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 24-40					Ficha familiar No.202470				
V1	DIA	MES	AÑO	V2	DIA	MES	AÑO	V3	DIA	MES	AÑO	
	2	6	2024		22	07	2024		26	8	2024	
Responsable 1: ANT ONIO OVIEDO Responsable 2: ISABEL CRISTINA LOPEZ				Responsable 1:YERALDID GARCIA Responsable 2:ISABEL LOPEZ				Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2: LILIANA MRIN				
Nombre del Jefe del Hogar: MARIA LUZ DARY RENDON				Nombre de quién recibe la visita: MARÍA LUZ DARY RENDON				N° teléfono contacto :3205721751				

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	V 1	V2	V3
1	VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITACIONALES	SE ENCUENTRA FAMILIA UNIPERSONAL CONFORMADA POR LUZ DARY RENDON RECIBE LA VISITA EN EL INTERIOR DE LA VIVIENDA CASA PROPIA PAGADA 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, NO TIENE ANIMALES, CON RIESGO PSICOLOGICO MODERADO PORQUE REFIERE QUE A VECES SE SIENTE TRISTE Y SOLA YA QUE SU ESPOSO MURIO Y VIVE SOLA , PERO TIENE HIJOS EN OTRA CIUDAD Y LOS VISITA FRECUENTEMENTE ADULTA PENSIONADA , ADULTA CON DIAGNOSTICO DE HTA , DIABETES DISLIPIDEMIA EN CONTROLES Y YA SE REALIZO LA CITOLOGIA, SE REALIZA EL AUTOEXAMEN DE SENO, CON IMC DE 30,39 OBESA , NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS (FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES LACTEOS, PROTEINAS, GRASAS Y DULCES) ANTECEDENTE FAMILIAR DE HTA Y DM Y CANCER	A M B	A M B	A X M B
2		FAMILIA UNIPERSONAL CONFORMADA POR LUZ DARY RENDON SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES REFIERE QUE AUN ESTA PASANDO POR EL PROCESO DE DUELO DESPUÉS DE LA MUERTE DE SU ESPOSO, SE RECOMIENDA INICIAR PROCESOS TERAPÉUTICO PARA BRINDARLE PAUTAS SOBRE COMO LLEVAR DE UNA MEJOR MANERA EL PROCESO Y BRINDARLE UN ACOMPAÑAMIENTO ADECUADO, LA SEÑORA INDICA QUE SUS HIJOS LOS CUALES SE ENCUENTRAN FUERA DEL PAIS LE AYUDAN ECONOMICAMENTE CON TODO LO NECESARIO PERO ELLA DESEARÍA ACOMPAÑAMIENTO FAMILIAR POR LO QUE SE RECOMIENDA, UNIRSE A PROGRAMAS DE ADULTO MAYOR DONDE SE ENCUENTRE CON PERSONAS DE SU EDAD COMPARTAN GUSTOS Y SITUACIONES 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 - PEDIR AYUDA ESTA BIEN	A M B	A M B	A M B

3		SE ENCUENTRA LA SEÑORA MARIA LUZ DARY RENDON, VIVE SOLA, PENSIONADA Y APOYO DE LOS HIJOS, SUFRE DE PATOLOGIAS CRINICAS DE BASE Y ASISTE A LOS CONTROLE MEDICOS Y EXAMENES CADA 3 MESES, YA ASISTIO A ODONTOLOGIA, USUARIA SEDENTARIA Y NO TIENE ALIMENTACION BALANCEADA, SE RECOMIENDA TOMAR TODOS LOS MEDICAMENTOS EN LOS HORARIOS INDICADOS, ASISTIR A LOS CONTROLES MEDICOS 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		LA SEÑORA LUZ DARY RENDÓN EXPRESA SUFRE DE HTA , DIABETES Y DISLIPIDEMIA , SE REMITE A PROGRAMA DEADULTO , Y PSICOLOGIA 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 LA MENOPAUSIA, DURANTE TODA LA VIDA. - SE RECOMIENDA VINCULARSE A UN GRUPO DE ADULTO MAYOR DONDE PUEDA COMPARTIR Y DISFRUTAR DE DIFERENTES ACTIVIDADES LÚDICO RECREATIVAS , SE DA ELCONTACTO DE LA PERSONA ENCARGADA DE EL CENTRO DÍAVIDA DE EL MUNICIPIO. - SE RECOMIENDA SOLICITAR CITA DE MEDICINA GENERAL PARA QUE LE ORDENEN CITA DE NUTRICIÓN Y DIETA PARA ADECUADO MANEJO DE EL PESO YA QUE ESTE ES CAUSANTE DE MUCHAS ENFERMEDADES Y TAMBIÉN SE VE AFECTADA SU AUTOESTIMA. - 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 DETECCIÓN TEMPRANA DE ENFERMEDADES.	A M B	A M B	A X M B

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
2		LUZ DARY RENDON SUFRE DE HIPERTENSIÓN, DIABATES Y DISLIPIDEMIA ASISTE A CONTROLES MÉDICOS, CADA 3 MESES Y TOMA SUS MEDICAMENTOS ALA HORA ASIGNADA, SE RECOMIENDA UNIRSE A PROGRAMAS DE ADULTO Y AUMENTAR LA COMUNICACIÓN CON SU FAMILIA, 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