PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio: SANTA ROSA DE CABAL	Barrio o Vereda: LA PRADERA	Direccción: CALLE 28C # 21-69	Ficha familiar No. 2024449

	DIA	MES	AÑO		DIA	MES	AÑO		DIA	MES	AÑO
V1	16	8	2024	V2	11	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: VITORIA ELENA BARCO	Nombre de quién recibe la visita: VICTORIA ELENA BARCO CASTAÑO	N° telefono contacto: 3022767115

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 SEBASTIAN SARASA BARCO, KATHERINE ANDREA SARASA BARCO, JUAN JOSE ALZATE SARASA Y QUIEN ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA VICTORIA ELENA BARCO CASTAÑO, 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, NO TIENE MASCOTAS. -LA SEÑORA VICTORIA ELENA BARCO, CON RIESGO PSICOLOGICO BAJO, AUNQUE REFIERE QUE SE SIENTE CANSADA DE TRABAJAR TODA LA VIDA, NO ASISTE AL PUESTO DE SALUD NI A LA IGLESIA DE SU BARRIO, SE RELACIONA CON SUS VECINOS, NO HA ASISTIDO A CONSULTA MEDICA NI ODONTOLOGICA EN EL ULTIMO AÑO, YA SE REALIZO LA CITOLOGIA, IMC DE 24.1 NORMAL, NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA, SE HACE EL AUTOEXAMEN DE SENO MENSUAL, NO SE HA REALIZADO LA MAMOGRAFIA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, MENOS LACTEOS, GRASAS Y DULCES, REFIERE ANTECEDENTE FAMILIAR DE CA.	A M X	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR SEBASTIAN SARASA BARCO, KATHERINE ANDREA SARASA, JUAN JOSE ALZATE, Y VICTORIA ELENA BARCO SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES LA JEFE DEL HOGAR ES VICTORIA QUIN TAMBIÉN CUMPLE EL ROL DE PROVEEDORA Y PROTECTORA, LA SEÑORA VICTORIA REFIERE CANSANCIO AL TRABAJAR DIARIAMENTE POR LO CUAL SE RECOMIENDA, REALIZAR OTRO TIPO DE ACTIVIDADES QUE LE PERMITAN ENTRETENERSE, SALIR A CAMINAR, LEER Y REALIZAR ACTIVIDADES EN FAMILIA. -MEJORAR LA COMUNICACIÓN ASERTIVA, HABLAR EN UN TONO DE VOZ ADECUADO, NO GRITAR -REALIZAR ACTIVIDADES EN FAMILIA PARA FORTALECER VÍNCULOS AFECTIVOS -RECONOCER LAS FORTALEZAS DE LA FAMILIA, TODOS SOMOS UTILICES PARA DIFERENTES ACTIVIDADES	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 VICTORIA BARCO, REFIERE QUE NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGIA, SE REMITE A PROGRAMA DE ADULTEZ, SALUD BUCAL, 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		VICTORIA BARCO NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA INDICA QUE SU FAMILIA NO SUFRE DE NINGUNA ENFERMEDAD, REFIERE QUE YA ASISTIÓ A SALUD BUCAL SIGUIENDO LAS INDICACIONES DE LA PRIMEA VISITA . NO REALIZA ACTIVIDAD FÍSICA Y NO LLEVA UNA ALIMENTACIÓN ADECUADA POR LO CUAL 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	A M X	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			AMB	AMB	AMB

DILIGENCIADO

POR: ANTONIO OVIEDO
Nombre y Apellidos
Profesión:

ACOMPAÑADO

POR:
Nombre y Apellidos
Profesión: