PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR										Versión 3 30/04/2024
Municipio: SANTA ROSA DE CABAL			Barrio o Vereda: LA PRADERA		Direccción: CALLE 27C # 21-47					Ficha familiar No. 2024496
	DIA	MES	AÑO		DIA	MES	AÑO		DIA	MES	AÑO
V1	26	8	2024	V2	21	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: ANDRES CARDONA ARISTIZABAL				Nombre de quién recibe la visita: MILEIDY TOBON CARDONA				N° telefono contacto: 3175278280			

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 ANDRES GIOVANNY CARDONA ARISTIZABAL, SAMARA CARDONA TOBON Y QUIEN ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA MILEIDY TOBON CARDONA, ATIENDE LA VISITA EN LA PUERTA, VIVE EN CASA PROPIA PAGANDO, 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, TINE 2 GATOS VACUNADOS DESPARACITADOS Y ESTERILIZADOS. -LA SEÑORA MILEIDY TOBON, CON RIESGO PSICOLOGICO BAJO, AUNQUE REFIERE ANSIEDAD Y COME MAS DE LO NORMAL, NO ASISTE AL PUESTO DE SALUD PERO NI A LA IGLESIA DE SU BARRIO, SE RELACIONA CON SUS VECINOS, NO HA ASISTIDO A CONSULTA MEDICA NI A ODONTOLOGIA EN EL ULTIMO AÑO, NO SE HA REALIZADO LA CITOLOGIA, IMC DE 25.4 SOBREPESO, NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA, PLANIFICACION FAMILIAR QUIRURGICA,SE HACE EL AUTOEXAMEN DE SENO MENSUAL, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, GRASAS Y DULCES, ANTECEDENTE FAMILIAR DE DM.	A M X	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR ANDRÉS GIOVANNY CARDONA, SAMARA CARDONA TOBÓN Y MILEIDY TOBON CARDONA SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES EL JEFE DEL HOGAR ES ANDRÉS TAMBIÉN CUMPLE EL ROL DE PROVEEDOR Y PROTECTOR , LA SEÑORA MILEIDY REFIERE SENTIRSE ANSIOSA Y COMER MAS DE LO NORMAL POR LO CUAL SE RECOMIENDA INICIAR PROCESO PSICOLÓGICO CON EL FIN DE LLEGAR A LA RAÍZ DE SU ANSIEDAD, BRINDARLE HERRAMIENTAS PARA UN BUEN MANEJO DE SUS EMOCIONES. MEJORAR LA COMUNICACIÓN EN FAMILIA Y REALIZA ACTIVIDAD EN FAMILIA PARA FORTALECER VÍNCULOS	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 MILEIDY TOBON, REFIEREQUE NO SUFRE NINGUNA PATOLOGIA, SE REMITE A PROGRAMA DE ADULTEZ, SALUD BUCAL, TAMIZAJE VISUAL, CITOLOGIA, 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	A M X	A M B	A M B

		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.			
Nº	**HALLAZGO**		**V1**	**V2**	**V3**
2		MILEIDY TOBON REFIERE QUE NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA SU FAMILIA NO SUFRE DE NINGUNA ENFERMEDAD. REFIERE QUE UTILIZA NORMAS Y LIMITES ADECUADOS PARA LA EDAD, REALIZAN ACTIVIDADES PARA EL DESARROLLO SOCIAL Y MOTRIZ DEL NIÑO CUMPLE CON CARNET DE VACUNACIÓN Y CYD AL DÍA NO REALIZAN ACTIVIDAD FÍSICA Y NO LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE 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			AMB	AMB	AMB

10			AMB	AMB	AMB

DILIGENCIADO

POR: ANTONIO OVIEDO
Nombre y Apellidos
Profesión:

ACOMPAÑADO

POR:
Nombre y Apellidos
Profesión: