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 DECABAL			Barrio o Vereda: EL EDEN			Dirección: CALLE 28 B # 23-10			Ficha familiar No. 2024125	
V1	DIA	MES	AÑO	V2	DIA	MES	AÑO	V 3	DIA	MES	AÑO
	19	6	2024		30	07	2024		1	9	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: LUCILA USMA MARTINEZ				Nombre de quién recibe la visita: LUCILA USMA MARTINEZ				N° teléfono contacto: 3136963032			

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 COMPUESTA CONFORMADA POR PAOLA ANDREA MARTINEZ MARTINEZ, LUCILA USMA MARTINEZ, MILCIADES OROZCO OROZCO Y QUIEN RECIBE LA VISITA LA SEÑORA LUCILA USMA MARTINEZ, ATIENDE LA VISITA EN LA PUERTA, VIVE EN CASA PROPIA PAGADA, LA ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SE OBSERVA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PUBLICOS, ESTRATO BAJO BAJO, COCINA CON GAS DOMICILIARIO, NO RECICLA, Y CUENTA CON RECOLECCION DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, NO TIENE MASCOTAS. - LA SEÑORA LUCILA USMA, CON RIESGO PSICOLOGICO BAJO, PERO REFIERE QUE EN OCASIONES HABLA SOLA CREYENDO QUE HAY ALGUIEN EN LA CASA, NO ASISTE AL PUESTO DE SALUD PERO SI A LA IGLESIA DE SU BARRIO, SE RELACIONA CON SUS VECINOS, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA PERO NO A ODONTOLOGIA EN EL ULTIMO AÑO, YA NO SE REALIZA LA CITOLOGIA, IMC DE 23.5 NORMAL, ACTIVIDAD FISICA NO REALIZA, NO SE HACE EL AUTOEXAMEN DE SENO, YA LE HICIERON LA MAMOGRAFIA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, GRASAS Y DULCES, ANTECEDENTE FAMILIAR DE DM E HTA.	A M X	A M B	A M B
2		LA VISITA LA RECIBE LA SEÑORA LUCILA USMA INDICA QUE VIVE CON PAOLA ANDREA MARTINEZ Y MILCIADES OROZCO. DE ACUEDO CON LO MENCIONADO TIENE UNA BUENA COMUNICACIÓN, TRATAN DE PASAR TIEMPO EN FAMILIA, ADEMAS DE SUS OTROS HIJOS, SE REUNEN FRECUENTEMENTE. INDICA QUE EN OCASIONES SE SIENTE TRISTE POR QUE NO PUEDE SEGUIR REALIZANDO ALGUNAS LABORES DEL HOGAR YA QUE SUS HIJOS NO SE LO ESTAN PERMITIENDO. SE RECOMIENDA - CONTINUAR CON LA COMUNICACIÓN ASERTIVA, ESCUHANDO LAS NECESIDADES Y PENSAMIENTOS DE LOS DEMAS. - DEJAR QUE LA SELORA LUCIA REALICE ACTIVIDADESDEL HOGAR QUE NO GENEREN RIESGO. - PASAR TIEMPO EN FAMILIA A FIN DE FORTALECER VINCULOS AFECTIVOS.	A M B	A M B	A M B
3		RECIBE LA VISITA LA SEÑORA PAOLA ANDREA MARTINEZ, NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGIA, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA ODONTOLOGICA Y CITOLOGIA, LA SEÑORA LUCILA USMA NO SE ENCUENTRA EN EL MOMENTO PERO SU HIJA REFIERE ANTECEDENTE DE PATOLOGIA CRONICA DE BASE ASISTE A LOS CONTROLES MEDICOS Y EXAMENES CADA 3 MESES Y QUE YA NO ASISTE A ODONTOLOGIA PORQUE SOLO	A	A	A

		TIENE CAJA DE DIENTES,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 SOBRE BUENOS HABITOS ALIMENTICIOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE. SE ENFATIZA EN SEGUIR LAS RECOMENDACIONES Y PAUTAS BRINDADAS POR LA PSICOLOGA.			
HALLAZGO		**CUIDADO INDIVIDUAL POR CURSO DE VIDA**			
		ACTIVIDAD	**V1**	**V2**	**V3**

1		LA SEÑORA LUCILA USMA, REFIERE QUE SUFRE DE HTA, ASISTE A LOS CONTROLE MEDICOS, SE REMITE A 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 ORINAR, SANGRADOS, ASFIXIA O RESPIRACION CON ESFUERZO, TEMPERATUTA IGUAL O MAYOR A 38º 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		LA SEÑORA LUCILA USMA SUFRE DE HTA EN CONTROL MEDICO Y FARMACOLOGICO. INDICA QUE NO SIGUIO LAS INDICACIONES DADAS EN LA PRIMER VISITA. DE ACUERDO CON LO MENCIONADO EN LA PRIMER VISITA QUE LA SEÑORA HABLA SOLA SE RECOMIENDA REALIZAR CONSULTA MEDICA A FIN DE PREVENIR POSIBLES ENFERMEDADES, YA QUE SE PUEDE ESTAR PRESENTANDO UN DETERIORO COGNITIVO. DE LOS OTROS INTEGRANTES DE LA FAMILIA NO SE SABE SI SUFREN DE ALGUNA ENFERMEDAD, YA QUE LA SEÑORA QUE SENCUENTRA SOLA E INDICA QUE NO LO RECUERDA. SE RECOMIENDA - ALIMENTACION BALANCEADA, AUMENTO DE FRUTAS VERDURAS Y AGUA. - ACTIVIDAD FISICA, CAMINATAS CORTAS EN SU MISMO BARRIO. - VALORACION MEDICA A FIN DE PREVENIR POSIBLE DETERIORO COGNITIVO.	A M X	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	A M B	A M B	A M B

		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.			
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