PLAN INTEGRAL DECUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio:	Barrio o Vereda	Dirección	Ficha familiar No.
SANTA ROSA DE CABAL	ELEDEN	CRA 28 NUMERO 23-63	2024143

	DIA	MES	AÑO		DIA	MES	AÑO		DIA	MES	AÑO
V1	16	06	2024	V2	26	07	2024	V3	3	9	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
HECTOR FABIO	LUISAFERNANDA OROZCO	3142533648

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 A LA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIA EXTENSA CONFORMADA POR DORIS OROZCO CASTAÑO, HECTOR FABIO JARAMILLO TORO,ANDRES FELIPE JARAMILLO TORO, YHUBELI LOAIZA OROZCO QUIEN RECIBE LA VISITA LA SEÑORA LUISA FERNANDA OROZCO CASTAÑO RECIBE LA VISITA EN LA PUERTA,SU CASA ES PROPIA ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PÚBLICOS, COCINA CON GAS DOMICILIARIO, NO RECICLA Y CUENTA CON RECOLECCIÓN DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, TIENE MASCOTAS ESTERILIZADOS,DESPARACITADOS Y VACUNADOS, CON RIESGO PSICOLÓGICO LEVE POR QUE REFIERE SENTIRSE TRISTE PORQUE DESPUÉS DE SU EMBARAZO A SUBIDO MUCHO DE PESO ASISTIÓ AL MEDICO Y AL ODONTOLOGO EN EL ULTIMO MES ES NO ES OPERADA TAMPOCO PERO PLANIFICA CON EL IMPLANTE SUBDERMICO Y SE REALIZO LA CITOLOGIA,SE REALIZA EL AUTOEXAMEN DE SENO, CON IMC DE 29.1 SOBRE PESO , NO REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS (FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, LÁCTEOS, PROTEÍNAS, GRASAS Y DULCES) ANTECEDENTES FAMILIARES DE HTA, DM Y COLESTEROL	A X B 🔴 🟡 🟢 🔴 🟡	A M B 🔴 🟡 🟢 🔴 🟡	A M B 🔴 🟡 🟢 🔴 🟡
2		FAMILIA EXTENSA CONFORMADA POR DORIS OROZCO CASTAÑO, HECTOR FABIO JARAMILLO TORO,ANDRES FELIPE JARAMILLO TORO, YHUBELI LOAIZA OROZCO Y LUISA FERNANDA OROZCO CASTAÑO, MANIFIESTA QUE DESPUÉS DE SU EMBARAZO HA SUBIDO MUCHO PESO TIENE UN IMC DE 29.1 SOBRE PESO POR LO CUAL SE LE DAN RECOMENDACIONES - HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE - SE RESALTA LA IMPORTANCIA DE LA ALIMENTACIÓN BALANCEADA - REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA O CAMINAR N SU MISMO BARRIO - ASISTIR A CONSULTA MEDICA Y ODONTOLOGÍCA CUANDO LO CONSIDERE NECESARIO	A 🟢 M 🔴 B 🟡	A 🟢 M 🔴 B 🟡	A 🟢 M 🔴 B 🟡

3		ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA DORIS OROZCO, INDICA NO SUFRIR DE NINGUNA PATOLOGIA DE BASE, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA Y SE REALIZO LA CITOLOGIA, PERO NO HA IDO A CONSULTA ODONTOLOGICA, EXPRESA QUE LUISA FDA OROZCO ESTA ESTUDIANDO, ELLA YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA, ODONTOLOGICA, YA CITOLOGIA Y PLANIFICA CON EL IMPLANTE SUBDERMICO, REFIERE QUE SU NUCLEO FAMILIAR HASTA EL MOMENTO GOZA DE BUENA SALUD, 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.	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		LA SEÑORA LUISA FERNANDA EXPRESA QUE NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA SE REMITE AL PROGRAMA JUVENIL Y 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	PSIEDUCACION EN MEJORAMIENTO DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE, ACTIVIDAD FÍSICA	LA SEÑORA LUISA FERNANDA OROZCO MANIFIESTA NO SUFRIR DE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA, REFIERE NO SEGUIR INDICACIONES DADAS EN LA PRIMERA VISITA DE SEGUIMIENTO YA QUE NO ASISTE A NINGÚN PROGRAMA JUVENIL, NI ASISTIO A SALUD BUCAL, SE EVIDENCIA RIESGO PSICOLÓGICO LEVE YA QUE SU OBESIDAD PUEDE CAUSARLE DEPRESIÓN Y BAJA AUTOESTIMA POR LO QUE SE LE RECOMIENDA : • REALIZAR ACTIVIDADES PARA EVITAR UNA VIDA SEDENTARIA • EMPEZAR A USAR HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE • MEJORAR LA ALIMENTACIÓN, ASISTIR Y RECIBIR RECOMENDACIONES DADAS POR PROFESIONALES • SABERSEN ESCUCHAR COMO FAMILIA USAR PAUTAS DE CRIANZA RESPETUOSA • REALIZAR ACTIVIDADES EN FAMILIA • BUSCAR AYUDA PSICOLÓGICA EN CASO DE NECESITARLO	A M B	A M B	A M B
3	EDUUCACION	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