PLAN INTEGRAL DE CUIDADO FAMILIAR

Versión 3
30/04/2024

Municipio: SANTA ROSA DE CABAL			Barrio o Vereda: LA PRADERA			Direccción: CALLE 28C # 22-55			Ficha familiar No. 2024456				
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:JHON NELSON GRISALES				Nombre de quién recibe la visita: LUZ YENNY COSSIO				N° telefono contacto: 3217049215					

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

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1	NO PERMITE INGRESO A LA VIVIENDA	SE ENCUENTRA FAMILIA NUCLEAR, CONFORMADA POR JUAN CAMILO GRISALES COSSIO, VALERIA COSSIO RODRIGUEZ, JHON NELSON GRISALES MARIN Y QUIEN ATIENDE LA VISITA LA SEÑORA JENNY MARCELA COSSIO RODRIGUEZ, ATIENDE LA VISITA EN LA PUERTA, VIVE EN CASAPAGANDO ARRENDO, 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, ACTIVIDAD LUCRATIVA DENTRO DE LA VIVIENDA (VENTA DE AREPAS), TIENE 1 GATO VACUNADO DESPARACITADO Y ESTERILIZADO. -LA SEÑORA JENNY COSSIO TIENE 35 AÑOS, CON RIESGO PSICOLOGICO BAJO, AUNQUE REFIERE COME MAS DE LO NORMAL PORQUE LE DA ANSIEDAD Y ESTRES CON LA HIJA, ASISTE AL PUESTO DE SALUD Y A LA IGLESIA DE SU BARRIO, SE RELACIONA CON SUS VECINOS, YA ASISTIO A CONSULTA MEDICA Y ODONTOLOGICA EN EL ULTIMO AÑO, YA SE REALIZO LA CITOLOGIA, IMC DE 39.0 OBESIDAD GRADO II, NO REALIZA ACTIVIDAD FISICA, PLANIFICACION FAMILIAR QUIRURGICA, SE HACE EL AUTOEXAMEN DE SENO MENSUAL, NO SE HA REALIZADO LA MAMOGRAFIA, CONSUME TODO TIPO DE ALIMENTOS FRUTAS, VERDURAS, LEGUMBRES, PROTEINAS, LACTEOS, GRASAS Y DULCES, REFIERE ANTECEDENTE FAMILIAR DE DM, HTA, COLESTEROL Y CA.	A M X	A M B	A M B
2		FAMILIA NUCLEAR CONFORMADA POR JUAN CAMILO GRISALES , VALERIA COSSIO RODRIGUEZ, JHON NELSON GRISALES, Y JENNY MARCELA COSSIO SE EVIDENCIA VIVIENDA EN ADECUADAS CONDICIONES HABITABLES, EL JEFE DEL HOGAR ES JHON NELSON GRISALES, TAMBIEN ES EL PROVEEDOR Y PROTECTOR, TIENEN UNA VENTA DE AREPAS DENTRO DE LA VIVIENDA , LA SEÑORA JENNY EN LA PRIMERA VISITA REFIRIÓ ESTRÉS POR DISCUSIONES CON SU HIJA, TAMBIÉN QUE HA ESTADO COMIENDO MAS DE LO NORMAL, SE RECOMIENDA MEJORAR LA COMUNICACIÓN ASERTIVA ESTABLECER NORMAS Y LIMITES ADECUADOS PARA LA EDAD. MEJORAR LA ALIMENTACIÓN INICIAR PROCESO PSICOLÓGICO SI LO CONSIDERA NECESARIO PARA BRINDARLE AYUDA MEJORANDO LAS RELACIONES FAMILIARES Y APRENDIENDO A CONOCER Y MANEJAR LAS EMOCIONES	A M B	A M B	A M B
3			A	A	A

CUIDADO INDIVIDUAL POR CURSO DE VIDA

N°	HALLAZGO	ACTIVIDAD	V1	V2	V3
1		LA SEÑORA JENNY MARCELA COSSIO, REFIERE QUE NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGIA, SE REMITE A 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 38° 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
2		JENNY COSIIO NO SUFRE DE NINGUNA PATOLOGÍA CRÓNICA REFIERE QUE SU FAMILIA NO SUFRE ED ENFERMEDADES, REALIZA ACTIVIDADES PARA EL DESARROLLO MOTRIZ Y SOCIAL CUMPLEN CON ESQUEMA DE VACUNACIÓN COMPLETO Y CARNET DE CRECIMIENTO Y DESARROLLO, NO REALIZAN ACTIVIDAD FÍSICA Y NO LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN ADECUADA 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	A M X	A M B	A M B

		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			A M B	A M B	A M B

DILIGENCIADO

POR: ANTONIO OVIEDO
Nombre y Apellidos
Profesión:

ACOMPAÑADO

POR:
Nombre y Apellidos
Profesión: