FICHA FAMILIAR ATEACION PRIMARIA EN SALUD

Secretaria de Salud Departamento de Risaralda

PLAN INTEGRAL DECUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio:	Barrio o Vereda	Dirección	Ficha familiar No.
SANTA ROSA DE CABAL	EL EDEN	CALLE 28 NUMERO 23-04	2024108

	DIA	MES	AÑO
V1	12	06	2024
V2	27	07	2024
V3	30	8	2024

Responsable 1: ANTONIOOVIEDO Responsable 2:	Responsable 1:YERALDID GARCIA Responsable 2:ISABEL LOPEZ	Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2: LILIANA MARIN

Nombre del Jefe del Hogar:	Nombre de quién recibe la visita:	N° teléfono contacto
ARNULFO OCAMPO LOPEZ	GLORIANANCYBEDOYA	3216680207

VISITA No.	OBSERVACIONES
V1	ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR: **VISITA DE 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 A · Medio. M · Bajo. B

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1	NO PERMITE EL INGRESO ALA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIA MONOPARENTAL CONFORMADA POR ARNULFO OCAMPO LÓPEZ Y QUIEN RECIBE LA VISITA ES GLORIA NANCY BEDOYA CARDONA RECIBE LA VISITA EN LA PUERTA,SU CASA ES PROPIA LA , 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, NO TIENE MASCOTAS CON RIESGO PSICOLÓGICO MODERADO PORQUE REFIERE QUE ESTA UN POCO TRISTE PORQUE SU ESPOSO ESTA ENFERMO MENCIONA QUE VISITA EL PUESTO DE SALUD DE SU BARRIO, ASISTIÓ AL MEDICO Y AL ODONTOLOGOVNO ES OPERADA SE REALIZA AUTOEXAMEN DE SENO CON IMC DE 27.2 NORMAL NO REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS (FRUTAS, VERDURAS LEGUMBRES LÁCTEOS, PROTEÍNAS, GRASAS Y DULCES ANTECEDENTES FAMILIARES DE HTA Y CANCER	A X B	A M B	A M B
2		LA VISITA LA RECIBE LA SEÑORA NANCY BEDOYA INDICA QUE VIVE CON EL SEÑOR ARNULFO OCAMPO EL CUAL CUMPLE EL ROL DE JEFE DEL HOGAR, PROVEEDOR Y PROTECCIÓN, TRABAJA EN UNA EMPRESA DE CUEROS HACE MAS DE 25 AÑOS LA CUAL LES DA INGRESOS ECONÓMICOS ESTA A UNOS AÑOS DE PENSIONARSE, SU ESPOSA NANCY BEDOYA ES AMA DE CASA, LA CUAL VENDE HELADOS DENTRO DE LA VIVIENDA PARA APORTAR ECONÓMICAMENTE, AL MOMENTO DE REALIZAR LA PRIMERA VISITA SU ESPOSO SE ENCONTRABA EN MALAS CONDICIONES DE SALUD ACTUALMENTE SE ENCUENTRA MEJOR DE SALUD. SE EVIDENCIA UNA FAMILIA UNIDA, CON UNA BUENA COMUNICACIÓN. SIN EMBARGO SE REALIZAN RECOMENDACIONES: • 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 ORIENTACIÓNSOBRE HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE, ACTIVIDAD FÍSICA. • SE RECOMIENDAN ACTIVIDADES QUE FORTALEZCAN LOS VÍNCULOS FAMILIARES.			
			B	B	B

		CUIDADO INDIVIDUAL POR CURSO DE VIDA			
N°	**HALLAZGO**	**ACTIVIDAD**	**V1**	**V2**	**V3**
1	ADULTA APARENTEMENTESANA	LA SEÑORA GLORIA NANCY EXPRESA QUE NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA SE REMITE A PROGRAMA DE ADULTO MAYOR 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 E 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 SOCIA 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 A 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 E 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	PAUTAS Y RECOMENDACIONES PARA UNA VIDA NO SEDENTARIA	LA USUARIA GLORIA NANCY EXPRESA NO SUFRIR DE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA, MANIFIESTA QUE EMPEZÓ ASISTIR A PROGRAMAS DE ADULTO MAYOR PARA SU ENTRETENIMIENTO, NO SE EVIDENCIA RIESGO PSICOLÓGICO SE REALIZA PSICOEDUCACION PARA AMBOS MIEMBROS DE LA FAMILIA: • REALIZAR ACTIVIDADES PARA EL ENTRETENIMIENTO DE AMBOS • COMPARTIR TIEMPO JUNTOS, PARA MEJORAR VINCULOS AFECTIVOS • REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA, CAMINAR EN SU MISMO BARRIO • ASISTIR A CHEQUEO MÉDICO CUANDO LO CONSIDERE NECESARIO • NO LLEVAR UNA VIDA SEDENTARIA, COMPARTIENDO OPINIONES Y TENIENDO UNA COMUNICACIÓN ASERTIVA	A M B	A M B	A M B
3		RECIBE LA VISITA LA SEÑORA GLORIA NANCY BEDOYA SIN ANTECEDENTE DE PATOLOGIAS CRONICAS, YA ASISTIO AL MEDICO, A CONTROL ODONTOLOGICO Y A CITOLOGIA, REFIERE QUE SU NUCLEO FAMILIAR HASTA EL MOMENTO GOZA DE BUENA SALUD, EL ESPOSO ESTABA ENFERMO PERO YA SE RECUPERO, USUARIA SEDENTARIA PERO TRATA DE TENER UNA 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. 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.	A M B	A M B	A M B

		- 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.			
4			A M B	A M B	A M B
5			A M B	A M B	A M B
6					
7					
8					
9					
10					

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