FICHA FAMILIAR ATENCION PRIMARIA EN SALUD

Secretaria de Salud Departamento de Risaralda

PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR	Versión 3 30/04/2024

Municipio: SANT A ROSA DE CABAL	Barrio o Vereda: BARRIO LA HERMOSA, LINARES	Dirección: CALLE 28 24-58	Ficha familiar No.202469

	DIA	MES	AÑO		DIA	MES	AÑO			
V1	2	6	2024	V2	19	07	2024	V3	26	8	2024

Responsable 1: ANT ONIO OVIEDO Responsable 2: ISABEL CRISTINA LOPEZ	Responsable 1: YRALDID GARCIA Responsable 2: ISABEL LOPEZ	Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2: LILIANA MARIN

~~Nombre del Jefe del Hogar: FLOR AIDE VELEZ~~ ~~Nombre de quién recibe la visita: FLOR AIDE VELEZ~~ ~~N° teléfono contacto :3137208972~~

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	NO PERMITEN INGRESO A LA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR, ANGIE LICETH MOSQUERA DE 30 AÑOS, SE ENCUENTRA TRABAJADO, DANNA ARBOLEDA DE 10 AÑOS SE ENCUENTRA ESTUDIANDO, WILSON HERNANDES DE 50 AÑOS S ENCUENTRA TRABAJANDO Y QUIEN RECIBE LA VISITA ES LA SEÑORA FLOR AIDE VELEZ DE 51 AÑOS RECIBE LA VISITA EN LA PUERTA, PAGA ARRIENDO, 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 VACUNADAS , ESTERILIZADAS Y ~~DESPARASITADAS, CON RIESGO PSICOLÓGICO MODERADO PORQUE REFIERE QUE A~~ VECES SE SIENTE TRISTE YA QUE TIENE UNA TIENDA EN EL INTERIOR DE LA VIVIENDA Y ES SU ACTIVIDAD LUCRATIVA Y DEBIDO A ESTO NO TIENE MUCHO TIEMPO PARA EL DESCANSO Y LA RECREACIÓN. NO SUFRE DE NINGUNA ENFERMEDAD, ASISTIÓ A LA CITOLOGIA EL ULTIMO AÑO, TIEN POMEROY, HACE VARIOS MESES NO VA NI A EL MEDICO NI A ODONTOLOGÍA, REALIZA EL AUTOEXAMEN DE SENO, CON IMC DE 27.56 PREOBESO , NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS (FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, LACTEOS, PROTEINAS, GRASAS Y DULCES) ANTECEDENTE FAMILIAR DE HTA Y DM.	A M	A M	A M
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR ANGIE LICETH MOSQUERA, DANNA ARBOLEDA , WILSON HERNANDEZ Y FLOR AIDE VÉLEZ, SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES, LA JEFE DEL HOGAR ES FLOR DE AIDE, TAMBIÉN ES LA PROVEEDORA Y PROTECTORA, LA SEÑORA REFIERE QUE SE SIENTE TRISTE POR TENER QUE ADMINISTRAR LA TIENDA YA QUE ES UNA RESPONSABILIDAD MUY GRANDE, NO LE QUEDA TIEMPO DE REALIZAR ACTIVIDADES LUCRATIVAS. SE RECOMIENDA AYUDARSE MUTUAMENTE EN LA ADMINISTRACIÓN DE LA TIENDA. SACRA UN DÍA LIBRE A	A M B	A M B	A M B

LA SEMANA MANEJAR HORARIOS FLEXIBLES PARA PODER REALIZAR ACTIVIDADES LUDICOREACIONALES SE RECOMIENDA:

-COMUNICACIÓN PARA LA SOLUCIÓN DE CONFLICTOS

-MEJORAR LA COMUNICACIÓN, ESCUCHARSE HABLAR EN UN TONO DE VOZ ADECUADO A MODO DE QUE SE LOGRE ENTENDER

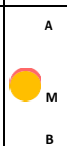
- REALIZAR ACTIVIDADES LUDICORECREACIONALES PARA SU ENTRETENIMIENTO

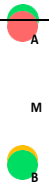
3		SE ENCUENTRA LA SEÑORA FLOR AYDE VELEZ, NO TIENE PATOLOGIAS DE BASE, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA PERO LE FALTA LA DE HIGIENE ORAL Y REFIERE QUE VA A SACAR LA CITA PORQUE LE HA ESTADO MOLESTANDO UNA MUELA, TIENE INGRESOS ECONOMICOS DE UNA TIENDA, REFIERE QUE SU NUCLEO FAMILIAR HASTA EL MOMENTO GOZA DE BUENA SALUD, USUARIA SEDENTARIA Y NO TIENE ALIMENTACION BALANCEADA, SE RECOMIENDA ASISTIR A LOS CONTROLES MEDICOS TANTO ELLA 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	**ADULTA SANA SIN CONTROLESDE ADULTO NI ODONTOLOGICOS**	LA SEÑORA FLOR AIDE VELEZ DE 51 AÑOS DE DAD EXPRESA QUE NO SUFRE NINGUNA PATOLOGIA, SE REMITE A PSICOLOGIA PROGRAMA DE EL ADULTO Y SALUD ORAL SE EDUCA SOBRE: - AUTOEXAMEN DE SENO: SE EXPLICA QUE DEBE REALIZARSE DE 3 A 5 DÍAS DESPUÉS DEL PERIODO, CADA MES Y AUN DESPUES DE LA MENOPAUSIA, DURANTE TODA LA VIDA. - SE DA EDUCACIÓN SOBRE LA IMPORTANCIA DE REALIZAR ACTIVIDADES DE ESPARCIMIENTO Y DIVERSIÓN YA QUE ES ESTO ES INDISPENSABLE PARA LA BUENA SALUD FÍSICA Y MENTAL. - SOLICITAR CITA DE MEDICINA GENERAL Y ODONTOLOGIA ESTO CON EL OBJETIVO DE IDENTIFICAR POSIBLES PROBLEMAS DE SALUD Y TRATARLOS A TIEMPO. - BUENOS HÁBITOS 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 M B	A M B	A X M B

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
2		FLOR AIDE VELEZ NO SUFRE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA, SU FAMILIA NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA, SE REALIZARON RECOMENDACIONES SOBRE MEJORAR VÍNCULOS FAMILIARES. 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		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.	A M B	A M B	A M B

		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.			
4					
5					

6					
7					
8					
9					
10					

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