FICHA FAMILIAR ATENCION PRIMARIA EN SALUD
Secretaria de Salud Departamento de Risaralda

PLAN INTEGRAL DECUIDADO FAMILIAR										Versión 3 30/04/2024
Municipio: SANTA ROSA DE CABAL			**Barrio o Vereda EL EDEN**			**Dirección** CALLE 28 NUMERO 23.22			**Ficha familiar No. 2024106**	
V1	**DIA**	**MES**	**ANO**	**V2**	**DIA**	**MES**	**ANO**	**V3**	**DIA**	**MES**	**ANO**
	10	06	2024		27	07	2024		30	8	2024
Responsable 1: ANTONIO OVIEDO **Responsable 2:**				**Responsable 1: YERALDID GARCIA GARCIA** **Responsable 2: ISABEL CRISTINA LOPEZ**				**Responsable 1: ANTONIO OVIEDO** **Responsable 2: LILIANA MARIN**			
Nombre del Jefe del Hogar: GLORIA LUCIA ARCILA				**Nombre de quién recibe la visita:** RUBIELA ORFILIA MARTINEZ				**N° teléfono contacto** 3215719753			

VISITA No.	OBSERVACIONES
V1	**ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR:** **VISITADE PLANIFICACION E IDENTIFICACION DE RIESGOS**
V2	**ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR: VISITA DE SEGUIMIENTO, ACOMPANAMIENTO 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 ELINGRESO A LA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIA EXTENSA CONFORMADA POR GLORIA LUCILA ARCILA MARTÍNEZ CAMILO ANDRÉS RESTREPO ARCILA,SEBASTIAN GOMEZ Y QUIEN RECIBE LA VISITA E RUBIELA MARTINEZ RECIBE LA VISITA EN LA PUERTA, PAGA ARRIENDO LA , ESTRUCTUR DE LA VIVIENDA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PÚBLICO COMO ELECTRICIDAD Y ACUEDUCTO, COCINA CON GAS DOMICILIARIO, HACE SEPARACIÓ DE FUENTE Y CUENTA CON RECOLECCIÓN DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA D ASEO, TIENE MASCOTAS ESTERILIZADAS Y VACUNADAS CON RIESGO PSICOLÓGICO ALT PORQUE REFIERE TIENE UN DIAGNOSTICO DEPRESIVO SE ENCUENTRA MEDICAD MENCIONA QUE VISITA EL PUESTO DE SALUD DE SU BARRIO, ASISTIÓ AL MEDICO Y A PSICOLOGO, NO ES OPERADA SE REALIZA AUTOEXAMEN DE SENO, CON IMC DE 26. NORMAL NO REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS (FRUTAS VERDURAS, LEGUMBRES, LÁCTEOS, PROTEÍNAS, GRASAS Y DULCES) ANTECEDENTE FAMILIARES DE DM	A X B	A M B	A M B
2		LA VISITA LA RECIBE LA SEÑORA RUBIELA ORFILIA MARTINEZ, INDICA QUE VIVE CON GLORIA LUCILA ARCILA MARTINEZ, CAMILO ANDRES RESTREPO Y SEBASTIAN GOMEZ. DURANTE LA VISITA SE EVIDENCIA UN ENTORNO FAMILIAR CON PROBLEMAS DE COMUNICACIÓN, ADEMAS DE PALABRAS SOECES Y DESPECTIVAS ENTRE LOS ,AS JOVENES.SEGÚN REFIEREN NO PASAN TIEMPO EN FAMILIA, NO COMPARTEN GUSTOS NI OSIO. SEGÚN REFIEREN LA SEÑORA RUBIELA SE AISLA DE SU FAMILIARES, SEGÚN INDICA ELLA, PREFIERE ESTAR ACOSTADA, SE LE DIFICULTA SALIR, PASAR TIEMPO CON SU FAMILIA YA NO ES UNA PRIORIDAD, RESALTA QUE PRESENTA TRASTORNO DEPRESIVO, Y SUS FAMILIARES NO LA ENTIENDEN. SE RECOMIENDA INCIAR PROCESO TERAPEUTICO TODOS LOS MIEMBROS DEL HOGAR A FIN DE TENER HERRAMIENTAS PARA SABER DE QUE FORMA AYUDARLE A LA USUARIA. SE BRINDA PSICOEDUCACION SOBRE: - PAUTAS DE CRIANZA, TENIENDO EN CUENTA QUE HAY UN NIÑO AL QUE SE LE DEBE GUIAR CON RESPETO Y AMOR, - COMUNICACIÓN ASERTIVA, SABERSE ESCUHCAR, SABER HABLAR EN UN TONO DE VOZ SUABE, NO UTILIZAR PALABRAS SOECES QUE AFECTEN AL OTRO. INICIAR PROCESO TERAPEUTICO TODO EL NUCLEO FAMILIAR.	A M B	A M B	A M B
3		RECIBE LA VISITA LA SEÑORA RUBIELA MARTINEZ, CON ANTECEDENTE DE DEPRESION Y ANSIEDAD, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA, PSICOLOGICA Y ODONTOLOGICA, REFIERE QUE SU NUCLEO FAMILIAR HASTA EL MOMENTO GOZA DE BUENA SALUD, USUARIA SEDENTARIA Y NO TIENE ALIMENTACION BALANCEADA, SE RECOMIENDA TOMAR TODOS LOS MEDICAMENTOS EN LOS HORARIOS INDICADOS, ASISTIR A LOS CONTROLES MEDICOS 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	A M B	A M B	A M B

		SOBRE BUENOS HABITOS ALIMENTICIOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE. SE ENFATIZA EN SEGUIR LAS RECOMENDACIONES Y PAUTAS BRINDADAS POR LA PSICOLOGA.			

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 RUBIELA MARTÍNEZ EXPRESA QUE NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGÍ CRÓNICA SE REMITE A PROGRAMA DE ADULTO MAYOR SE EDUCA SOBRE: - AUTO EXAMEN DE SENO: SE EXPLICA QUE DEBE REALIZARSE DE 3 A 5 DÍA 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 D LA LAVADORA Y MINIMIZAR EL CONSUMO DE AGUA. SE EDUCA SOBRE LA IMPORTANCIA Y LOS BENEFICIOS DE ASISTIR A LAS CONSULTA 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		LA USUARIA INDICA QUE PRESENTA TRASTORNO DEPRESIVO EN CONTROL PSIQUIATRICO Y PSICOLOGICO, MEDICADA. SE RECOMIENDA REALIZAR PSICOTERAPIA A FIN DE QUE LE BRINDEN HERRAMIENTAS QUE LE PERMITAN LLEVAR UNA MEJOR RUTINA DIARIA. SE RESALTA LA IMPORTANCIA QUE LA FAMILIA HAGA PARTE DE ESTA TERAPIA. YA QUE NO SABEN DE QUE FORMA ACTUAR FRENTE A LA APATIA DE LA USUARIA FRENTE A LOS QUE HACERES DIARIOS DE SU CASA Y DEMAS. • SE RECOMIENDA HACER CAMBIOS EN LA RUTINA ALIMENTARIA, YA QUE ESTA PUEDE AYUDAR A MEJORAR SU ACTUAL CONDICION. ADEMAS DE ACTIVIDAD FISICA. SE RECOMIENDA CONTINUAR CON LOS PROGRAMAS DE JOVENES PARA CAMILO Y SEBASTIAN. SE RECOMIENDA A ÑA SEÑORA GLORIA REALIZARSE LA CITOLOGIA CADA AÑO, ASISTIR A CONSULTA MEDICA CADA AÑO A FIN DE PREVENIR ENFERMEDADES. SE HACE ENFASIS EN LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACION BALANCEADA. ACTIVIDAD FISICA, COMO CAMINAR.	A M B	A M B	A M B
			A	A	A

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
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