PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR									Versión 3 30/04/2024
Municipio: Santa Rosa deCabal		Barrio o Vereda: EL EDEN		DIRECCION CALLE 28B NUMERO 23-70					FICHA FAMILIAR NUMERO:2024150
V 1	MES 25-06	AÑO 2024	V2	DIA 01	MES 08	AÑO 2024	V3	DIA 3	MES 9	AÑO 2024
Responsable 1: Antonio Oviedo Responsable 2:			Responsable 1 YERALDID GARCIA Responsable 2I ISABEL LOPEZ				Responsable 1: Responsable 2:			
Nombre del Jefe del Hogar:JHON JAIRO ARIZA CANO			NOMBRE DE QUIEN RECIBE LA VISITA:LEIDY TATIANA CIFUENTES RESTREPO				N° teléfono contacto: 3234280160			

VISITA No.	OBSERVACIONES
V 1	SE REALIZA VISITADE CARACTERIZACIÓN E IDENTIFICACIÓN DE RIESGO DE LAFAMILIA ENGENERAL
V 2	ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR: VISITA DE SEGUIMIENTO, ACOMPAÑAMIENTO Y MONITOREO DE LOS LOGROS PLANEADOS EN LA PRIMER VISITA
V 3	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 JHON JAIRO ARIZA CANO, ANEN SOFIA CIFUENTES RESTREPO, DANA CELESTE CIFUENTES RESTREPO Y QUIEN RECIBE LA VISITA ES LA SEÑORA LEIDY TATIANA CIFUENTES RESTREPO NO PERMITE EL INGRESO A LA VIVIENDA RECIBE LA VISITA EN LA PUERTA DE LA CASA, PAGA ARRIENDO , 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 GATO Y UN PERRO VACUNADO,ESTERILIZADO Y DISCAPACITADO ,CON RIESGO PSICOLÓGICO MODERADO REFIERE QUERER AYUDA ECONÓMICAMENTE EN SU CASA, 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 AL MEDICO EN EL ULTIMO MES, CON IMC DE19.3 NORMAL , REFIERE QUE NO REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA, SI SE REALIZA EL AUTOEXAMEN DE SENO Y SI SE REALIZAO LA CITOLOGIA PLANIFICA CON INYECCIÓN, REFIERE QUE CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, LÁCTEOS, PROTEÍNAS, TAMBIÉN CONSUME GRASAS Y DULCE.	A M x X X	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR JHON JAIRO ARIZA CANO, ANEN SOFIA CIFUENTES RESTREPO, DANA CELESTE CIFUENTES RESTREPO Y LEIDY TATIANA CIFUENTES SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES, EL JEFE DEL HOGAR ES JHON JAIRO ARIZA TAMBIÉN CUMPLE EL ROL DE PROVEEDOR Y PROTECTOR, MENCIONO EN LA PRIMERA VISITA EL QUERER AYUDAR ECONÓMICAMENTE EN SU CASA, TIENE UN IMC DE 19.3 NORMAL NO REALZA ACTIVIDAD FÍSICA Y NO LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE	A M B	A M B	A M B
3		SE INTENTA ENCONTRAR LA USUARIA EN CASA EN VARIAS OCASIONES PERO NO ES POSIBLE, TAMPOCO ALGUN MIEMBRO DE LA FAMILIA, SE HACE LLAMADA TELEFONICA Y CONTESTA LA SEÑORA LEIDY TATIANA CIFUENTES, PREVIA PRESENTACION DEL PERSONAL DEL HOSPITAL Y MOTIVO DE LLAMADA, INDICA QUE NO TIENE ANTECEDENTE DE PATOLOGIAS DE BASE, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICO, ODONTOLOGICA Y YA SE REALIZO LA CITOLOGIA, MANIFIESTA QUERER PLANIFICAR CON OTRO METODO Y SE LE BRINDAN LAS PATAS A SEGUIR PARA SU	A M B	A M B	A M B

		CONSULTA DE PLANIFICACION, SU NUCLEO FAMILIAR HASTA EL MOMENTO GOZA DE BUENA SALUD, USUARIA SEDENTARIA Y NO TIENE ALIMENTACION BALANCEADA, SE RECOMIENDA ASISTIR A LOS CONTROLES MEDICOS TANTO ELLA COMOTODO 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.			

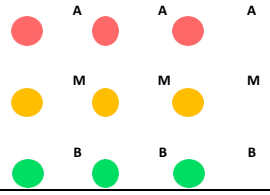
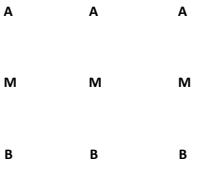
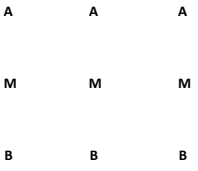
4			A M B	A M B	A M B

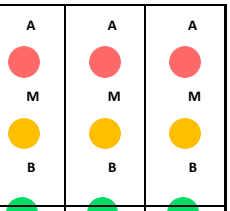
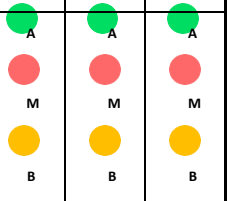
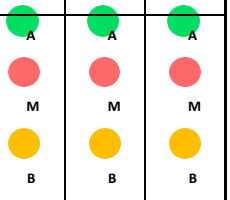
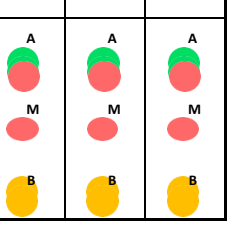
CUIDADO INDIVIDUAL POR CURSO DE VIDA

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1		LA SEÑORA LEIDY CIFUENTES REFIERE QUE NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGÍACRÓNICA ,SE REMITE A PROGRAMA DE SALUD BUCAL FAMILIAR SE EDUCA SOBRE: -LA IMPORTANCIA DEL AUTOEXAMEN DE SENO DEBE REALIZARSE DE 3 A 5 DIAS DESPUÉS DEL PERIODO, CADA VEZ Y UN DESPUÉS DE LA MENOPAUSIA, DURANTE LAVIDA -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 HÁBITOSTÓXICOS,LAVADO DEMANOS,ENTORNO SOCIAL SALUDABLE. -SIGNOS DE ALARMA PARA CONSULTAR A URGENCIAS:DOLOR INTENSO Y PERSISTENTE,PERDIDA DE LA CONCIENCIA O MEMORIA,NO PRODUCCIÓN O DOLORAL ORINAL,SANGRADOS,ASFIXIA,O RESPIRACIÓN CON ESFUERZO,TEMPERATURA IGUAL O MAYOR A 38GRADOS, CON ESCALOFRÍOS,DIARREA O VOMITO PROLONGADO. -CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE:RECICLAR, SEMBRAR,EVITAR LA QUEMA DE BASURAS O FOGATA 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.	A M X	A M B	A M B

N°	HALLAZGO	I	V1	V2	V3
2		LEIDY CIFUENTES NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA, NO SE EVIDENCIA RIESGO PSICOLÓGICO YA QUE A RAIZ DE QUE QUERIA AYUDAR ECONÓMICAMENTE EN SU CASA EMPEZÓ A VENDER COSMÉTICOS, LOCIONES ENTRE OTROS AYUDANDO ECONÓMICAMENTE EN SU CASA,REALIZA ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO MOTRIZ Y SOCIAL EN LOS NIÑOS SE REALIZAN RECOMENDACIONES SOBRE: -LA IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN ASERTIVA A LA HORA DE SOLUCIONAR CONFLICTOS - USAR UN TONO DE VOZ ADECUADO, NO GRITAR PARA LOGRAR ESCUCHAR AL OTRO - REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA CAMINAR O MONTAR BICICLETA PARA EL MEJORAMIENTO - CAMBIAR HÁBITOS ALIMENTICIOS AUMENTANDO EL CONSUMO DE FRUTAS, VERDURAS Y AGUA -SEGUIR REALIZANDO ACTIVIDADES DE MEJORAMIENTO MOTRIZ Y SOCIAL EN LOS NIÑOS	A M B	A M B	A M B

3	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		
5		
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