PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio: SANTA ROSA DE CABAL	Barrio o Vereda: FERMIN LOPEZ	Direccción: CALLE 25A # 25 -15	Ficha familiar No. 2024537

	DIA	MES	ANO		DIA	MES	ANO		DIA	MES	ANO
V1	3	9	2024	V2	29	09	2024	V3			

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

Nombre del Jefe del Hogar: MARIA CLARIBEL OSORIO	Nombre de quién recibe la visita: MARIA CLARIBEL OSORIO	N° telefono contacto: 3127111032

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 UNIPERSONAL, CONFORMADA POR MARIA CLARIBEL OSORIO QUIEN ATIENDE LA VISITA, VIVEN EN CASA PAGANDO ARRENDO, 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, NO TIENE MASCOTAS. ..... - LA SEÑORA MARIA CLARIBEL OSORIO, CON RIESGO PSICOLOGICO BAJO, AUNQUE REFIERE PROBLEMAS DE CONCENTRACION, NO ASISTE AL PUESTO DE SALUD PERO SI A LA IGLESIA DE SU BARRIO, SE RELACIONA CON SUS VECINOS, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA PERO NO ODONTOLOGICA EN EL ULTIMO AÑO, YA SE REALIZO LA CITOLOGIA VAGINAL, IMC DE 23.3 NORMAL, REALIZA ACTIVIDAD FISICA 3H ALA SEMANA, NO SE REALIZA EL AUTOEXAMEN DE SENO, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, GRASAS Y DULCES, MENOS LACTEOS, REFIERE ANTECEDENTE FAMILIAR DE DM.	A M X	A M B	A M B
2		FAMILIA UNIPERSONAL CONFORMADA POR MARIA CLARIBEL OSORIO SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES LA SEÑORA CLARIBEL REFIERE PROBLEMAS DE CONCENTRACION, SE RECOMIENDA ASISTIR AL MEDICO PARA EVITAR PROBEBLES ENFERMEDADESYA QUE SE PUEDE ESTAR PRESENTANDO UN DETERIORO COGNITIVO. 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 MARIA CLARIBEL OSORIO, REFIERE QUE SUFRE DE DISLIPIDEMIA, ASISTE A LOS CONTROLES MEDICOS, SE REMITE A SALUD BUCAL, RUTA DE PROMOCION Y MANTENIMIENTO Y PSICOLOGIA. SE EDUCAN 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		MARIACLARIBEL SUFRE DE DISLIPIDEMIA. BAJO TRATMIENTO MEDICO CADA 3 MESES SE TOMA LOS MEDICAMENTOS A LA HORA ASIGNADA NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA Y NOLLEVA UNA ALIMENTCION SALUDABBLE 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: