PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR										Versión 3 30/04/2024		
Municipio: SANTA ROSA DE CABAL			Barrio o Vereda: LA PRADERA			Direccción: CALLE 28B # 21-68				Ficha familiar No. 2024458		
V1	DIA	MES	AÑO	V2	DIA	MES	AÑO	V3	DIA	MES	AÑO	
	18	8	2024		13	09	2024					
Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2:				Responsable 1:YERALDID GARCIA Responsable 2:ISABEL LOPEZ				Responsable 1: Responsable 2:				
Nombre del Jefe del Hogar:RODOLFO ANTONIO OSPINA				Nombre de quién recibe la visita: OLGA IRLENY ZAPATA GARCIA				N° telefono contacto: 3137533277				

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 Y ACOMPAÑAMIENTO Y MONITOREO DE LOS LOGROS PLANEADOS EN LA PRIMER VISITA
V3	ANALISIS Y EVOLUCION FAMILIAR:

CUIDADO FAMILIAR — Tipos de riesgo en los hallazgos: Alto. A Medio. M Bajo. B

Nº	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1	NO PERMITE INGRESO A LA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIA COMPUESTA, CONFORMADA POR RODOLFO ANTONIO OSPINA LOPEZ, OLGA MARIA GARCIA DE ZAPATA, LAURA SOFIA OSPINA ZAPATA Y QUIEN ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA OLGA IRLENY ZAPATA GARCIA, ATIENDE LA VISITA EN LAPUERTA, VIVE EN CASA PROPIA PAGADA, LA ESTRUCTURA DE LA VIVIENDA SE OBSERVA SIN RIESGO APARENTE, CUENTA CON TODOS LOS SERVICIOS PUBLICOS, ESTRATO BAJO, COCINA CON GAS DOMICILIARIO, DISPOSICION DE RESIDUOS ADECUADOS Y CUENTA CON RECOLECCION DE BASURAS POR PARTE DE LA EMPRESA DE ASEO, TIENE 1 PERRO VACUNADO, DESPARACITADO Y ESTERILIZADO. -LA SEÑORA OLGA IRLENY ZAPATA, CON RIESGO PSICOLOGICO BAJO, AUNQUE REFIERE DISMINUCION DE PESO, NO LE DAN CASI GANAS DE COMER, NO ASISTE AL PUESTO DE SALUD NI A LA IGLESIA DE SU BARRIO, SE RELACIONA CON SUS VECINOS, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA PERO NO ODONTOLOGICA EN EL ULTIMO AÑO, YA SE REALIZO LA CITOLOGIA, IMC DE 24.9 NORMAL, NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA, NO PLANIFICA PORQUE REFIERE QUE EL ESPOSO TIENE LA VASECTOMIA, NO SE HACE EL AUTOEXAMEN DE SENO, YA SE REALIZO LA MAMOGRAFIA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, GRASAS Y DULCES, REFIERE ANTECEDENTE FAMILIAR DE DM, HTA Y COLESTEROL.	A M X	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR RODOLOFO ANTONIO, OLGA MARIA GARCIA,LAURA SOFÍA OSPINA Y OLGA IRLENY ZAPATA GARCÍA SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES EL JEFE DEL HOGAR ES RODOLFO QUIEN TAMBIÉN CUMPLE EL ROL DE PROVEEDOR Y PROTECTOR, LA SEÑORA OLGA EN LA PRIMERA VISITA MANIFESTÓ QUE HABÍA DEJADO DE TENER UN BUEN APETITO, AL MOMENTO DE LA VISITA DE SEGUIMIENTO LA SEÑORA REFIERE QUE ASISTIÓ AL MEDICO EL CUAL LE BRINDO UN TRATAMIENTO Y UN DESPARACITANTE EL CUAL LE AYUDO A MEJORAR SU APETITO NUEVAMENTE SE RECOMIENDA: -MEJORAR LA COMUNICACIÓN ASERTIVA, HABLAR EN U TONO DE VOZ ADECUADO NO GRITAR - RECONOCER LAS FORTALEZAS DE LA FAMILIA -REALIZAR ACTIVIDADES EN FAMILIA CON EL FIN DE FORTALECER VÍNCULOS	A M B	A M B	A M B
3			A	A	A

CUIDADO INDIVIDUAL POR CURSO DE VIDA

Nº	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1		LA SEÑORA OLGA ZAPATA, REFIERE QUE SUFRE DE DM Y DISLIPIDEMIA, ASISTE A LOS CONTROLES MEDICOS, SE REMITE A SALUD BUCAL, TAMIZAJE VISUAL, 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 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 ORINAR, SANGRADOS, ASFIXIA O RESPIRACION CON ESFUERZO, TEMPERATUTA IGUAL 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
Nº	HALLAZGO		V1	V2	V3
2		OLGA ZAPATA SUFRE DE HIPERTENSIÓN Y DISLIPEDEMIA BAJO TRATAMIENTO MEDICO CADA 3 MESES SE TOMA SUS MEDICAMENTOS A LA HORA ASIGNADA, REFIERE QUE MANEJAN NORMAS Y LIMITES ADECUADOS PARA LA EDAD, REALIZAN ACTIVIDADES PARA EL DESARROLLO MOTRIZ Y SOCIAL CUMPLE CON ESQUEMA DE VACUNACIÓN COMPLETO Y CARNET DE CYD NO REALIZAN ACTIVIDAD FÍSICA Y NO LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN	A M X	A M B	A M B

		SALUDABLE SE RECOMIENDA: -REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA CON MAS FRECUENCIA, CAMINAR, MONTAR BICICLETA -MEJORAR SU ALIMENTACIÓN AUMENTANDO EL CONSUMO DE FRUTA, VERDURAS Y AGUA, DISMINUIR EL CONSUMO DE FRITOS, HARINAS Y AZUCARES -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			
3			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			AMB	AMB	AMB

DILIGENCIADO

POR: ANTONIO OVIEDO
Nombre y Apellidos
Profesión:

ACOMPAÑADO

POR:
Nombre y Apellidos
Profesión: