PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio: SANTA ROSA DE CABAL			Barrio o Vereda: LA PRADERA			Direccción: CALLE 28B # 24-70			Ficha familiar No. 2024457		
V1	DIA	MES	AÑO	V2	DIA	MES	AÑO	V3	DIA	MES	AÑO
	18	8	2024		13	09	2024				
Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2:				Responsable 1:YERALDIDI GARCIA Responsable 2:ISABEL LOPEZ				Responsable 1: Responsable 2:			
Nombre del Jefe del Hogar:OSCAR MARIN MAHECHA				Nombre de quién recibe la visita: LUZ ADRIANA SANCHEZ CORRAL.				N° telefono contacto: 3225388770			

VISITA No.	OBSERVACIONES
V1	ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR: SE REALIZA VISITA DE CARACTERIZACION E IDENTIFICACION DE RIESGOS DE LA FAMILIA EN GENERAL.
V2	ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR: VISITA DE SEGUIMIENTO Y ACOMPAÑAMIENTO Y MONITOREO DE LOS LOGROS PLANEADOS EN LA PRIMER VISITA
V3	ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR:

CUIDADO FAMILIAR

Tipos de riesgo en los hallazgos: Alto. A Medio. M Bajo. B

Nº	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1	NO PERMITE INGRESO A LA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIA NUCLEAR, CONFORMADA POR OSCAR MARIN MAHECHA Y QUIEN ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA LUZ ADRIANA SANCHEZ CORRAL, ATIENDE LA VISITA EN LA PUERTA, VIVE EN CASA PAGANDO ARRENDO, LA ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SE OBSERVA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PÚBLICOS, ESTRATO BAJO, COCINA CON GAS DOMICILIARIO, NO RECICLA Y CUENTA CON RECOLECCIÓN DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, NO TIENE MASCOTAS. -LA SEÑORA LUZ CORRAL CON RIESGO PSICOLÓGICO BAJO, AUNQUE REFIERE COME MAS DE LO NORMAL PORQUE LE DA ANSIEDAD, ASISTE AL PUESTO DE SALUD Y A LA IGLESIA DE SU BARRIO, SE RELACIONA CON SUS VECINOS, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA PERO NO ODONTOLOGICA EN EL ULTIMO AÑO, NO SE HA REALIZADO LA CITOLOGIA, IMC DE 34.6 OBESIDAD GRADO I, NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA,PLANIFICACION FAMILIAR QUIRURGICA, NO SE HACE EL AUTOEXAMEN DE SENO, NO SE HA REALIZADO LA MAMOGRAFIA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, MENOS GRASAS Y DULCES, REFIERE ANTECEDENTE FAMILIAR DE DM, HTA.	A M X	A M B	A M B
2		FAMILIA MONOPARENTAL CONFORMADA POR OSCAR MARIN MACHADA Y LUZ ADRIANA SANCHEZ SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES EL JEFE DEL HOGAR ES OSCAR MARIN TAMBIÉN EL PROVEEDOR Y PROTECTOR EL SEÑOR ES PENSIONADO, LA SEÑORA LUZ ADRIANA REFIERE ESTAR COMIENDO MAS DE LO NORMAL POR LO CUAL SE RECOMIENDA INICIAR PROCESO PSICOLÓGICO CON EL FIN DE IDENTIFICAR LA DIFICULTAD Y BRINDARLE HERRAMIENTAS QUE LE AYUDEN A MANEJAR Y ENTENDER SUS EMOCIONES DE UNA MEJORAR MANERA,SE EVIDENCIA BUEN AMBIENTE FAMILIA SE ESCUCHAN Y SE APOYAN, RECONOCEN LAS FORTALEZAS DE LA FAMILIA SE RECOMIENDA REALIZAR ACTIVIDADES FAMILIARES CON EL FIN DE REFORZAR VÍNCULOS AFECTIVOS	A M B	A M B	A M B
3			A	A	A

CUIDADO INDIVIDUAL POR CURSO DE VIDA

Nº	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1		LA SEÑORA LUZ ADRIANA SANCHEZ, REFIERE QUE SUFRE DE HTA, ASISTE A LOS CONTROLES MEDICOS, SE REMITE A SALUD BUCAL, TAMIZAJE VISUAL, CITOLOGIA, RUTA DE PROMOCION Y MANTENIMIENTO Y PSICOLOGIA. SE EDUCA SOBRE: - AUTOEXAMEN DE SENO: SE EXPLICA QUE DEBE REALIZARSE DE 3 A 5 DIAS DESPUES DEL PERIODO, CADA MES Y AUN DESPUES DE LA MENOPAUSIA, DURANTE TODA LA VIDA. - BUENOS HABITOS ALIMENTICIOS: CONSUMO HABITUAL DE AGUA, CONSUMO DE FRUTAS Y VEGETALES EN EL DIA, DISTRIBUIR BIEN LAS COMIDAS PARA UNA ALIMENTACION SANA Y EQUILIBRADA, MASTICAR BIEN LOS ALIMENTOS ASEGURA UNA MEJOR DIGESTION, DELIMITAR EL CONSUMO DE FRITOS, NO PICAR ENTRE HORAS ESTO ASEGURA MANTENER TU PESO, TU SALUD INTESTINAL Y SALUD DENTAL. - ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: HIGIENE BUCAL, SUEÑO OPTIMO, REALIZAR ACTIVIDAD FISICA, EVITAR HABITOS TOXICOS, LAVADO DE MANOS, ENTORNO SOCIAL SALUDABLE. - SIGNOS DE ALARMA PARA CONSULTAR A URGENCIAS: DOLOR INTENSO Y PERSISTENTE, PERDIDA DE LA CONCIENCIA O MEMORIA, NO PRODUCCION O DOLOR AL ORINAR, SANGRADOS, ASFIXIA O RESPIRACION CON ESFUERZO, TEMPERATUTA IGUAL O MAYOR A 38º CON ESCALOFRIOS, DIARREA O VOMITO PROLONGADO. - CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE: NO TIRAR BASURAS AL SUELO, RECICLAR, SEMBRAR, EVITAR LA QUEMA DE BASURAS O FOGATAS EN LOS BOSQUES, REUTILIZAR EL AGUA DE LA LAVADORA Y MINIMIZAR EL CONSUMO DE AGUA. - FACTORES SOCIALES Y DE FAMILIA: SE SOCIALIZA SOBRE EL AFECTO, LA BUENA COMUNICACIÓN, LA PROTECCION, LA ATENCION, LA SEGURIDAD ECONOMICA Y LA BUENA RELACION CON LOS VECINOS DEL BARRIO. SE EDUCA SOBRE LA IMPORTANCIA Y LOS BENEFICIOS DE ASISTIR A LAS CONSULTAS MEDICAS POR RANGO DE EDAD, YA QUE PERMITE LA DETECCION TEMPRANA DE ENFERMEDADES.	A M X	A M B	A M B
Nº	HALLAZGO		V1	V2	V3
2		LUZ ADRIANA SANCHEZ REFIERE SUFRIR DE HIPERTENSIÓN Y SU ESPOSO SUFRE DE DIABETES, ESTÁN EN CONTROLES MÉDICOS CADA 3 MESES Y SE TOMAN LOS MEDICAMENTOS A LA AHORA ASIGNADA, NO REALIZAN ACTIVIDAD FÍSICA Y NO LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN ADECUADA SE RECOMIENDA : -REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA CON MAS FRECUENCIA, CAMINAR, MONTAR BICICLETA -MEJORAR SU ALIMENTACIÓN AUMENTANDO EL CONSUMO DE FRUTA, VERDURAS Y AGUA, DISMINUIR EL CONSUMO DE FRITOS, HARINAS Y AZUCARES -REALIZARSE VALORACIONES MEDICAS DE FORMA PERIÓDICA A FIN DE PREVENIR ENFERMEDADES	A M X	A M B	A M B

		-SE BRINDA EDUCACIÓN SOBRE SIGNOS DE ALARMA PSICOLÓGICOS: DEJAR DE COMER, PROBLEMAS PARA CONCILIAR EL SUEÑO, PENSAMIENTOS O SENSACIÓN DE QUERER MORIR, NO QUERERSE LEVANTAR DE LA CAMA POR MAS DE 3 DÍAS			
3			A M B	A M B	A M B
4			A M B	A M B	A M B
5			A M B	A M B	A M B
6			A M B	A M B	A M B
7			A M B	A M B	A M B
8			A M B	A M B	A M B
9			A M B	A M B	A M B

10			AMB	AMB	AMB

DILIGENCIADO

POR: ANTONIO OVIEDO
Nombre y Apellidos
Profesión:

ACOMPAÑADO

POR:
Nombre y Apellidos
Profesión: