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: teresa de Calcuta**			**Dirección:** manzana 7 CASA 13				**Ficha familiar No. 202482**
V1	**DIA**	**MES**	**AN O**	**V2**	**DIA**	**MES**	**AN O**	**V3**	**DIA**	**MES**	**AN O**
	08	06	2024		28	07	2024		28	8	2024
Responsable 1: Antonio OVIEDO **Responsable 2:**				**Responsable 1: YERALDID GARCIA GARCIA** **Responsable 2: ISABEL CRISTINA LOPEZ**				**Responsable 1: ANTONIO OVIEDO** **Responsable 2: LILIANA MARIN**			
Nombre del jefe del Hogar: JHON JAIRO SANDOBAL				**Nombre de quién recibe la visita: JHON JAIRO SANDOBAL**				**N° teléfono contacto: 3218572496**			

VISITA No.	OBSERVACIONES
V1	**ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR: visita de caracterización e identificación de riesgo**
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 SE PERMITE EL INGRESO A LA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR, MARIA JOSE SANDOBAL , JUAN JOSE SANDOBAL , BARBARA GONZALES , LUZ MARINA AGUDELO Y QUIEN RECIBE LA VISITA ES EL SEÑOR JHON JAIRO SANDOBAL , 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, CUENTAN CON TANQUE CUBIERTO RECICLAN Y CUENTA CON RECOLECCION DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, TIENEN 3 MASCOTAS UN MACHO Y UNA HEMBRA TODOS SE ENCUENTRAN DESPARACITADOS Y VACUNADOS ESTAN ESTERILIZADOS , CON RIESGO PSICOLOGICO MODERADO PORQUE REFIERE QUE A VECES SE SIENTE TRISTE AL VER LA REBELDIA QUE AVECES TIENE SUS HIJOS , MENCIONA QUE VISITA EL PUESTO DE SALUD DE SU BARRIO ASISTE A LA IGLESIA Y SE RELACIONA CON LOS VECINOS , ASISTIO A ODONTOLOGIA EN EL ULTIMO AÑO Y AL MEDICO ,REALIZA ACTIVIDAD FISICA , CON IMC DE 161.0 NORMAL , CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS (FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, LACTEOS, PROTEINAS, GRASAS Y DULCES) ANTECEDENTE FAMILIAR DE HTA Y DM.	A M B	A M B	A M B
2		LA VISITA LA RECIBE EL SEÑOR JHON JAIRO SANDOVAL, INDICA QUE VIVE CON SU FAMILIA BARBARA VILLADA MARIA JOSE SANDOBAL, JUAN JOSE SANDOBAL, LUZ MARINA AGUDELO DE ACUERDO CON LO REFERIDO POR EL SEÑOR SE EVIDENCIAN PROBLEMAS DE COMUNICACIÓN, NO SE EVIDENCIAN NORMAS Y LIMITES CLAROS, NO SE INVOLUCRA EL MEDIO FAMILIAR EN LAS REALIZACION DE TAREAS DEL HOGAR. SE EVIDENCIA PERMISIDAD CON LOS MENORES. USO DESMEDIDO DEL CELULAR. INDICA QUE ESTO A GENERADO DISCUSION EN EL ENTORNO FAMILIAR, SIN EMBARGO NO HAN LLEGADO A ACUERDOS PARA SABER DE QUE FORMA ACTUAR FRENTE A SUS HIJOS. SE RECOMIENDA: - CREAR NORMAS CLARAS, ESTIPULAR HORARIOS DE REALIZACION DE TAREAS DEL COLEGIO, TAREAS DEL HOGAR Y POR ULTIMO ACTIVIDADES RECREATIVAS O USO DE CELULARES, PONIENDO SIEMPRE LIMITES DE TIEMPO. - GENERAR TIEMPOS DONDE TODOS SE ESCUCHEN, HABLEN DE LO QUE ESTA PASANDO EN SU FAMILIA, BUSQUE IDEAS DE COMO PUEDEN SOLUCIONARLO ESTO LES PERMITIRA RECONOCER EN QUE ESTAN FALLANDO Y QUE DEBEN MEJORAR COMO FAMILIA. - REALIZAR ACITIVADES QUE LES PERMITA PASAR TIEMPO EN FAMILIA A FIN DE FORTALECER VINCULOS FAMILIARES, RECONOCER LOS GUSTO Y HOBBIES DE CADA UNO - TENER UNA COMUNICACIÓN CLARA, SIN DECIR PALABRAS QUE PUEDAN OFENDER AL OTRO, Y EN UN TONO DE VOZ SUAVE PUDE MEJORAR SUS DISPUTAS.	A M B	A M B	A M B

3		SE ENCUENTRA EN CASA Y QUIEN RECIBE LA VISITA EL SEÑOR JHON JAIRO SANDOVAL, NO TIENE ANTECEDENTES PATOLOGICOS, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA Y ODONTOLOGICA, REFIERE QUE SU NUCLEO FAMILIAR HASTA EL MOMENTO GOZA DE BUENA SALUD, USUARIO REALIZA EJERCICIO PERO NO TIENE UNA ALIMENTACION BALANCEADA, SE RECOMIENDA, ASISTIR A LOS CONTROLES MEDICOS TANTO EL 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.			

1	ADULTA SANA	LA SEÑORA OLGA LILIANA EXPRESA QUE NO SUFRE NINGUNAPATOLOGIA, NI CRONICA - 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 TODALA 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 CONSUMODE 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 HABITOSTOXICOS, 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 ALORINAL, SANGRADOS, ASFIXIA O RESPIRACION CON ESFUERZO, TEMPERATUTA IGUAL O MAYOR A 38º CON ESCALOFRIOS, DIARREA O VOMITO PROLONGADO. - CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE: SE ENSEÑE A NO TIRARBASURAS 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. - FACTORES SOCIALES Y DE LA FAMILIA: SE SOCIALIZA SOBRE EL AFECTO, LA BUENA COMUNICACIÓN , LA PROTECCION, LA ATENCION , LA SEGURIDAD ECONOMICA YLA BUENA RELACION CON LOS VECINOS DEL BARRIO. - SE EDUCA SOBRE LA IMPORTANCIA Y LOS BENEFICIOS DE ASISTIR ALAS 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	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
2	FAMILIA SANA	EL SEÑOR JHON JAIRO SANDOVAL INDICA QUE NO SUFREN DE NINGUNA ENFERMEDAD, INDICA QUE LE GUSTA REALIZAR CAMINATAS O MONTAR EN BICICLETA. NO SE EVIDENCIA ALIMENTACION BALANCEADA. SE RECOMIENDA REALIZAR UNA VEZ AL AÑO UNA REVISION MEDICA A FIN DE PREVENIR ENFERMEDADES. MEJORAR LA ALIMENTACION AUMENTANDO EL CONSUMO DE FRUTAS VERDURAS AGUA, DISMINUIR EL CONSUMO DE GRASAS, HARINAS, DULCES. LOS NIÑOS JUAN JOSE Y MARIA JOSE NO SUFREN DE NINGUNA ENFERMEDAD, SE RECOMIENDA CONTINAR CON LA VALORACION DE INFANCIA, A FIN DE PREVENIR ENFERMEDADES AL IGUAL QUE LAS VACUNAS REQUERIDAS. LAS SEÑORAS BARBARA Y LUZ MARINA NO SUFREN DE NINGUNA ENFERMEDAD, SE RECOMIENDA ACTIVIDAD FISCA, CAMINAR MONTAR EN BICICLETA, MEJORAR LA ALIEMENTACION, REALIZARSE LA CITOLOGIA CADA AÑO. REALIZARSE VALORACION MEDICA A FIN DE PREVENIR ENFERMEDADES.	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. - BUENOS HABITOS ALIMENTICIOS: CONSUMO HABITUAL DE AGUA, CONSUMO DE FRUTAS Y VEGETALES EN EL DIA, DISTRIBUIR BIEN LAS	A M B	A M B	A M B

		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. - REALIZAR EL EXAMEN DE PROSTATA CADA 2 AÑOS O SEGÚN INDICACION MEDICA.			
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