PLAN INTEGRAL DECUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio:	Barrio o Vereda	Dirección	Ficha familiar No.
SANTA ROSA DE CABAL	EL EDEN	CRA 23A NUMERO 27-27	2024104

	DIA	MES	AÑO	Responsable
V1	10	06	2024	Responsable 1: ANTONIOOVIEDO Responsable 2:
V2	25	07	2024	Responsable 1:YERALDID GARCIA Responsable 2:ISABEL LOPEZ
V3	30	8	2024	Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2: LILIANA MARIN

Nombre del Jefe del Hogar:	Nombre de quién recibe la visita:	N° teléfono contacto
JAVIER ALBERTO MARIN	LUZMARINAHENAO	3228172261

VISITA No.	OBSERVACIONES
V1	ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR: VISITADE PLANIFICACION E IDENTIFICACION DE RIESGOS
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. Medio. M Bajo.

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1	NO PERMITE EL INGRESO A LA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR HAROL YANIT MARIN, JAVIER ALBERTO MARIN Y QUIEN RECIBE LA VISITA ES LUZ MARINA HENAO RECIBE LA VISITA EN LA PUERTA, SU CASA ES PROPIA , ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SIN RIESGO APARENTE CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PÚBLICOS COMO ELECTRICIDAD Y ACUEDUCTO, COCINA CON GAS DOMICILIARIO HACE SEPARACIÓN DE FUENTE Y CUENTA CON RECOLECCIÓN DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, TIENE MASCOTAS ESTERILIZADAS Y VACUNADAS CON RIESGO PSICOLÓGICO LEVE PORQUE REFIERE QUE HA ESTADO SUBIENDO Y BAJANDO DE PESO MENCIONA QUE VISITA EL PUESTO DE SALUD DE SU BARRIO, ASISTIÓ AL MEDICO PERO NO AL ODONTOLOGO EN EL ULTIMO MES SE ENCUENTRA OPERADA, SE REALIZA AUTOEXAMEN DE SENO CON IMC DE 26.2 NORMAL NO REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS (FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES LÁCTEOS, PROTEÍNAS, GRASAS Y DULCES)	A X B	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR HAROL YANIT MARIN, JAVIER ALBERTO MARIN Y LUZ MARINA HENAO, SU ESPOSOEL SEÑOR JAVIER ALBERTO CUMPLE EL ROL DEJEFE DEL HOGAR, PROTECTOR Y PROVEEDOR, TRABAJA COMO CONDUCTOR DE AUTOMÓVIL DESERVICIO PUBLICO, VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES, MASCOTAS VACUNAS Y ESTERILIZADAS. SU HIJO YANITMARIN TRABAJA PARA APORTAR ECONÓMICAMENTE CON LOS GASTOS DE SUCASA, TIENE UN IMC DE 26.2 NORMAL NO REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA POR LO QUE SERECOMIENDA: • SE GENERA PSICOEDUCACION DE LA IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN ASERTIVA. • RECONOCIMIENTO DE LAS FORTALEZAS Y CAPACIDADES DE CADA UNO DE LOS MIEMBROS DESU FAMILIA. • RESOLUCION DE CONFLICTO, RESALTANDO QUE CADA	A M B	A M B	A M B

		UNO DE LOS FAMILIARES SONIMPORTANTES Y SE DEBEN ESCUCHAR Y RESPETAR SUS PENSAMIENTOS Y DECISIONES. • 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.			
3		SE ENCUENTRA EN CASA Y RECIBE LA VISITA LA SEÑORA LUZ MARINA HENAO, CONANTECEDENTE DE PATOLOGIA CRONICA EN CONTROL MEDICO Y EXAMENES CADA 3 MESES, YA ASISTIO A CITA DE HIGIENE ORAL, REFIERE QUE SU NUCLEO FAMILIAR HASTA EL MOMENTO GOZA DE BUENA SALUD, USUARIA ESTA REALIZANDO EJERCICIO MAS O MENOS DE 2 A 3 VECES A LA SEMANA Y TRATA DE TENER UNA ALIMENTACION BALANCEADA, SE RECOMIENDA TOMAR TODOS LOS MEDICAMENTOS EN LOS HORARIOS INDICADOS, 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 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	ADULTA CON PATOLOGÍAS	LA SEÑORA LUZ MARINA EXPRESA QUE SUFRE DE DIABETES BAJO TRATAMIENTO MEDICO SE REMITE A PROGRAMA DE SALUD BUCAL SE EDUCA SOBRE: - AUTO EXAMEN DE SENO: SE EXPLICA QUE DEBE REALIZARSE DE 3 A 5 DÍAS DESPUÉS DEL PERIODO, CADA MES Y AUN DESPUÉS DE LA MENOPAUSIA, DURANTE TODA LA VIDA - BUENOS HÁBITOS ALIMENTICIOS: CONSUMO HABITUAL DE AGUA, ENSEÑARLES A LOS NIÑOS ESTA INGESTA DESDE PEQUEÑOS, CONSUMO DE FRUTAS Y VEGETALES EN EL DÍA DISTRIBUIR BIEN LAS COMIDAS PARA UNA ALIMENTACIÓN SANA Y EQUILIBRADA, MASTICAR BIEN LOS ALIMENTOS ASEGURA UNA MEJOR DIGESTIÓN, 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 FÍSICA, EVITAR HÁBITOS TÓXICOS, LAVADO DE MANOS, ENTORNO SOCIAL SALUDABLE. - SIGNOS DE ALARMA PARA CONSULTAR A URGENCIAS DOLOR INTENSO Y PERSISTENTE, PERDIDA DE LA CONCIENCIA O MEMORIA, NO PRODUCCIÓN O DOLOR AL ORINAL, SANGRADOS, ASFIXIA O RESPIRACIÓN CON ESFUERZO, TEMPERATURA IGUAL O MAYOR A 38º CON ESCALOFRÍOS, DIARREA O VOMITO PROLONGADO. - CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE: ES IMPORTANTE QUE DESDE PEQUEÑOS SE ENSEÑE A 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. SE EDUCA SOBRE LA IMPORTANCIA Y LOS BENEFICIOS DE ASISTIR A LAS CONSULTAS MEDICAS POR RANGO DE EDAD, YA QUE PERMITE LA DETECCIÓN TEMPRANA DE ENFERMEDADES. TAMBIÉN SE HACE ÉNFASIS EN EL CUIDADO DE SALUD BUCAL Y LA SALUD PSICOLÓGICA FACTORES SOCIALES Y DE LA FAMILIA, SE SOCIALIZA SOBRE EL AFECTO LA BUENA COMUNICACIÓN ,LA PROTECCIÓN LA ATENCIÓN LA SEGURIDAD ECONÓMICA Y LA BUENA RELACIÓN CON LOS VECINOS DEL BARRIO PARA UNA BUENA VIDA SOCIAL Y COMUNICATIVA	A X B	A M B	A M B
N°	**HALLAZGO**	**ACTIVIDAD**	**V1**	**V2**	**V3**
2		RECIBE LA VISITA LUZ MARINA EXPRESA QUE SUFRE DE DIABETES SE ENCUENTRA EN TRATAMIENTO MEDICO, MANIFIESTA NO ASISTIR A CONTROL DE SALUD BUCAL, NO SE EVIDENCIA RIESGO PSICOLÓGICO YA QUE MANIFIESTA QUE AL MOMENTO DE LA PRIMERA VISITA ESTABA BAJANDO Y SUBIENDO CONSTANTEMENTE DE PESO, POR LO QUE EMPEZÓ A MEJORAR SU ALIMENTACIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA, YA SE ENCUENTRA MAS ESTABLE POR LO CUAL SE REALIZAN RECOMENDACIONES : • SE BRINDA ORIENTACION DE LA IMPORTANCIA DE ACEPTAR • LAS DECISIONES DE LOS OTROS MIEBROS DE LA FAMILIA. • IMPLEMENTAR NUEVOS HÁBITOS DE VIDA • TENER UN BUEN MANEJO DE LAS EMOCIONES TENIENDO AUTOCONTROL EMOCIONAL • ASISTIR AL MEDICO CUANDO LO CONSIDERE NECESARIO	A M B	A M B	A M B

3	EDUCACION	SE EDUCA SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA SALUD INTEGRAL: 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. 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. - 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 38º CON ESCALOFRIOS, DIARREA O VOMITO PROLONGADO. - 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.	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

VISITA DE CARACTERIZACION
DILIGENCIADO POR: ANTONIO OVIEDO
PROFESION: ENFERMERO

ACOMPAÑADO POR: ISABEL LOPEZ
PROFESION: AUX DE ENFERMERIA

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

ACOMPAÑADO POR: XIOMARA VELEZ
PROFESION: AUX DE ENFERMERIA

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

ACOMPAÑADO POR: LILIANA MARIN
PROFESION: AUX DE ENFERMERIA