FICHA FAMILIAR ATENCION PRIMARIA EN SALUD

Secretaria de Salud Departamento de Risaralda

PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio: SANTA ROSA DE CABAL	Barrio o Vereda: LA EUGENIA		Direccción: MZ N CASA 2-51		Ficha familiar No. 2024272
V1	DIA	MES	AÑO	V2	
	15	7	2024		
Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2:			Responsable 1:YERALDID GA Responsable 2:IABEL LOPEZ		
Nombre del Jefe del Hogar: MYRIAM RAMIREZ TORO			Nombre de quié		

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, 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 UNIPERSONAL LA SEÑORA MYRIAM RAMIREZ TORO, QUIEN RECIBE LA VISITA, LA SEÑORA MARIA NOHEMY NOREÑA DE CAMPIÑO, RECIBE LA VISITA EN LA PUERTA, VIVE EN CASA PROPIA PAGADA , ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PUBLICOS, COCINA CON GAS DOMICILIARIO, NO RECICLA Y CUENTA CON RECOLECCIÓN DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO,NO TENE MASCOTAS, CON RIESGO PSICOLÓGICO BAJO AUNQUE REFIERE SOLEDAD Y AUMENTO DE PESO , NO VISITA EL PUESTO DE SALUD NI LA CASETA COMUNAL PERO SI LA IGLESIA DE SU BARRIO, SE RELACIONA BIEN CON SUS VECINOS, ASISTIÓ AL MEDICO Y AL ODONTOLOGÍA DURANTE EL ULTIMO MES , REFIERE QUE YA SE REALIZO LA CITOLOGIA, NO SE REALIZA EL AUTOEXAMEN DE SENO, CON IMC DE 26.6 SOBREPESO, REALIZA ACTIVIDAD FISICA 3 H A LA SEMANA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, MENOS GRASAS Y DULCES, ANTECEDENTE FAMILIAR DE HTA Y COLESTEROL.	A M X	A M B	A M B
2		FAMILIA UNIPERSONAL CONFORMADA POR MYRIAM RAMIREZ TORO, VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES, ELLA ES LA JEFE DEL HOGAR RECIBE RECURSOS DE OTROS PAÍSES YA QUE SUS HIJOS LE AYUDAN ECONÓMICAMENTE, REFIERE SENTIRSE SOLA Y ESTAR SUBIENDO DE PESO , NO SE REALIZA EL AUTOEXAMEN DE SENO POR LO QUE SE REITERA LA EXPLICACIÓN DE COMO REALIZARLO Y LA IMPORTANCIA DE REALIZARLO UNA VEZ AL MES TIEN UN IMC DE 26.6 SOBREPESO Y REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA 3 HORAS A LA SEMANA, NO TIENE UN BUEN MANEJO DE ALIMENTACIÓN SE REALIZAN RECOMENDACIONES : • 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	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 MYRIAM RAMIREZ, EXPRESA QUE NO SUFRE NINGUNA PATOLOGIA, SE REMITE A 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 ORINAL, SANGRADOS, ASFIXIA O RESPIRACION CON ESFUERZO, TEMPERATUTA IGUAL O MAYOR A 38° 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

N°	HALLAZGO		V1	V2	V3
2		MYRIAM RAMIREZ EXPRESA NO SUFRIR DE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA,SE EVIDENCIA RIESGO PSICOLÓGICO LEVE YA QUE REFIERE SENTIRSE SOLA EN OCASIONES Y QUE HA ESTADO SUBIENDO DE PESO, SE REALIZA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA INDICÁNDOLE ASISTIR A GRUPOS DE ADULTEZ, RELACIONARSE CON SUS VECINOS BUSCAR SOCIALIZAR, SALIR A CAMINAR REALIZAR ACTIVIDADES LUDICORECREATIVAS PARA SU ENTRETENIMIENTO, MEJORAR LA ALIMENTACION CONSUMIR MAS FRUTAS Y AGUA, NO CONSUMIR TANTAS HARINAS NI GRASAS, COMUNICARSE CON SUS HIJOS PARA UN APOYO FAMILIAR MAS ADECUADO • 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 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: