PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio: SANTA ROSA DE CABAL	**Barrio o Vereda: FERMIN LOPEZ**	**Direccción: CARRERA 25 # 25A -02**	**Ficha familiar No. 2024539**

	DIA	MES	AÑO		DIA	MES	AÑO		DIA	MES	AÑO
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 LINDELIA QUINTERO	**Nombre de quién recibe la visita: MARIA LINDELIA QUINTERO**	**N° telefono contacto: 3232960299**

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 GABRIEL ANTONIO LOPEZ Y QUIEN ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA MARIA LINDELIA QUINTERO LOPEZ , ATIENDE LA VISITA EN LA VENTANA, VIVE EN CASA PROPIA PAGADA, LA ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SE OBSERVA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PUBLICOS, ESTRATO BAJO, COCINA CON GAS DOMICILIARIO, ACTIVIDAD LUCRATIVA DENTRO DE LA VIVIENDA (TIENDA), NO RECICLA Y CUENTA CON RECOLECCION DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, TIENE 1 GATO, VACUNADO, DESPRACITADO Y ESTERILIZADO. -LA SEÑORA MARIA LINDELIA QUINTERO, CON RIESGO PSICOLOGICO BAJO, AUNQUE REFIERE QUE LE DA MIEDO QUE ALGUNO DE LOS DOS QUEDE SOLO, 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, IMC DE 24.8 NORMAL, REALIZA ACTIVIDAD FISICA 1H A LA SEMANA, NO SE HACE EL AUTOEXAMEN DE SENO, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, GRASAS Y DULCES, REFIERE ANTECEDENTE FAMILIAR DE DM.**	**A** **M** **B**	**A** **M** **B**	**A** **M** **B**
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR GABRIEL ANTONIO LÓPEZ Y MARIA LINDELIA QUITERO LÓPEZ, SE EVIDENCIA UNA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES, LA JEFE DEL HOGAR ES LINDELIA RECIBEN INGRESOS ECONÓMICAMENTE, DE OTROS PAÍSES, LA SEÑORA MARIA LINDELIA LE DA MIEDO QUEDARSE SOLA POR LO CUAL SE RECOMIENDA. INICIAR PROCESO PSICOLÓGICO PARA UN DEBIDO ACOMPAÑAMIENTO SE RECOMIENDA: -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**	**A**	**A**

CUIDADO INDIVIDUAL POR CURSO DE VIDA

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1		LA SEÑORA MARIA LINDELIA QUINTERO, REFIERE QUE NO SUFDE NINGUNA PATOLOGIA, SE REMITE A SALUD BUCAL, TAMIZAJE VISUAL, 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 PROLONGADO.	A M X	A M B	A M B

		- 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		MARIA LINDELIA REFIERE QUE NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA SU FAMILIA SE ENCUENTRA EN ESTABLES CONDICIONES DE SALUD, NO REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA Y NO LLEVA UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE SE RECOMIENDA: -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: