# 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: EL DEDEN | | | Dirección: CARRERA 23A # 27 -35 | | | Ficha familiar No. 2024101 | | |
| V1 | DIA | MES | AÑO | V2 | DIA | MES | AÑO | V3 | DIA | MES | AÑO |
| | 15 | 6 | 2024 | | 27 | 07 | 2024 | | 30 | 8 | 2024 |
| Responsable 1: ANTONIO OVIEDO<br>Responsable 2: ISABEL LOPEZ | | | | Responsable 1: YERALDID GARCIA GARCIA<br>Responsable 2: | | | | Responsable 1: ANTONIO OVIEDO<br>Responsable 2: LILIANA MARIN | | | |
| Nombre del Jefe del Hogar: SILVIO OSORIO PEREZ | | | | Nombre de quién recibe la visita: LUCIA AMPARO ROMEROMORENO | | | | N° teléfono contacto: 3127809928 | | | |

| 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: SE REALIZA SEGUNDA VISITA POR PARTE DEL AREA DE ENFERMERIA CON EL PROPOSITO DE REALIZAR SEGUIMIENTO A LOS PLANES DE INTERVENCION INSTAURADOS EN LAS ANTERIORES VISITAS. |

**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 SILVIO OSORIO PEREZ, LUCIANA OSORIO ROMERO, CRISTIAN CAMILO MESA ROMERO Y QUIEN RECIBE LA VISITA LA SEÑORA LUCIA AMPARO ROMERO MORENO, ATIENDE LA VISITA EN LA PUERTA , VIVE EN CASA PAGANDO ARRENDO, LA ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SE OBSERVA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PUBLICOS, COCINA CON GAS DOMICILIARIO, DISPOSICION DE RESIDUOS ADECUADOS Y CUENTA CON RECOLECCION DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, TIENE UN PERRO HEMBRA VACUNADA, DESPARACITADA Y ESTERILIZADA.<br>- LA SEÑORA LUCIA AMPARO ROMERO MORENO, CON RIESGO PSICOLOGICO BAJO, EXPRESA EN OCASIONES DISCUSIONES CON EXPAREJA POR EL HIJO EN COMUN, ASISTE AL PUESTO DE SALUD PERO NO A LA IGLESIA DE SU BARRIO, SE RELACIONA CON SUS VECINOS, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA, PERO NO A ODONTOLOGIA EN EL ULTIMO AÑO, NO SE HA REALIZADO LA CITOLOGIA, PLANIFICACION FAMILIAR QUIRURGICA, IMC DE 19.3 NORMAL, ACTIVIDAD FISICA NO REALIZA, NO SE HACE EL AUTOEXAMEN DE SENO, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, GRASAS Y DULCES, ANTECEDENTE FAMILIAR DE DM, HTA Y CA. | A<br>M<br>X | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B |
| 2 | ADECUADAS CONDICIONES DE HABITABILIDAD | FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR SILVIO OSORIO PEREZ, LUCIANA OSORIO ROMERO, CRISTIAN CAMILO MESA ROMERO Y QUIEN RECIBE LA VISITA LAS SEÑORA LUCIA AMPARO ROMERO. SEGÚN INDICAN PRESENTAN PROBLEMAS CON EL PROGENITOR DE SU HIJO MAYOR, SE EVIDENCIA FALTA DE COMUNICACIÓN ASERTIVIA, SE EVIDENCIA EN SU ENTORNO FAMILIA BUENAS PAUTAS DE CRIANZA, VINCULOS AFECTIVOS, SE RECOMINEDA QUE LOS MENORES HAGAN PARTE DE LAS ACTIVIDADES DE LA CASA COMO LIMPIEZA Y ORDEN.<br>SE RECOMIENDA:<br>- RESALTAR LA IMPORTANCIA DEL CUIDADO FAMIIAR PARA LA EDAD, SE RECOMIENDA INVOLUCRAR LOS MENORES EN TAREAS DEL HOGAR.<br>- SABERSEN ESCUCHAR, RECONOCER QUE SOMOS BUENOS PARA DIFERENTES COSAS, HABLAR CLARAMENTE Y EN UN TONO DE VOZ ADECUADO, PARA QUE LA OTRA PERSONA NOS ENTIENDA.<br>- REALIZAR ACTIVIDADES A FIN DE GENERAR NUEVOS LAZOS AFECTIVOS. | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B |
| 3 | | ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA LUCIA AMPARO ROMERO, NO TIENE ANTECEDENTES DE PATOLOGIAS CRONICAS, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA, Y SE REALIZO LA CITOLOGIA, PERO LE FALTA IR A CONSULTA ODONTOLOGICA, REFIERE QUE SU NUCLEO FAMILIAR HASTA EL MOMENTO GOZA DE BUENA SALUD, USUARIA SEDENTARIA Y NO TIENE ALIMENTACION BALANCEADA, SE RECOMIENDA ASISTIR A LOS CONTROLES MEDICOS TANTO ELLA COMO TODO SU GRUPO FAMILIAR PARA LA PROMOCION Y PREVENCION DE ENFERMEDADES, EVITAR EL CONSUMO DE ALCOHOL, CIGARRILLO YA QUE SON SUSTANCIAS TOXICOLOGICAS Y TIENEN GRAVES CONSECUENCIAS EN LA SALUD, SE EDUCA SOBRE BUENOS HABITOS ALIMENTICIOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE. SE ENFATIZA EN SEGUIR LAS RECOMENDACIONES Y PAUTAS BRINDADAS POR LA PSICOLOGA. | A | A | A |

**CUIDADO INDIVIDUAL POR CURSO DE VIDA**

| N° | HALLAZGO | ACTIVIDAD | V1 | V2 | V3 |
|---|---|---|---|---|---|

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | LA SEÑORA LUCIA AMPARO ROMERO MORENO, EXPRESA QUE NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGIA, SE REMITE A PROGRAMA DE ADULTEZ, SALUD BUCAL, CITOLOGIA, RUTA DE PROMOCION Y MANTENIMIENTO Y PSICOLOGIA.<br>SE EDUCA SOBRE:<br>- 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.<br>- 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.<br>- ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: HIGIENE BUCAL, SUEÑO OPTIMO, REALIZAR ACTIVIDAD FISICA, EVITAR HABITOS TOXICOS, LAVADO DE MANOS, ENTORNO SOCIAL SALUDABLE.<br>- 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 38º CON ESCALOFRIOS, DIARREA O VOMITO PROLONGADO.<br>- 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.<br>- 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.<br>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<br>M<br>X | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B |
| **N°** | **HALLAZGO** | | **V1** | **V2** | **V3** |
| 2 | FAMILIA SANA | LA USUARIA INDICA QUE NO SEFURE DE NINGUNA ENFERMEDAD ELLA O SUS FAMILIARES. SE BRINDA PSICOEDUCACION SOBRE HABITOS DE VIDA SALUDABLE, IMPORTANCIA DEL AUTOCUIDADO LA ALIMENTTACION Y LA ACTIVIDAD FISICA.<br>NO SE EVIDENCIA ALTERACION PSICOLOGICA, SE EVIDENCIA UN ENTORNO FAMILIAR SEGURO. NO SE EVIDENCIA RIESGO PSICOSOCIAL.<br>LA USUARIA NO SIGUIO LAS RECOMENDACIONES DADAS EN LA PRIMER VISITA, NO ASISTIÓ A CITOLOGIA, SALUD BUCAL NI PROGRAMA DE ADULTEZ. SE LE RECUERDA LA IMPORTANCIA DEL AUTOCUIDADO:<br>- NO PRACTICAN NINGUN DEPORTE, TIENEN UNA VIDA SEDENTARIA, SE BRINDA ORIENTACION SOBRE HABITOS DE VIDA SALUDABLE, ACTIVIDAD FISICA.<br>- SE RECOMINDAN CAMINATAS EN EL MISMO BARRIO.<br>- ALIMENTACION BALANCEADA.<br>- ASISTIR A CONTROL MEDICO CADA AÑO.<br>- ASISTIR A CONTROL DE CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE SUS HIJOS, EN LAS FECHAS ESTIPULADAS. | A<br>M<br>X | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B |
| 3 | EDUCACION | SE EDUCA SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA SALUD INTEGRAL:<br><br>MANTENER LA SALUD INTEGRAL ES FUNDAMENTAL PARA GARANTIZAR EL BIENESTAR FÍSICO, MENTAL Y EMOCIONAL. UNA BUENA SALUD INTEGRAL PERMITE QUE EL CUERPO FUNCIONE DE MANERA ÓPTIMA, LO QUE SE TRADUCE EN MÁS ENERGÍA, MEJOR RENDIMIENTO EN LAS ACTIVIDADES DIARIAS Y UNA MAYOR CAPACIDAD PARA ENFRENTAR EL ESTRÉS. ADEMÁS, PROMUEVE LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES CRÓNICAS, MEJORA LA CALIDAD DEL SUEÑO Y FAVORECE LA SALUD EMOCIONAL, REDUCIENDO EL RIESGO DE TRASTORNOS COMO LA ANSIEDAD Y LA DEPRESIÓN. LA SALUD INTEGRAL TAMBIÉN FOMENTA RELACIONES INTERPERSONALES MÁS SÓLIDAS, YA QUE UNA PERSONA EQUILIBRADA TIENDE A SER MÁS POSITIVA Y RESILIENTE. ESTO SE TRADUCE EN UNA VIDA SOCIAL MÁS ACTIVA Y SATISFACTORIA. ADEMÁS, UNA ATENCIÓN ADECUADA A LA SALUD MENTAL Y EMOCIONAL PUEDE MEJORAR LA CAPACIDAD DE TOMAR DECISIONES, LO QUE AFECTA POSITIVAMENTE OTRAS ÁREAS DE LA VIDA, COMO EL TRABAJO Y LA FAMILIA.<br><br>CUIDAR LA SALUD INTEGRAL NO SOLO MEJORA LA CALIDAD DE VIDA, SINO QUE TAMBIÉN AYUDA A CONSTRUIR UNA VIDA MÁS PLENA Y SATISFACTORIA EN TODOS SUS ASPECTOS.<br><br>- AUTOEXAMEN DE SENO: SE EXPLICA QUE DEBE REALIZARSE DE 3 A 5 DIAS DESPUES DEL PERIODO, | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | CADA MES Y AUN DESPUES DE LA MENOPAUSIA, DURANTE TODA LA VIDA.<br>- 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.<br>- ESTILOS DE VIDA SALUDABLE: HIGIENE BUCAL, SUEÑO OPTIMO, REALIZAR ACTIVIDAD FISICA, EVITAR HABITOS TOXICOS, LAVADO DE MANOS, ENTORNO SOCIAL SALUDABLE.<br>- 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 38º CON ESCALOFRIOS, DIARREA O VOMITO PROLONGADO.<br>- 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. | | | |
| 4 | | | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B |
| 5 | | | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B |
| 6 | | | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B |
| 7 | | | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B | A<br>M<br>B |

**VISITA DE CARACTERIZACION**
**DILIGENCIADO POR**: ANTONIO OVIEDO
**PROFESION**: ENFERMERO

**ACOMPAÑADO POR**: ISABEL LOPEZ
**PROFESIO**N: AUX DE ENFERMERIA

**PRIMERA VISITA DE SEGUMIENTO**
**DILIGENCIADO POR**: GERALDID GARCIA
**PROFESION**: PSICOLOGA

**ACOMPAÑADO POR**: XIOMARA VELEZ
**PROFESIO**N: AUX DE ENFERMERIA

**SEGUNDA VISITA DE SEGUMIENTO**
**DILIGENCIADO POR**: ANTONIO OVIEDO
**PROFESION**: ENFERMERO

**ACOMPAÑADO POR**: LILIANA MARIN
**PROFESIO**N: AUX DE ENFERMERIA