PLAN INTEGRAL DECUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio:	Barrio o Vereda	Dirección	Ficha familiar No.
SANTA ROSA DE CABAL	ELEDEN	CALLE 28B NUMERO 23-57	2024145

	DIA	MES	AÑO	Responsable
V1	18	06	2024	Responsable 1: ANTONIOOVIEDO Responsable 2:
V2	29	07	2024	Responsable 1:YERALDID GARCIA Responsable 2:ISABEL LOPEZ
V3	3	9	2024	Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2: LILIANA MARIN

Nombre del Jefe del Hogar:	Nombre de quién recibe la visita:	N° teléfono contacto
JHON EDWAR	MARÍA ESTELA TABARES	3117294396

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. A · Medio. M · Bajo. B

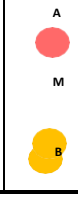
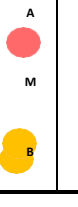
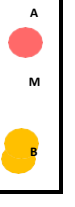
N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1	NO PERMITE EL INGRESO ALA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR JHONATAN MARTINEZ, JHON EDWAR TABAREZ, MARI LUZ MARTINEZ TABAREZ,VALERIA TABAREZ MARTINEZ Y QUIEN RECIBE LA VISITA ES LA SEÑORA MARIA ESTELA TABAREZ RECIBE LA VISITA EN LA PUERTA,SU CASA ES 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 RESPONSABLE YA QUE SE ENCUENTRAN ESTERILIZADAS Y DESPARACITADAS CON RIESGO PSICOLÓGICO LEVE POR QUE REFIERE QUE SE SIENTE ENOJADA Y QUE EN EL MOMENTO DE LA VISITA SE LE PRESENTO UN PROBLEMA FAMILIAR ASISTIÓ AL MEDICO NO HA ASISTIDO AL ODONTOLOGO EN EL ULTIMO MES ES OPERADA Y SE REALIZO LA CITOLOGIA,SE REALIZA EL AUTOEXAMEN DE SENO, CON IMC DE 34.2 OBESIDAD TIPO 1 , NO REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS (FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, LÁCTEOS, PROTEÍNAS, GRASAS YDULCES) ANTECEDENTES FAMILIARES DE HTA Y CANCER	A X B	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR JHONATAN MARTINEZ, JHON EDWAR TABAREZ, MARI LUZ MARTINEZ TABAREZ, VALERIA TABAREZ MARTINEZ Y MARIA ESTELA TABAREZ, EN EL MOMENTO DE LA PRIMERA VISITA SE ENCONTRABA ENOJADA POR DISCUSIONES PERSONALES ADULTA MAYOR LA CUAL ES LA JEFE DEL HOGAR SE ENCUENTRA CON IMC DE 34.2 OBESIDAD TIPO 1 POR LO QUE 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 DE SU FAMILIA. - RESOLUCION DE CONFLICTO, RESALTANDO QUE CADA UNO DE LOS FAMILIARES SON IMPORTANTES Y SE DEBEN ESCUCHAR Y RESPETAR SUS PENSAMIENTOS Y DECICIONES. - NO PRACTICAN NINGUN DEPORTE, TIENEN UNA VIDA SEDENTARIA, SE BRINDA ORIENTACION SOBRE HABITOS DE VIDA SALUDABLE, ACTIVIDAD FISICA. - SE RECOMIENDAN ACTIVIDADES QUE FORTALEZCAN LOS VINCULOS FAMIIARES.	A M B	A M B	A M B

3		ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA MARIA ESTELA TABARES, CON ANTECEDENTE DE PATOLOGIAS CRONICAS DE BASE, ASISTE A LOS CONTROLES MEDICOS Y EXAMENES CADA 3 MESES, YA SE REALIZO LA CITOLOGIA E INDICA QUE YA ASISTIO A HIGIENE ORAL Y LA REMITIERON A ODONTOLOGIA. 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.	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

Nº	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1		LA SEÑORA MARIA ESTELA TABAREZ EXPRESA QUE SUFRE DE DM E HTA BAJO TRATAMIENTO SE REMITE AL PROGRAMA DE ADULTEZ 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 YCOMUNICATIVA	A X B	A M B	A M B

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
2	MEJORA DE ESTILOS DE VIDA	LA SEÑORA MARIA ESTELLA TABAREZ EXPRESA QUE SUFRE DE DIABETES E HIPERTENSIÓN BAJO TRATAMIENTO MANIFIESTA NO ASISTIR AL PROGRAMA DE ADULTEZ Y SALUD BUCAL,NO SE EVIDENCIA RIESGO PSICOLÓGICO YA QUE FUE UN EPISODIO DE ALTERACIÓN YA QUE FUE UNA SITUACIÓN MOMENTÁNEA QUE NO TRASCENDIDO A MAYORES Y SE PUDO SOLUCIONAR SE BRINDA PSICOEDUCACION SOBRE: • SE BRINDA ORIENTACION DE LA IMPORTANCIA DE ACEPTAR LAS DECISIONES DE LOSOTROS MIEBROS DE LA FAMILIA. • ASISTIR A LO CONTROLES PSICOLÓGICOS Y MÉDICOS • SABERSEN ESCUCHAR TENER PAUTAS DE ACTIVA ESCUCHA • SE BRINDA PSICOEDUCACION FRENTE A PREVENCION DE RIESGOS • IMPORTANCIA DE LA ACTIVIDAD FISICA.	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					
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