECEDENTES
FAMILIARES: Hipertensión, hipotiroidismo
HOSPITALARIOS: No refiere
QUIRURGICOS: No refiere
TRAUMATICOS: No refiere
TOXICO ALERGICOS: No refiere
FARMACOLOGICOS: No refiere
PATOLOGICOS: No refiere
EPIDEMIOLOGICOS: No refiere

MOTIVO DE CONSULTA: Enfermedad actual: La semana pasada tuve dolor en la zona lumbar, aplique crema y complejo B descanso, pero sigue molestando.
DIAGNOSTICO MEDICO: Contractura muscular y sobrecarga muscular a nivel dorso lumbar
OBSERVACION GENERAL: Deportista refiere que presenta un dolor 8/10 a nivel de la región dorso lumbar que inicio desde hace una semana el cual sigue molestando aunque se haya tratado de manera farmacológica con complejo B y diclofenaco, a la examinación se evidencia espasmo a nivel de la musculatura paravertebral 8 puntos gatillos en la zona dorso lumbar, los cuales generan incomodad al tacto suave, además se evidencia inflamación en la zona, dado esto y que la deportista en próximos días entrara a competencia se recomienda realizar 15 sesiones las cueles se dividirán principalmente en disminuir el dolor a nivel dorso lumbar, ya una vez disminuido el dolor se iniciara con descargas de peso y fortalecimiento del Core, dado que esto beneficiara a la deportista en el gesto deportivo en step caso en el levantamiento de pesas.
DOLOR: Manifiesta SI
Localización: Dorso lumbar. Intensidad: 8/10 según EAV Frecuencia: Constante.

EXAMEN MUSCULAR
Articulación: Columna lumbar Movimiento: Flexión lumbar Musculo: Oblicuo externo Calificación derecha: 3 Calificación izquierda: 3
Articulación: Columna lumbar Movimiento: Extensión lumbar Musculo: Sacro lumbar Calificación derecha: 3+ Calificación izquierda: 3+
Articulación: Columna lumbar Movimiento: Inclinación Musculo: Transverso Calificación derecha: 3+ Calificación izquierda: 3+
Articulación: Columna lumbar Movimiento: Elevación de la pelvis Musculo: Cuadrado de los lomos Calificación derecha: 3+ Calificación izquierda: 3+

POSTURA
VISTA ANTERIOR: Cabeza: NORMAL Hombros: NORMAL Espinas iliacas: NORMAL Rodillas: NORMAL Pie: NORMAL
VISTA LATERAL: Actitud corporal: NORMAL Cabeza: NORMAL Hombros: NORMAL Columna Vertebral: NORMAL Abdomen: NORMAL Pelvis: NORMAL Rodillas: NORMAL Pie: NORMAL
VISTA POSTERIOR: Cabeza: NORMAL Hombros: NORMAL Escapulas: NORMAL Columna: NORMAL Cadera: NORMAL Rodillas: NORMAL Pie: NORMAL

MEDIDAS ESPECIALES: No evaluadas
COORDINACION: No evaluada
EQUILIBRIO: No evaluado
TROFISMO: No evaluado
MARCHA
Apoyo de talón: Realiza Apoyo medio: Realiza Despegue de dedos: Realiza Cadencia: Realiza Discriminación de cinturas: Realiza Balanceo de brazos: Realiza Diagnóstico fisioterapéutico: Paciente presenta afectación del dominio osteomuscular lo que llegue afectar su rendimiento o deportivo y puede generar afectaciones a nivel de la columna dorso lumbar.

Powered by CamScanner

Pronóstico fisioterapéutico: Reservar.
DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 18/00 Hora de salida: 19/00 No. de sesión: 1
CONDUCTA: Modalidades cinéticas y terapéuticas.
TRABAJO REALIZADO: SE REALZIA EXAMINACIÓN PREVIA, SE COMIENZA A REALZIAR LA SESIÓN SEGUN CRITERIO FISIOTERAPEUTICO CON APLCIACIÓN DE CALR Y MASAJE PRE COMPETIVO A NIVEL DE LA CLUMNA DOROS LUMBAR, SE REALIZA DADO EL DOLOR Y LAS MOLESTIAS REFERIDAS POR LA DEPORTISTA, SE CONTINUO CON APLCIACIÓN TENS Y VIBROMASAJESOR SE FINALZIA CON EJERCICÓS DE CORE DE PRIMER NIBEL.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Se recomienda realizar las sesiones de día de por medio.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: viernes, 4 de octubre de 2024 18:16:20 - EDAD: 17 años, 11 meses y 17 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 18 Hora de salida: 19 No. de sesión: 2
CONDUCTA: modalidades cinéticas y terapéuticas
TRABAJO REALIZADO: DESCRIPCION TERAPIA FISICA
Electro estimulador: 7 MIN Termoterapia: 7 MIN Masaje: 5 MIN
OTROS PROCEDIMIENTOS: se realizan ejercicios para mejorar la movilidad estos se realizan con 3 series de 10 repeticiones, se finaliza con mejora de la movilidad
EJERCICIOS DE FORTALECIMIENTO MUSCULAR
Activos, Ejercicios isométricos
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): continuar con plan casero
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO NUEVO
Dr.(a). YENCI YULISA ROJAS PUENTES CC No. 1.233.502.075 - FISIOTERAPIA - R.M. 28213

FECHA CONSULTA: lunes, 7 de octubre de 2024 18:47:16 - EDAD: 17 años, 11 meses y 20 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 18 Hora de salida: 19 No. de sesión: 3
CONDUCTA: modalidades cinéticas y terapéuticas
TRABAJO REALIZADO: DESCRIPCION TERAPIA FISICA
Electro estimulador: 7 MIN
ESTIRAMIENTO MIEMBROS SUPERIORES
Hombro: Flexores, Extensores, Abductores, Aductores
OTROS PROCEDIMIENTOS: se realizan ejercicios para mejorar la movilidad estos se realizan con 3 series de 12 repeticiones, se finaliza con mejora de la movilidad
EJERCICIOS DE FORTALECIMIENTO MUSCULAR
Activos, Ejercicios excéntricos
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): continuar con plan casero
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO NUEVO
Dr.(a). YENCI YULISA ROJAS PUENTES CC No. 1.233.502.075 - FISIOTERAPIA - R.M. 28213

FECHA CONSULTA: miércoles, 9 de octubre de 2024 20:08:17 - EDAD: 18 años, 0 meses y 6 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 07/00 Hora de salida: 08/00 No. de sesión: 4
CONDUCTA: Modalidades cinticas y terapéuticas.
TRABAJO REALIZADO: OTROS PROCEDIMIENTOS: se comenzó con terapia manual para aliviar la tensión en los músculos contractura dos. Se aplicaron técnicas de masaje terapéutico y movilizaciones suaves para mejorar la circulación y reducir la rigidez en la zona lumbar. Además, se utilizó calor aplicado localmente durante 15 minutos para relajar la musculatura y facilitar la recuperación. Para fortalecer y prevenir futuras contracturas, se introdujeron ejercicios de estiramiento suaves, permitiendo al paciente mejorar la flexibilidad sin causar dolor.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO REPETIDO

Powered by CamScanner

Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: viernes, 11 de octubre de 2024 11:58:25 - EDAD: 17 años, 11 meses y 25 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 18 Hora de salida: 19 No. de sesión: 5
CONDUCTA: modalidades cinéticas y terapéuticas
TRABAJO REALIZADO: DESCRIPCION TERAPIA FISICA
Electro estimulador: 7 MIN Termoterapia: 7 MIN
OTROS PROCEDIMIENTOS: se realizan ejercicios para mejorar la movilidad estos se realizan con 3 serie de 12 repeticiones, se finaliza con mejora de la fuerza
EJERCICIOS DE FORTALECIMIENTO MUSCULAR
Activos, Ejercicios isométricos
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): continuar con plan casero
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M624-CONTRACTURA MUSCULAR Tipo: CONFIRMADO NUEVO
Dr.(a). YENCI YULISA ROJAS PUENTES CC No. 1.233.502.075 - FISIOTERAPIA - R.M. 28213

Powered by CamScanner