A EN SALUD
ria de Salud

PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR										Versión 3 30/04/2024
Municipio: Santa Rosa de Cabal		Barrio o Vereda: EL EDEN		DIRECCION CALLE 28 NUMERO 23-26				FICHA FAMILIAR NUMERO: 2024147		
V1	MES	AÑO	V2	DIA	MES	AÑO	V3	DIA	MES	AÑO
	25-06	2024		29	07	2024		3	9	2024
Responsable 1: Antonio Oviedo Responsable 2:			Responsable 1 Y E R A L D ID G A R C I A responsible 2I ISABEL LOPEZ				Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2: LILIANA MARIN			
Nombre del Jefe del Hogar: JOSE ENZO NUÑEZ			NOMBRE DE QUIEN RECIBE LA VISITA: MARIA ROSALBA RAMIREZ				N° teléfono contacto: 3145268549			

VISITA No.	OBSERVACIONES
V1	SE REALIZA VISITA DE CARACTERIZACIÓN E IDENTIFICACIÓN DE RIESGO 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 EL INGRESO A LA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIA NUCLEAR , CONFORMADA POR JOSE ENZO NUÑEZ RAMÍREZ, ENZO ANDRÉS NUÑEZ LOAIZA Y QUIEN RECIBE LA VISITA ES MARIA ROSALBA RAMÍREZ PATIÑO NO PERMITE EL INGRESO A LA VIVIENDA RECIBE LA VISITA EN LA PUERTA DE LA CASA, VIVIENDA PROPIA , ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PÚBLICOS, COCINA CON GAS DOMICILIARIO,CON DISPOSICIÓN DE RESIDUOS ADECUADOS, Y CUENTA CON RECOLECCIÓN DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, TIENE UN PERRO VACUNADO,ESTERILIZADO Y DESPARACITADO ,CON RIESGO PSICOLÓGICO MODERADO REFIERE QUE NO HA SUPERADO LA MUERTE DE SU ESPOSO Y SE SIENTE TRIS TE ,MENCIONA QUE NO VISITA EL PUESTO DE SALUD DE EL BARRIO,NO LA CASETA COMUNAL, Y SI LA IGLESIA, REFIERE QUE SE RELACIONA BIEN CON SUS VECINOS, BUSCA ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO PARA EL BARRIO, REFIERE QUE ASISTIÓ AL ODONTOLOGO Y MEDICO EN EL ULTIMO MES, CON IMC DE 21.0 NORMAL ,REFIERE QUE REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA 5 HORAS DIARIAS ,SI SE REALIZA EL AUTOEXAMEN DE SENO Y MAMOGRAFIA YA NO SE REALIZA LA CITOLOGIA REFIERE QUE CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, LACTEOS, PROTEINAS, TAMBIÉN CONSUME GRASAS Y DULCE.	A M x X X	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR JOSE ENZO NUÑEZ RAMÍREZ, ENZO ANDRÉS NUÑEZ LOAIZA Y MARIA ROSALBA RAMIREZ SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES, JOSE ENZO Y ENZO ANDRES SON LOS PROVEEDORES Y PROTECTORES, LA SEÑORA MARIA ROSALBA COMO LO MENCIONAN EN LA PRIMER VISITA NO HA PASADO EL DUELO DEL FALLECIMIENTO DE SU ESPOSO TIENE UN IMC DE 22.0 REFIERE QUE YA NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA, SOLO CAMINA EN EL MISMO BARRIO Y TRATA DE LLEVAR UNA VIDA ALIMENTICIA ADECUADA USANDO ACEITE DE SOYA, NOO CONSUME FRITOS, NIHARINAS, CONSUME GRAN CANTIDAD DE VEGETALES Y AGUA	A M B	A M B	A M B
3		RECIBE LA VISITA LA SEÑORA MARIA ROSALBA RAMIREZ, ANTECEDENTE DE PATOLOGIAS CRONICAS DE BASE, ASISTE A CONTROL MEDICO Y EXAMENES CADA 3 MESES, YA ASISTIO A CONSULTA PSICOLOGICA, Y ODONTOLOGIA, FUE A CONSULTA DE OPTOMETRIA DE MANERA PARTICULAR Y YA NO SE REALIZA LA CITOLOGIA PORQUE NO LO CREE NECESARIO, REFIERE QUE SU NUCLEO FAMILIAR HASTA EL MOMENTO GOZA DE BUENA SALUD, HACE EJERCICIO Y TRATA DE TENER UNA ALIMENTACION BALANCEADA, SE RECOMIENDA TOMAR TODOS LOS MEDICAMENTOS EN LOS HORARIOS INDICADOS, ASISTIR A LOS CONTROLES	A M B	A M B	A M B

		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.			

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 MARIA ROSALBA RAMÍREZ REFIERE QUE SUFRE DE HIPERTENSIONY DISLIPEDIMIA BAJO TRATAMIENTO MEDICO, SE REMITE A PROGRAMA DE ADULTO MAYOR, TAMIZAJE VISUAL Y PSICOLOGÍA FAMILIAR SE EDUCA SOBRE: -LA IMPORTANCIA DEL EXAMEN DE PROSTATA A LA EDAD CORRESPONDIDA PARA LA DETENCIÓN DE ENFERMEDADES A TIEMPO -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,EVITAR HABITOS TOXICOS,LAVADO DEMANOS,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,TEMPERATURA IGUAL O MAYOR A 38GRADOS, CON ESCALOFRIOS,DIARREA O VOMITO PROLONGADO. -CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE:RECICLAR, SEMBRAR,EVITAR LA QUEMA DE BASURAS O FOGATASEN 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 DETECCION TEMPRANA DE ENFERMEDADES.	A M X	A M B	A M B

N°	HALLAZGO	|	V1	V2	V3
2		MARIA ROSALBA RAMIREZ SUFRE DE HIPERTENSION Y DISLIPIDEMIA SE ENCUENTRA EN TRATMIENTO MEDICO CADA 3 MESES, REFIERE QUE EMPEZO CITAS PSICOLOGICAS LYA QUE LAS CONSIDERO NECESARIAS PARA EL MEJORAMIENTO DE SU SALUD EMOCIONAL, HA EMPEZADO A SOBRELLEVAR LA SITUACION DE UNA MEJOR MANERA CON AYUDA PROFESIONAL Y APOYO FAMILIAR, SE REALIZA PSICOEDUCAION SOBRE; -EL AUTOCUIDADO LA IMPORTANCIA DE AMARNOS DE APRENDER A MANEJAR LAS EMOCIONES -SABERSEN ESCUCHAR PARA MEJORAR VINCULOS FAMILIARES - REALIZAR ACTIVIDAD FISICA PARA AYUDAR A SU SALUD FISICA -UNIRSE A GRUPOS DE SU EDAD QUE LA AYUDEN A REALIZA ACTIVIDADES LUDICORECREACIONALES PARA SU ENTRETENIMIENTO	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.	A M B	A M B	A M B

		- 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