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: EL EDEN			Dirección: CALLE 28 #24-46			Ficha familiar No. 202485	
V1	DIA	MES	AÑO	V2	DIA	MES	AÑO	V3	DIA	MES	AÑO
	13	6	2024		25	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: MARIA RUBIELA CARDONA DE CAMPIÑA				Nombre de quién recibe la visita: MARIA RUBIELA CARDONA DE CAMPIÑA				N° teléfono contacto: 3136648341			

VISITA No.	OBSERVACIONES
V1	ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR: SE REALIZA VISITA DE CARACTERIZACION E IDENTIFICACION DE RIESGOS DE LA FAMILIA EN GENERAL.
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 PERMITE INGRESO A LA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIACOMPUESTA CONFORMADA POR DANIEL CASTAÑO Y QUIEN ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA MARIA RUBIELA CARDONA DE CAMPIÑA, ATIENDE LA VISITA EN LA PUERTA, VIVE EN CASA PROPIA PAGADA, ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PUBLICOS, COCINA CON GAS DOMICILIARIO , DISPOSICION DE RESIDUOS ADECUADOS Y CUENTA CON RECOLECCION DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, NO TIENE MASCOTAS. -LA SEÑORA MARIA RUBIELA CARDONA CON RIESGO PSICOLOGICO BAJO, PERO EXPRESA QUE POR DIAS SIENTE MUCHA ANSIEDAD DE COMER, NO VISITA EL PUESTO DE SALUD NI LA CASETA COMUNAL, PERO SI LA IGLESIA, SE RELACIONA CON SUS VECINOS, NO HA ASISTDIO A CONSULTA MEDICA, PEROSI A ODONTOLOGIA EN EL ULTIMO AÑO, DICE QUE YA NO SE REALIZA LA CITOLOGIA, IMC DE 20.7 NORMAL, ACTIVIDAD FISICA 5 H A LA SEMANA, NO SE HACE EL AUTOEXAMEN DE SENO, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, GRASAS Y DULCES, NO MENCIONA ANTECEDENTE FAMILIAR DE ALGUNA PATOLOGIA DE BASE.	A M X	A M B	A M B
2		LA VISITA LA RECIBE LA SEÑORA MARIA RUBIELA CARDONA, INDICA QUE VIVE CON SU NIETO DANIEL CASTAÑO. DE ACUERDO CON LO MENCIONADO POR LA USUARIA SE EVIDENCIA ALTA PERMANENCIA SOLA, YA QUE SU NIETO TRABAJA, SUS HIJOS SE ENCUENTRAN FUERA DE LA CIUDAD. Y DE EL PAIS, SON QUIENES LE BRINDAN EL SUSTENTO DIARIO. INDICA QUE EN OCASIONES SE SIENTE MUY SOLA, SIN EMBARGO, TRATA DE VISITARLOS CUANDO PUEDE; RESALTA QUE TODOS LOS DIAS LA LLAMAN SUS HIJOS, SIEMPRE ESTAN MUY PENDIENTES DE ELLA Y SU NIETO. SEGÚN LO REFERIDO SE EVIDENCIA DESVINCULACION DEL NIETO POR LAS TAREAS DEL HOGAR, NO PERMANECE EN CASA, INDICA QUE TRABJA LLEGA TARDE A LA CASA. SE RECOMIENDA: VINCULACION AFECTIVA POR PARTE DE LA PERSONA QUE VIVE CON LA ADULTA, YA QUE ELLA TIENE UNA EDAD AVANZADA Y SE SIENTE SOLA. ACOMPAÑAMIENTO FAMILIAR, DESDE SUS HIJOS, TRATAR DE PASAR MAS TIEMPO EN FAMILIA, VISITARLA O LLEVARLA CON ELLOS MAS SEGUIDO, POR LA ALTA PERMANECIA SOLA.	A M B	A XM B	A M B
3		SE ENCUENTRA EN CASA LA SEÑORA M RUBIELA CARDONA, NO HA ASISTIDO A CONSULTA MEDICA, REFIERE QUE SU NUCLEO FAMILIAR HASTA EL MOMENTO GOZA DE BUENA SALUD, REALIZA CAMINATAS Y TRATA DE TENER UNA 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

1		LA SEÑORA MARIA RUBIELA CARDONA REFIERE QUE NO SUFRE NINGUNA PATOLOGIA, SE REMITE A PROGRAMA DEL ADULTO MAYOR, RUTA DE PROMOCION Y MANTENIMIENTO 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. - 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 UNAMEJOR 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, TEMPERATUTAIGUAL O MAYOR A 38º CON ESCALOFRIOS, DIARREA O VOMITO PROLONGADO. - CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE: 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. - 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. 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 X	A M B	A M B
N°	**HALLAZGO**		**V1**	**V2**	**V3**
2		LA SEÑORA MARIA RUBIELA CARDONA INDICA QUE NO SUFRE DE NINGUNA ENFERMEDAD, REFIERE QUE REALIZA CAMINATAS DE 1 HORA, TRATA DE CUIDARSE CON UNA ALMENTACION BALANCEADA. NO SE HA REALIZADO UNA REVISION MEDICA. NO SIGUIO LAS RECOMENDACIONES DADAS EN LA PRIMER VISITA SE RECOMIENDA: REALIZARSE VALORACION MEDICA CADA AÑO A FIN DE PREVENIR ENFERMEDADES. CONTINUAR CON LA ALIMENTACION Y LA ACTIVIDAD FISICA. DE DANIEL CASTAÑO NO SE TIENE INFORMACION, LA USUARIA MANIFIESTA QUE NO SABE SI SUFRA DE ALGUNA ENFERMEDAD. AL IGUAL QUE LA SEÑORA RUBIELA REALIZA ACTIVIDAD FISICA Y TIENE BUENA ALIMENTACION.	A M X	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.	A M B	A M B	A M B

		- 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			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

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