PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio: SANTA ROSA DE CABAL	Barrio o Vereda: LA PRADERA	Direccción: CALLE 28 B # 21-19	Ficha familiar No. 2024466

	DIA	MES	AÑO		DIA	MES	AÑO		DIA	MES	AÑO
V1	20	8	2024	V2	15	09	2024	V3			

Responsable 1: ANTONIO OVIEDO Responsable 2:	Responsable 1:yeraldid garcia Responsable 2:isabel lopez	Responsable 1: Responsable 2:

Nombre del Jefe del Hogar: `AGUSTIN TOVAR DUQUE	Nombre de quién recibe la visita: ESTEFANY ALARCON ZULUAGA	N° telefono contacto: 3103939655

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 NUCLEAR, CONFORMADA POR AGUSTIN TOVAR DUQUE, EBEGAIL TOVAR ALARCON Y QUIEN ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA STEFANY ALARCON ZULUAGA, ATIENDE LA VISITA EN LA PUERTA, 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 2 PERROS VACUNADOS, ESTERILIZADOS Y DESPARACITADOS. - LA SEÑORA STEFANY ALARCON , CON RIESGO PSICOLOGICO BAJO, AUNQUE REFIERE QUE TIENE EN OCASIONES DISCUSIONES CON EL ESPOSO Y GRITA, NO ASISTE AL PUESTO DE SALUD NI A LA IGLESIA DE SU BARRIO, SE RELACIONA CON SUS VECINOS, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA Y ODONTOLOGICA EN EL ULTIMO AÑO, NOSE HA REALIZADO LA CITOLOGIA, IMC DE 25 SOBREPESO, ACTIVIDAD FISICA REALIZA 10H A LA SEMANA, PLANIFICACION FAMILIAR CON IMPLANTE SUBDERMICO, SE HACE EL AUTOEXAMEN DE SENO MENSUAL, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, MENOS GRASAS Y DULCES, ANTECEDENTE FAMILIAR DE COLESTEROL, DM, HTA Y CA.	A M X	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR AGUSTIN TOVAR DUQUE, EBEGAIL TOVAR ALARCÓN Y STEFANY ALARCÓN. SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES LA SEÑORA STEFANY ALARCÓN EN LA PRIMERA VISITA REFIRIÓ QUE TENER DISCUSIÓN CON SU ESPOSO, AL MOMENTO DE LA VISITA DE SEGUIMIENTO REFIERE QUE SOLUCIONO LAS DISCUSIONES DIALOGANDO POR LO CUAL S RECOMIENDA. --RECONOCER LAS FORTALEZAS DE LA FAMILIA - REALIZAR ACTIVIDADES EN FAMILIA CON EL FIN DE FORTALECER VÍNCULOS FAMILIARES - SABERSEN ESCUCHAR HABLAR EN UN TONO DE VOZ ADECUADO, NO GRITAR	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 SEÑORAESTEFANY ALARCON, REFIERE QUE NO SUFRE NINGUNA PATOLOGIA, SE REMITE A PROGRAMA DE ADULTEZ, SALUD BUCAL, CITOLOGIA, 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		ESTEANY ALARCON NO SUFRE DE NINGUNA ENFERMEDAD REFIERE QUE SU FAMILIA NO SUFRE DE NINGUNA ENFERMEDAD, REFIERE QUE SU HIJA CUMPLE CON ESQUEMA DE VACUNACIÓN COMPLETO, CARNET DE CYD AL DÍA REALIZAN ACTIVIDADES DE DESARROLLO MOTRIZ Y SOCIAL EN LA NIÑA, VAN A SITIOS DE ESPARCIMIENTO PARA EL ENTRETENIMIENTO NO REALIZAN ACTIVIDAD FÍSICA Y NO LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN 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	A M X	A M B	A M B

		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: