PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio: SANTA ROSA DE CABAL	Barrio o Vereda: LA PRADERA	Direccción: CALLE 29 # 22-41	Ficha familiar No. 2024430

	DIA	MES	AÑO
V1	12	8	2024
V2	16	09	2024
V3			

Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2: LILIANA MARIN	Responsable 1:YERALDID GARCIA Responsable 2:ISABEL LOPEZ	Responsable 1: Responsable 2:

Nombre del Jefe del Hogar: LUZ DARY CALVO OSORIO	Nombre de quién recibe la visita: LUZ DARY CALVO OSORIO	N° telefono contacto: 3122492138

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 COMPUESTA, CONFORMADA POR ALJAIDI LAVERDE GARCIA Y QUIEN ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA LUZ DARY CALVO OSORIO, VIVE EN CASA PROPIA PAGADA, ATIENDE LA VISITA EN LA PUERTA, LA ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SE OBSERVA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PUBLICOS, ESTRATO BAJO, COCINA CON GAS DOMICILIARIO, NO RECICLA Y CUENTA CON RECOLECCION DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, NO TIENE MASCOTAS. - LA SEÑORA LUZ DARY CALVO OSORIO, CON RIESGO PSICOLOGICO BAJO, AUNQUE EXPRESA MUCHA ANSIEDAD, NO ASISTE AL PUESTO DE SALUD NI A LA IGLESIA DE SU BARRIO, SE RELACIONA CON SUS VECINOS, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA Y ODONTOLOGICA EN EL ULTIMO AÑO, NO SE HA REALIZADO LA CITOLOGIA, NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA, PLANIFICACION FAMILIAR QUIRURGICO, NO SE HACE EL AUTOEXAMEN DE SENO, YA SE HIZO LA MAMOGRAFIA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, GRASAS Y DULCES, REFIERE ANTECEDENTE FAMILIAR DE DM, HTA, Y COLESTEROL.	A M X	A M B	A M B
2		FAMILIA COMPUESTA CONFORMADA POR ALJAIDI LA VERDE GARCIA Y LUZ DARY CALVO OSORIO SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES LA JEFE DEL HOGAR ES LUZ DARY, ES PENSIONADA Y EL SEÑOR ALJAIDI TAMBIEN ES PENSIONADO, LA SEÑORA LUZ DARY REFIERE SENTIRSE ANSIOSA SE RECOMIENDA INICIAR PROCESO PSICOLOGICO CON EL FIN DE BRINDARLE HERRAMIENTAS PARA UN MEJOR MANEJO DE SUS EMOCIONES. SE RECOMIENDA: - SABERSE ESCUCHAR, HABLAR EN UN TONO DE VOZ ADECUADO NO GRITAR - REALIZAR ACTIVIDADES EN FAMILIA CON EL FIN DE FORTALECER VINCULOS AFECTIVOS - RECONOCER LAS FORTALEZAS DE LA FAMILIA - TODOS SOMOS UTILES PARA DIFERENTES ACTIVIDADES APOYARSE, ESCUCHARSE Y SOLUCIONAR LOS CONFLICTOS DE LA MEJOR MANERA	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 DARY CALVO OSORIO, EXPRESA QUE SUFRE DE DM HTA, TIROIDES Y COLESTEROL, ASISTE A LOS CONTROLES Y EXAMENES MEDICOS CADA 3 MESES 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 38° 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
N°	**HALLAZGO**		**V1**	**V2**	**V3**
2		LUZ DARY EXPRESA QUE SUFRE DE DIABETES, HIPERTENSION TIROIDES Y COLESTEROL, SU ESPOSO SUFRE DE DIABETES E HIPETENSION SE ENCUENTRAN EN TRAMIENTO MEDICO CADA 3 MESES SE TOMAN SUS MEDICAMENTOS A LA HORA ASIGNADA.NO REALIZAN ACTIVIDAD FISICA A CAUSA DE SUS PATOLOGIAS, PERO NO LLEVAN UN ADECUADO MANEJO PARA SU ALIMENTACION 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		ACOMPAÑADO	
POR:	ANTONIO OVIEDO Nombre y Apellidos Profesión:	**POR:**	LILIANA MARIN Nombre y Apellidos Profesión: