PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio: SANTA ROSA DE CABAL	Barrio o Vereda: LA EUGENIA	Direccción: MZ A CASA 8	Ficha familiar No. 2024417

	DIA	MES	AÑO
V1	10	8	2024
V2	12	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: OCTAVIO MEJIA MEJIA	Nombre de quién recibe la visita: MARIA ESPERANZA MEJIA MEJIA	N° telefono contacto: 3226647642

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 CARLOS MEJIA MEJIA, PEDRO MEJIA MEJIA, OCTAVIO MEJIA MEJIA, MARIA VIRGELINA MEJIA Y QUIEN ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA MARIA ESPERANZA MEJIA MEJIA, VIVE EN CASA FAMILIAR, 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 RECICLAN Y CUENTA CON RECOLECCION DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO,TIENE 2 PERROS VACUNADOS DESPARACITADOS Y ESTERILIZADOS. - LA SEÑORA MARIA ESPERANZA MEJIA MEJIA, CON RIESGO PSICOLOGICO BAJO, AUNQUE EXPRESA TRISTEZA PORQUE LOSHIJOS SON MUY ALEJADOS DE ELLA, 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, YA SE REALIZO LA CITOLOGIA, NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA, PLANIFICACION FAMILIAR QUIRURGICO, NO SE HACE EL AUTOEXAMEN DE SENO, YA SE REALIZO LA MAMOGRAFIA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, MENOS GRASAS Y DULCES, REFIERE ANTECEDENTE FAMILIAR DE DM, HTA Y COLESTEROL.	A M X	A M B	A M B
2		FAMILIA COMFORMADA POR CARLOS MEJIA, PEDOR MEJIA, OCTAVIO MEJIA, MARIA VIGELINA MEJIA Y MARIA ESPERANZA MEJIA MEJIA SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES.EL JEFE DEL HOGAR PROVEEDRO Y PROTECTOR ES OCTAVIO MEJIA, LA SEÑORA MARIA ESPERANZA REFIERE QUE SUS HIJOS LLEVAN MUCHO TIEMPO SIN VISITARLA POR LO CUAL SE RECOMEIDA, MEJORAR LA COMUNICACIÓN APOYARSE Y ESCUCHARSE -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 ESPERANZA MEJIA MEJIA, EXPRESA QUE SUFRE DE DM HTA Y DISLIPIDEMIA, 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 38º 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
Nº	**HALLAZGO**		**V1**	**V2**	**V3**
2		MARIA ESPERANZA SUFRE DE HIPERTENSION, DIABETES Y DISLIPIDEMIA SE ENCUENTRA EN TRATMUENTO MEDICO CADA 3 MESES SE TOMA SUS MEDICAMNETIOS ALA HORA ASIGANADA REFIETRE QUE SU FAMILIA SE ENCUENTRA EN ESTABLES CONDICIONES DE SALUD, 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: