PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR									Versión 3 30/04/2024
Municipio: Santa Rosa de Cabal		Barrio o Vereda:VILLAS DE SANFERNANDO		DIRECCION :CARRERA 25A NUMERO 24-38			FICHA FAMILIAR NUMERO:2024584		
V1	MES	AÑO	V2	DIA	MES	AÑO	V3	DIA	MES	AÑO
	16-sep	2024		06	10	2024				
Responsable 1: Antonio Oviedo Responsable 2:			Responsable 1:YERALDID GARCIA Responsable 2:ISABEL LOPEZ				Responsable 1: Responsable 2:			
Nombre del Jefe del Hogar: ROSMIRA TAMAYO GIRALDO			NOMBRE DE QUIEN RECIBE LA VISITA : ROSMIRA TAMAYO GIRALDO				N° telefono contacto: 327707682			

VISITA No.	OBSERVACIONES
V1	Se realiza visita de caracterización e identificación de riesgo 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

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1	NO PERMITE EL INGRESO A LA VIVIENDA	**Se encuentra familia Nuclear,German Alonso Arredondo serna, Jhonatan Arredondo Tamayo y quien recibe la visita, es la señora Rosmira Tamayo Giraldo no permite el ingreso a la vivienda, recibe la visita en la puerta, vivienda propia, estructura de la vivienda sin riesgo aparente, cuenta con todos los servicios publicos, cocina con gas domiciliario,no recicla,y cuenta con recoleccion de basuras por parte de la empresa de aseo,no tiene mascotas, con riesgo psicologico bajo porque refiere que se siente triste, menciona que no visita el puesto de salud de el barrio,no la caseta comunal, y si la iglesia, refiere que se relaciona bien con sus vecinos, y busca actividades de mejoramiento para el barrio, refiere que si asistió al odontologo, y no al medico en el ultimo mes,no se a realizado la citologia, no el autoexamen de seno y no la mamografia, con IMCde 39.5 obesidad extrema grado 3,refiere que no realiza ninguna actividad fisica, refiere que consume todo tipo de alimentos frutas verduras legumbres, lacteos, proteinas, no consume grasas y dulce.Antecedentes familiares de HTA.DM.**	A M X X X	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR GERMAN ALONSO ARREDONDO SERNA, JHONATAN ARREDONDO TAMAYO, Y ROSMIRA TAMAYO GIRALDO SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES, LA JEFE DELHOGAR ES ROSMIRA Y EL PROVEEDOR Y PROTECTOR ES GERMAN, LA SEÑORA ROSMIRA REFIERE SENTIRSE TRISTE SIN MOTIVO POR LO CUAL SE RECOMIENDA INICIAR PROCESO PSICOLOGICO CON EL FIN DE BRINDARLE HERRAMIENTAS PARA EL MANEJO DE SUS EMOCIONES ACOMPAÑARLA EN SU PROCESO SE RECOMIENDA: - SABERSE ESCUCHAR, HABLAR EN UN TONO DE VOZ ADECUADO NO GRITAR - REALIZAR ACTIVIDADES EN FAMILIA CON EL FIN DE FORTALECER VINCULOS AFECTIVOS - RECONOCER LAS FORTALEZAS DE LA FAMILIA - TODOS SOMOS UTILES PARA DIFERENTES ACTIVIDADES APOYARSE, ESCUCHARSE Y SOLUCIONAR LOS CONFLICTOS DE LA MEJOR MANERA	A M B	A M B	A M B
3			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 ROSMIRA TAMAYO GIRALDO refiere que Sufre de HTA, DM, se remite a Adultez, citologia,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,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,temperatura igual o mayor a 38grados, con escalofrios,diarrea o vomito prolongado. -cuidado del medio ambiente:reciclar, sembrar,evitar la quema de basuras o fogatasen 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 deteccion temprana de enfermedades.**	A M X	A M B	A M B

N°	HALLAZGO		V1	V2	V3
2		LA SEÑORA ROSMIRA REFIERE QUE SUFRE DIABETES E HIPERTENSION SE ENCUENTRA EN TRATAMIENTO MEDICO CADA 3 MESES SE TOMA SUS MEDICAMNETOS A LA HORA ASIGNADA, REFIERE QUE SU FAMILIA NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGIA CRONICA, NO REALIZAN ACTIVIDAD FISICA Y NO LLEVAN UNA ALIMENTACION SALUDABLE, SE RECOMIENDA: -REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA, 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	A M B	A M B	A M B
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			A M B	A M B	A M B

DILIGENCIADO POR:

Nombre y Apellidos ANTONIO OVIEDO
Profesión:

ACOMPAÑADO POR:

Nombre y Apellidos LILIANA MARIN
Profesión: