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 DE CABAL			Barrio o Vereda :BARRIO LA HERMOSA , LINARES			Dirección: CARRERA 26 27 B 03PISO 2				Ficha familiar No.202467			
V1	DIA	MES	AÑO	V2	DIA	MES	AÑO	V3	DIA	MES	AÑO		
	2	6	2024		22	07	224		26	8	2024		
Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2: ISABEL CRISTINA LOPEZ				Responsable 1:YERALDID GARCIA Responsable 2:ISABVEL LOPEZ				Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2: LILIANA MARIN					
Nombre del Jefe del Hogar: MARÍA GILMA GONZALEZ PATIÑO				Nombre de quién recibe la visita: MARÍA GILMA GONZALEZ PATIÑO				N° teléfono contacto :3116817256					

VISITA No.	OBSERVACIONES
V1	ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR: SE REALIZA VISITA DE CARACTERIZACION E IDENTIFICACION DE RIESGOS DE LA FAMILIA EN GENERAL Y DE CADA INDIVUO QUE LA CONFORMA.
V2	ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR: VISITA DE SEGUIMIENTO Y 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	VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITACIONALES	SE ENCUENTRA FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR, JAIME ALBERTO QUICENO GONZALES,Y QUIEN RECIBE LA VISITA ES LA SEÑORA MARIA GILMA GRISALES PATIÑO , RECIBE LA VISITA EN LA PUERTA, CASA PROPIA PAGADA , ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PUBLICOS, COCINA CON GAS DIMICILIARIO, RECICLA Y CUENTA CON RECOLECCION DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, TIENE UNA MASCOTA ESTA DESPARACITADAS ,ESTERELIZADA Y CON VACUNAS AL DIA , CON RIESGO PSICOLOGICO MODERADO PORQUE REFIERE QUE A VECES SE SIENTE TRISTE POR QUE SE SIENTE SOLA YA QUE ALGUNOS DE SUS HIJOS CASI NO VIENEN A VISITARLA , MENCIONA QUE NO VISITA EL PUESTO DE SALUD DE SU BARRIO, ASISTIO AL ODONTOLOGO EN EL ULTIMO MES Y AL MEDICO, NO PLANIFICA YA QUE ES UNA ADULTA MAYOR NO SE REALIZA LA CITOLOGIA, SE REALIZA EL AUTOEXAMEN DE SENO, CON IMC DE 22.06 NORMAL , NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS (FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, LACTEOS, PROTEINAS, GRASAS Y DULCES) ANTECEDENTE FAMILIAR DE CANCER	A X B	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR JAIME ALBERTO Y MARIA GILMA PATIÑO SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES, MARIA GILMA ES LA JEFE DEL HOGAR Y EL PROVEEDOR Y PROTECTOR ES JAIME ALBERTO, LA SEÑORA REFIERE QUE SE SIENTE SOLA POR QUE SUS HIJOS NO LA VISITAN LO SUFICIENTE, SE RECOMIENDA FORTALECER VÍNCULOS FAMILIARES, UNA MEJOR COMUNICACIÓN, MAS APOYO FAMILIAR Y RECONOCER LAS FORTALEZAS DE LA FAMILIA.MEJORAR LA COMUNICACIÓN PARA LA SOLUCIÓN DE CONFLICTOS -MEJORAR LA COMUNICACIÓN, ESCUCHARSE HABLAR EN UN TONO DE VOZ ADECUADO A MODO DE QUE SE LOGRE ENTENDER - REALIZAR ACTIVIDADES LUDICORECREACIONALES PARA SU ENTRETENIMIENTO	A M B	A M B	A M B

3		SE ENCUENTRA EN CASA LA SEÑORA GILMA GONZALEZ , CONA NTECEDENTES PATOLOGICOS DE BASE, ASISTE A LOS CONTROLES Y EXAMENES CADA 3 MESES, YA ASISTIO AL ODONTOLOGO, 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 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	V 1	V2	V3
1	ADULTA CON PATOLOGIAS CRONICAS, EN CONTROLES SE REMITE AL PROGRAMA DE ADULTEZ	LA SEÑORA MARIA GILMA GOLZALES PATIÑO CON PATOLOGIAS CRONICAS EN CONTROLES, SE REMITE A PROGRAMA DE ADULTEZ, 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 LAMENOPAUSIA, DURANTE TODA LA VIDA. - BUENOS HABITOS ALIMENTICIOS: CONSUMO HABITUAL DE AGUA, ENSEÑARLES A LOS NIÑOS ESTA INGESTA DESDE PEQUEÑOS, 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. - 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 DETECCION TEMPRANA DE ENFERMEDADES.	A X B	A M B	A X M B
N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3

2		MARIA GILMA GONZALEZ PATIÑO REFIERE QUE SUFRE DE DIABETES E HIPERTENSIÓN BAJO TRATAMIENTO MEDICO CADA 3 MESES Y SE TOMA SUS MEDICAMENTOS A LA HORA ASIGNADA, SU HIJO SUFRE DE POLARIDAD BAJO TRATAMIENTO PSICOLÓGICO, SE INDICA INICIAR PROCESO TERAPÉUTICO SI LO CONSIDERA NECESARIO, NO REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA SE RECOMIENDA: -MEJORAR SU ALIMENTACIÓN AUMENTANDO EL CONSUMO DE FRUTA, VERDURAS Y AGUA, DISMINUIR EL CONSUMO DE FRITOS, HARINAS Y AZUCARES - REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA, CAMINAR, MONTAR BICICLETA -REALIZARSE VALORACIONES MEDICAS DE FORMA PERIÓDICA A FIN DE PREVENIR ENFERMEDADES -SE BRINDA EDUCACIÓN SOBRE SIGNOS DE ALARMA PSICOLÓGICOS: DEJAR DE COMER, PROBLEMAS PARA CONCILIAR EL SUEÑO, PENSAMIENTOS O SENSACIÓN DE QUERER MORIR, NO QUERERSE LEVANTAR DE LA CAMA POR MAS DE 3 DÍAS	A M B	A M B	A M B
3	EDUCACION	SE EDUCA SOBRE 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
Nombre y Apellidos:
Profesión: ENFERMERO

ACOMPAÑADO POR:
Nombre y Apellidos: ISABEL CRISTINA LOPEZ
Profesión: AUX DE ENFERMERIA

PRIMERA VISITA DE SEGUIMIENTO

DILIGENCIADO POR: GERALDID GARCIA GARCIA
Nombre y Apellidos:
Profesión: PSICOLOGA

ACOMPAÑADPPOR:
Nombre y Apellidos: XIOMARA VELEZ
Profesión: AUX DE ENFERMERIA

SEGUNDA VISITA DE SEGUIMIENTO

DILIGENCIADO POR: ANTONIO OVIEDO
Nombre y Apellidos:
Profesión: E N F E R M E R O

ACOMPAÑADO POR:
Nombre y Apellidos: LILIANA MARIN
Profesión: AUX DE ENFERMERIA