PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio: Santa Rosa de Cabal			Barrio o Vereda:FERMIN LOPEZ			DIRECCION :CARRERA 23A NUMERO 25-51			FICHA FAMILIAR NUMERO:2024523		
V1	MES	AÑO	V2	DIA	MES	AÑO	V3	DIA	MES	AÑO	
	O4-09	2024		25	09	2024					
Responsable 1: Antonio Oviedo Responsable 2:			Responsable 1:YERALDID GARCIA Responsable 2:ISABEL LOPEZ				Responsable 1: Responsable 2:				
Nombre del Jefe del Hogar:MARGARITA VARGAS GARCIA			NOMBRE DE QUIEN RECIBE LA VISITA :MARGARITA VARGAS GARCIA				N° telefono contacto:3137782427				

VISITA No.	OBSERVACIONES
V1	Se realiza visita de caracterización e identificación de riesgo 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 EL INGRESO A LA VIVIENDA	Se encuentra familia Nuclear conformada por Juliana Calderon Vargas de 22 años de edad, y quien recibe la visita Margarita Vargas Garcia de 55 años de edad,no permite el ingreso a la vivienda recibe la visita en la puerta de la casa, vivienda propia,estructura de la vivienda sin riesgo aparente, cuenta con todos los servicios publicos, cocina con gas domiciliario, con disposicion de residuos adecuados,y cuenta con recoleccion de basuras por parte de la empresa de aseo,tiene 1 gato vacunado, desparacitado, y esterelizado,con riesgo psicologico moderado porque refiere que lo que antes le gustaba hacer ya no, se siente muy sola, menciona que no visita el puesto de salud de el barrio,no la caseta comunal, y si la iglesia, refiere que se relaciona bien con sus vecinos, busca actividades de mejoramiento para el barrio, refiere que no asistió al odontologo, y si al medico en el ultimo mes, con IMCde 27.9sobrepeso, refiere que no realiza actividad fisica en la semana,refiere que fuma 10 cigarrillos al dia, no se ha realizado el autoexamen de seno y si la mamografia, no planifica, si se ha realizado la citologia,refiere que consume todo tipo de alimentos frutas, verduras, legumbres, lacteos, proteinas, consume grasas y dulce.Antecedentes familiares de HTA.	A M x X X	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR JULIANA CALDERON VARGAS Y MARGARITA VARGAS GARCIA SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES. LA JEFE DEL HOGAR ES MARGARITA. LA PROVEEDORA Y PROTECTORA ES JULIANA LA SEÑORA MARGARITA REFIERE SENTIRSE SOLA, POR LO CUAL SE RECOMIENDA MAS ACOMPAÑAMIENTO FAMILIAR APOYARSE -SABERSEN ESCUCHAR, HABLAR EN UN TONO DE VOZ ADECUADO, NO GRITAR -BUSCAR AYUDA PSICOLÓGICA EN CASO DE CONSIDERARLO NECESARIO - APOYARSE, ESCUCHARSE Y RECONOCER LAS FORTALEZAS DE LA FAMILIA - TODOS SOMOS ÚTILES PARA DIFERENTES ACTIVIDADES	A M B	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

CUIDADO INDIVIDUAL POR CURSO DE VIDA

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3

1	La Señora MARGARITA VARGAS GARCIA refiere que sufre de HTA,con tratamiento,se remite al programa salud bucal, 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,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 orinal,sangrados,asfixia,o respiracion con esfuerzo,temperatura igual o mayor a 38grados, con escalofrios,diarrea o vomito prolongado. -cuidado del medio ambiente:reciclar, sembrar,evitar la quema de basuras o fogatasen los bosques reutilizar el agua de la lavadora y minimizar el consumo de agua. 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		MARGARITA VARGAS REFIERE SUFRIR DE HIPERTENSIÓN BAJO TRATAMIENTO MEDICO, SE TOMA LOS MEDICAMENTOS A LA HORA ASIGNADA SU FAMILIA NO SUFRE DE NINGUNA ENFERMEDAD. NO REALIZAN ACTIVIDAD FÍSICA Y NO LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE SE RECOMIENDA: -MEJORAR SU ALIMENTACIÓN AUMENTANDO EL CONSUMO DE FRUTA, VERDURAS Y AGUA, DISMINUIR EL CONSUM O 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 B	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:

Nombre y Apellidos ANTONIO OVIEDO
Profesión:

ACOMPAÑADO POR:

Nombre y Apellidos LILIANA MARIN
Profesión: