PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio: Cabal	Barrio o Vereda:LA EUGENIA	DIRECCION :MANZANA M CASA 249	FICHA FAMILIAR NUMERO:2024276

	AÑO		DIA	MES	AÑO		DIA	MES	AÑO
V1	16-jul	V2	10	08	2024	V3			
	2024								

Responsable 1: Antonio Oviedo Responsable 2:	Responsable 1:YERALDID GARCIA Responsable 2:ISABEL LOPEZ	Responsable 1: Responsable 2:

Nombre del Jefe del Hogar: MARINA VERGARA CORTEZ	NOMBRE DE QUIEN RECIBE LA VISITA :MARINA VERGARA CORTEZ	Nº telefono contacto: 3206267227

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, 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

Nº	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1	NO PERMITE EL INGRESO A LA VIVIENDA	Se encuentra familia Nuclear, conformada por Luis Eduardo Trujillo Lugo 52 años de edad, Karen Vergara Cortez de 25 años de edad, Jhoan Sneider Salazar Vergara 22años de edad Celeste Osorio Vergara de 3 años de edad, y quien recibe la visita es la señora Marina Vergara Cortez 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 disposición de residuos adecuados, y cuenta con recolección de basuras por parte de la empresa de aseo, no tiene mascotas,con riesgo psicologico moderado porque refiere que aumenta de peso porque aveses le da mucha ansiedad de comer,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 si asistió al odontologo, y si al medico en el ultimo mes, con IMCde 28.0 sobre peso,refiere que no realiza actividad fisica,no se realizado la citologia en el ultimo año,si se realiza el autoexamen de seno,y si la mamografia,refiere que consume todo tipo de alimentos frutas, verduras, legumbres, lacteos, proteinas, también consume grasas y dulce.	A M x X X	A M B	A M B
2		FAMILIA CONFORMADA POR LUIS EDUARDO TRUJILLO, KAREN VARGAS CORTÉS, JHOAN SNEIDER SALAZAR ,CELESTE OSORIO VERGARA, Y MARIANA VERGARA CORTÉS SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES , MARIANA CUMPLE EL ROL DE JEFE DEL HOGAR, Y SUS HIJOS CUMPLEN EL RON DE PROVEEDORES Y PROTECTORES, LA USUARIA MARIANA REFIERE QUE SE SIENTE ANSIOSA Y EMPIEZA A COMER MAS DE LO NORMAL,TIENE UN IMC DE 28.0 SOBREPESO NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA Y NO LLEVA UN BUEN MANEJO ALIMENTICIO. SE RECOMIENDA: • NO PRACTICAN NINGUN DEPORTE, TIENEN UNA VIDA SEDENTARIA, SE BRINDA ORIENTACIÓN SOBRE HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE, ACTIVIDAD FÍSICA. • SE RECOMIENDAN ACTIVIDADES QUE FORTALEZCAN LOS VÍNCULOS FAMILIARES • AUMENTAR EL CONSUMO DE FRUTAS, VERDURAS Y AGUA	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

Nº	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3

		A	A	A
1	La Señora MARINA VERGARA .refiere que sufre de HTA,con tratamiento, se remite al programa ruta de promocion y mantenimiento, y psicologia, se educa sobre: -Autoexamen de seno:se explica que debe realizarse de 3 a 5 diasdespues 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.	M X	M B	M B

N°	HALLAZGO	|	V1	V2	V3
2		LA USUARIA MARIANA VERGARA REFIERE SUFRIR DE HIPERTENSIÓN EN CONTROLES MÉDICOS CADA 3 MESES, TOMANDO MEDICAMENTOS A LA HORA CORRECTA, SE EVIDENCIA RIESGO PSICOLÓGICO MODERADO YA QUE REFIERE SENTIRSE ANSIOSA Y COMER MAS DE LO NORMAL POR LO QUE SE REALIZA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA CON EL FIN DE ENCONTRAR EL MOTIVO DE SU ANSIEDAD POR LO QUE LLEGAMOS A LA CONCLUSIÓN DE QUE ELLA REALIZA LAS TAREAS DE LA CASA Y NO REALIZA NINGUNA OTRA ACTIVIDAD PARA SU ENTRETENIMIENTO POR LO CUAL SE SIENTE ANSIOSA Y ESTRESADA SE REALIZA PSICOEDUCACION SOBRE: • MEJORAR LA ALIMENTACIÓN Y REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA, CAMINAR EN SU BARRIO • UNIRSE Y PARTICIPAR EN ACTIVIDADES LUDICORECREACIONALES • LA IMPORTANCIA DEL APOYO Y EL CUIDADO FAMILIAR • REALIZAR ACTIVIDADES EN FAMILIA PARA FORTALECER VÍNCULOS • TODOS SOMOS IMPORTANTES PARA DIFERENTES ACTIVIDADES, NECESITAMOS AYUDA Y PODEMOS BRINDARLA TAMBIÉN • SABERSEN ESCUCHAR PARA LA SOLUCIÓN A DISCUSIONES O PROBLEMAS	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: