PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio: Santa Rosa deCabal			Barrio o Vereda:LA PRADERA			DIRECCION : CALLE 28B NUMERO 21-34			FICHA FAMILIAR NUMERO:2024475		
V1	MES	AÑO	V2	DIA	MES	AÑO	V3	DIA	MES	AÑO	
	25-ago	2024		16	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:SONIA MESA RESTREPO			NOMBRE DE QUIEN RECIBE LA VISITA :SONIA MESA RESTREPO				N° telefono contacto: 3148241430				

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 ELINGRESO A LA VIVIENDA	Se encuentra familia unipersonal, quien recibe la visita es la señora SONIA MESA RESTREPO,no permite el ingreso a la vivienda, recibe la visita en la puerta, vivienda pagan arriendo,estructura de la vivienda sin riesgo aparente, cuenta con todos los servicios publicos, cocina con gas domiciliario, con disposicion de residuos adecuados,y cuenta con recoleccion de basuras por parte de la empresa de aseo, tiene 1perro vacunado, desparacitado,y esterelizado,con riesgo psicologico bajo porque refiere que llora mucho,porque se siente muy sola,menciona que no visita el puesto de salud de el barrio,no la caseta comunal, y no 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 si al medico en el ultimo mes,si se a realizado la citologia, no el autoexamen de seno y si la mamografia, con IMCde 22.3normal,refiere que no realiza ninguna actividad fisica durante la semana,no planifica refiere que consume todo tipo de alimentos, frutas verduras legumbres, lacteos, grasas dulce.	A M x X X	A M B	A M B
2		FAMILIA UNIPERSONAL CONFORMADA POR SONIA MESA SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES, LA JEFE DEL HOGAR PROVEEDORA Y PROTECTORA ES SONIA, AL MOMENTO DE LA PRIMERA VISITA REFIERE SENTIRSE SOLA. AL REALIZAR LA VISITA DE SEGUIMIENTO REFIERE ESTAR INICIANDO UNA RELACIÓN SENTIMENTAL POR LO CUAL YA NO SE SIENTE TAN SOLA AL REALIZAR ACTIVIDADES Y COMPARTIR TIEMPO. SE RECOMIENDA - REALIZAR ACTIVIDADES CON FAMILIA PARA FORTALECER VÍNCULOS - SABERSEN ESCUCHAR, NO GRITAR Y HABLAR EN UN TONO DE VOZ ADECUADO - BUSCAR AYUDA PSICOLÓGICA SI LO CONSIDERA NECESARIO	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 SONIA MESA RESTREPO refiere que no sufre de ninguna patologia,se remite al programa de tamizaje visual,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		SONIA MESA REFIERE NO SUFRIR DE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA,NO REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA Y NO LLEVA UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE POR LO CUAL 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: