PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR									Versión 3 30/04/2024
Municipio: Santa Rosa deCabal		Barrio o Vereda:LA EUGENIA		DIRECCION : MANZANA G CASA 125			FICHA FAMILIAR NUMERO:2024394		
V1	MES	AÑO	V2	DIA	MES	AÑO	V3	DIA	MES	AÑO
	09-ago	2024		01	09	2024				
Responsable 1: Antonio Oviedo Responsable 2:			Responsable 1:YERALD ID GARCIA Responsable 2:ISABLE LOPEZ				Responsable 1: Responsable 2:			
Nombre del Jefe del Hogar:JESUS PULIDO CASTRO			NOMBRE DE QUIEN RECIBE LA VISITA :MARIA ELENA ZAPATA BEDOYA				N° telefono contacto:3207156277			

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 Luis Pulido Castro,y quien recibe la visita,es la señora Maria Elena Zapata,no permite el ingreso a la vivienda, recibe la visita en la puerta,vivienda propia,estructura de la vivienda sin riesgo aparente, cuenta con todos los servicios publicos, cocina con gas domiciliario,con dispocision de residuos adecuados,y cuenta con recoleccion de basuras por parte de la empresa de aseo, tiene 2 perros y 2perras, vacunados, desparacitados, y esterelizados, con riesgo psicologico bajo porque habla sola, menciona que no visita el puesto de salud del barrio,no la caseta comunal, y si la iglesia, refiere que se relaciona bien con sus vecinos, y busca actividades de mejoramiento para el barrio,refiere que no asistió al odontologo, y si al medico en el ultimo mes,no se a realizado la citologia,si el autoexamen de seno y si la mamografia, con IMCde 30.0 sobrepeso,planificacion familiar quirurgica,no realiza ninguna actividad fisica durante la semana,refiere que consume todo tipo de alimentos, frutas verduras legumbres, lacteos, grasas dulce.Antecedentes familiares de DM,HTA.**	A M X X	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR LUIS PULIDO CASTRO Y MARIA ELENA ZAPATA SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES, EL JEFE DEL HOGAR ES JESUS PULIDO ES PENSIONADO, TAMBIEN RECIBEN INGRESOS DEL EXTERIOR. LA SEÑORA MARIA ELENA REFIERE QUEHABLA SOLA EN OCASIONES POR LO CUAL SE RECOMIENDA ASIISTIR AL MEDICO PARA PREVENIR POSIBLES ENFERMEDADES YA 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 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 Maria Elena Zapata,refiere que es HTA,en control,se remite al programa de salud bucal,tamizaje visual,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		MARIA ELENA SUFRE DEHIPERTENSION BAJO TRATMIENTO MEDICO CADA 3 MESES Y SE TOMA SUS MEDICAMENTOS ALA HORA ASIGANADA, SU ESPOSO TAMBIEN ES HIPERTENSO, NO REALIZAN ACTIVIDA FISICA YU NO LEVAN UNA ALIMENTACION ADECUADA 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 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: