FICHA FAMILIAR ATENCION PRIMARIA EN SALUD

Secretaria de Salud Departamento de Risaralda

PLAN INTEGRAL DECUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio: SANTA ROSA DE CABAL	Barrio o Vereda 202244	Dirección CALLE24 NUMERO 24-40	Ficha familiar No . 202484

	DIA	MES	AÑO	Responsable
V1	09	06	2024	Responsable 1: ANTONIOOVIEDO Responsable 2: ISABEL LOPEZ
V2	23	07	2024	Responsable 1:YERALDID GARCIA Responsable 2:ISABEL LOPEZ<
V3	28	8	2024	Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2:LILIANA MARIN

Nombre del Jefe del Hogar: MARIA DE JESUS MARTINEZ	Nombre de quién recibe la visita: MARIA DE JESUS MARTINEZ	N° teléfono contacto 3117831711

VISITA No.	OBSERVACIONES
V1	ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR: VISITA DE CARACTERIZACION E IDENTIICACION DE RIESGOS
V2	ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR: **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. Medio. M Bajo. B

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1	NO PERMITE EL INGRESO A LA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIA EXTENSA CONFORMADA POR NELSON GARCÍA TORO, DANIEL GARCÍA MARTÍNEZ, GABRIELA HOMERO GONZÁLEZ, MAXIMILIANO GONZÁLEZ GONZÁLEZ Y QUIEN RECIBE LA VISITA ES LA SEÑORA MARIA DE JESUS MARTÍNEZ MARTÍNEZ , RECIBE LA VISITA EN LA PUERTA, SU CASA ES PROPIA Y LA ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PÚBLICOS, COCINA CON GAS DOMICILIARIO, HACE SEPARACIÓN DE FUENTE Y CUENTA CON RECOLECCIÓN DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, TIENE UN CONEJO, CON RIESGO PSICOLÓGICO MODERADO PORQUE REFIERE QUE A VECES SE SIENTE TRISTE POR MANTENER MUCHO TIEMPO SOLA CAUSA DE QUE SU ESPOSO Y SU HIJO TRABAJAN MENCIONA QUE VISITA EL PUESTO DE SALUD DE SU BARRIO, ASISTIÓ AL MEDICO PERO NO A ODONTOLOGÍA NO ES OPERADA PARA TENER HIJOS Y YA SE REALIZO LA CITOLOGIA, SE REALIZA EL AUTO EXAMEN DE SENO, CON IMC DE 29.0 NORMAL , NO REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS (FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, LÁCTEOS PROTEÍNAS, GRASAS Y DULCES) ANTECEDENTE FAMILIAR DE HTA,	A X B	A M B	A M B
2		FAMILIA EXTENSA CONFORMADA POR NELSON GARCÍA TORO, DANIEL GARCÍA MARTÍNEZ, GABRIELA HOMERO GONZÁLEZ, MAXIMILIANO GONZÁLEZ GONZÁLEZ Y MARIA DE JESUS MARTÍNEZ. ELLA ES LA JEFE DE HOGAR, SU ESPOSO ES PENSIONADO Y SU HIJO TRABAJA, AMBOS CUMPLEN EL ROL DE PROVEEDOR Y PROTECTOR. , SUS NIETOS ESTUDIAN Y MARIA DE JESUS PERMANECE EN LA CASA, TIENE UN IMC DE 29.0 NORMAL NO REALIZAN ACTIVIDAD FÍSICA POR LO QUE SE RECOMIENDA: SE GENERA PSICOEDUCACION DE LA IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN ASERTIVA. • RECONOCIMIENTO DE LAS FORTALEZAS Y CAPACIDADES DE CADA UNO DE LOS MIEMBROS DE SU FAMILIA. • RESOLUCION DE CONFLICTO, RESALTANDO QUE CADA UNO DE LOS FAMILIARES SON IMPORTANTES Y SE DEBEN ESCUCHAR Y RESPETAR SUS PENSAMIENTOS Y	A M B	A M B	A M B

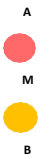
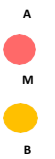
		DECISIONES. • NO PRACTICAN NINGUN DEPORTE, TIENEN UNA VIDA SEDENTARIA, SE BRINDA ORIENTACIÓN SOBRE HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE, ACTIVIDAD FÍSICA. • SE RECOMIENDAN ACTIVIDADES QUE FORTALEZCAN LOS VÍNCULOS FAMILIARES.			
3		SE ENCUENTRA LA SEÑORA MARIA DE JESUS MARTINEZ, EXPRESA QUE TIENE PATOLOGIAS DE BASE, ASISTE A LOS CONTROLES MEDICOS Y EXAMENES CADA 3 MESES, YA ASISTIO A HIGIENE ORAL, 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	V1	V2	V3
	ADULTA CON PATOLOGÍAS PSICOLÓGICAS	LA SEÑORA MARIA DE JESUS MARTÍNEZ MANIFIESTA SUFRIR DE HIPERTENSIÓN Y DISLIPIDEMIA SE REMITE A SALUD BUCAL Y AL PROGRAMA DE ADULTO MAYOR, SE EDUCA SOBRE: - AUTO EXAMEN DE SENO: SE EXPLICA QUE DEBE REALIZARSE DE 3 A 5 DIAS DESPUÉS DEL PERIODO, CADA MES Y AUN DESPUÉS DE LA MENOPAUSIA, DURANTE TODA LA VIDA. - 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.	A	A	A

1		- 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.	X B	M B	M B
N°	**HALLAZGO**	**ACTIVIDAD**	**V1**	**V2**	**V3**

2		LA SEÑORA MARIA DE JESUS MARTÍNEZ MANIFIESTA SUFRIR DE DISLIPIDEMIA E HIPERTENSIÓN MANIFIESTA NO ASISTIR A SALUD BUCAL NI AL ADULTO MAYOR, SE EVIDENCIA RIESGO PSICOLÓGICO LEVE YA QUE ES UNA ADULTA MAYOR QUE PERMANECE SOLA A CAUSA DE QUE SU FAMILIA TRABAJA O ESTUDIA, SE LE RECOMIENDA: • REALIZAR ACTIVIDADES PARA SU ENTRETENIMIENTO • ASISTIR A PROGRAMAS DE AYUDA LUDICORECREACIONES • APRENDER MECANISMOS DE DEFENSA PARA SOBRELLEVAR LA SITUACIÓN DE UNA MEJOR MANERA BUSCAR AYUDA PROFESIONAL CUANDO LO CONSIDERE NECESARIO	A M B	A M B	A M B
3	EDUCACION	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					
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