PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR										Versión 3 30/04/2024		
Municipio: SANTA ROSA DE CABAL			Barrio o Vereda: VILLAS DE SAN FERNANDO			Direccción: CALLE 25 A# 24 - 15				Ficha familiar No. 2024577		
V1	DIA	MES	AÑO	V2	DIA	MES	AÑO	V3	DIA	MES	AÑO	
	11	9	2024		05	10	2024					
Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2:				Responsable 1:YERALDIDI GARCIA Responsable 2:ISABEL LOPEZ				Responsable 1: Responsable 2:				
Nombre del Jefe del Hogar: LUZ GARCIA LURICO				Nombre de quién recibe la visita:LUZ GARCIA LURICO				N° telefono contacto: 311672164				

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

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1	NO PERMITE INGRESO A LA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIA NUCLEAR, CONFORMADA POR LUNA CARMONA GARCIA, JUAN CARMONA GARCIA, DIEGO CARMONA BETANCURTH Y QUIEN ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA LUZ GARCIA LURICO, ATIENDE LA VISITA EN LAVENTANA, VIVE EN CASAFAMILIAR, LA ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SE OBSERVA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PUBLICOS, ESTRATO BAJO, COCINA CON GAS DOMICILIARIO,DISPOSICION DE RESIDUOS ADECUADOS Y CUENTA CON RECOLECCION DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, TIENE 1 GATO VACUNADO DESPARACITADO Y ESTERILIZADO. -LA SEÑORA LUZ GARCIA LURICO , CON RIESGO PSICOLOGICO BAJO, AUNQUE REFIERE QUE TIENE DISTORCIONADO EL SUEÑO Y PIENSA MUCHO EN ALGUNA SITUCIONES FAMILIARES, ASISTE AL PUESTO DE SALUD PERO NO A LA IGLESIA DE SU BARRIO, SE RELACIONA CON SUS VECINOS, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA Y ODONTOLOGICA EN EL ULTIMO AÑO, YA SE REALIZO LA CITOLOGIA, IMC DE 19.8 NORMAL, NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA, ESPOSO TIENE LA VASECTOMIA, SE HACE EL AUTOEXAMEN DE SENO MENSUAL, NO SE HA REALIZADO LA MAMOGRAFIA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, GRASAS Y DULCES, NO REFIERE ANTECEDENTE FAMILIARDE ALGUNA PATOLOGIA.	A M X	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR LUNA CARMONA GARCIA, JUAN CARMONA GARCIA, DIEGO CARMONA Y LUZ GARCIA SE EVIDENCIA VIVEIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES, LA JEFE DEL HOGAR ES LUZ Y EL PROVEEDOR Y PROTECTOR ES DIEGO, LA SEÑORA LUZ REFIERE QUE NO LOGRA DORMIR MUY BIEN, DUERME INTERVALOS CORTOS POR LO CUAL SE RECOMIENDA ASISTIR AL MEDICO PARA PREVENIR POSIBLES ENFERMEDADES COMO APNEA DEL SUEÑO Y INICIAR PROCESO CON PSICOLOGÍA PARA BRINDARLE HERRAMIENTAS SOBRE COMO MANEJAR SUS EMOCIONES SE RECOMIENDA: • SABERSEN ESCUCHAR, HABLAR EN UN TONO DE VOZ ADECUADO NO GRITARSE • RECONOCER LAS FORTALEZAS DE LA FAMILIA • REALIZAR ACTIVIDADES EN FAMILIA CON EL FIN DE FORTALECER VÍNCULOS AFECTIVOS • TODOS SOMOS ÚTILES PARA DIFERENTES ACTIVIDADES	A M B	A M B	A M B
3			A	A	A

CUIDADO INDIVIDUAL POR CURSO DE VIDA

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1		LA SEÑORA LUZ GARCIA LURICO, REFIERE QUE NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGIA, SE REMITE A 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	A M X	A M B	A M B

		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.			
N°	**HALLAZGO**		**V1**	**V2**	**V3**
2		LUZ GARCIA NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA INDICA QUE SU FA,ILIA NO SUFRE DE NINGUNA ENFERMEDAD APLICA NORMAS Y LIMITES ADECUADOS PARA LAS EDADES DE SUS HIJOS, NO REALIZAN ACTIVIDAD FIISCA Y NO LLEVAN UNA ALIMENTACION SALUDABLE POR LO CUAL SE RECOMIENDA : -REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA, 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 -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	A M X	A M B	A M B
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			A M B	A M B	A M B

DILIGENCIADO

POR: ANTONIO OVIEDO
Nombre y Apellidos
Profesión:

ACOMPAÑADO

POR:
Nombre y Apellidos
Profesión: