HUMANA VITAL S.A.S NIT 900217648-1

HIDROTERAPIA (CUNDEPORTES)

Nombre del paciente: Andrea del Pilar Forero CC. TI. CE: 52538034

Nombre del acudiente: Mona Bolivar Parentesco: Madre CC: _____

Observaciones o Diagnostico: Fractura del platillo tibial 3522.

FECHA	HORA	FIRMA DE PACIENTE O ACUDIENTE	FECHA	HORA	FIRMA DE PACIENTE O ACUDIENTE
03 Dic	9 am	Andrea del Pilar Forero			
03 Dic	9am	Andrea del Pilar Forero			
03 Dic	10am	Andrea del Pilar Forero			
09 Dic	16 pm	Andrea del Pilar Forero			
11 Dic	15 pm	Andrea del Pilar Forero			

Nombre del terapeuta: Nidy Elena Madera Firma: Nidy Elena Madera Registro 41534.

Scanned with CamScanner

HUMANA-VITAL S.A.S NIT 900217648-1

Lugar y fecha de emisión:
FUNZA, lunes, 23 de diciembre de 2024 16:20:05

HISTORIA CLINICA FISIOTERAPIA No. 52.538.024

DATOS PERSONALES

Nombres y apellidos	ANDREA DEL PILAR FORERO BOLIVAR	
Identificación	CC 52.538.024 Edad: 45 años, 2 meses y 10 días	
Nacimiento	SIN INFORMACION (SIN INFORMACION) sábado, 13 de octubre de 1979	
Residencia	FUNZA Dirección: CRA 20 A NRO 9 A 57 Teléfono: 3167905403	
Ocupación	9999 - SIN INFORMACIÓN Escolaridad: SIN INFORMACION	
Responsable	..... Parentesco: ..... Teléfono:	
Acompañante	Parentesco: Teléfono:	
Entidad	CUNDEPORTES EAPB: EPS002 - SALUD TOTAL Tipo usuario: 12 PARTICULAR	
Estado civil	SOLTERO (Estrato:) Raza: BLANCO (Etnia: HISPANO O LATINO)	Sexo: MUJER
Discapacidad	NINGUNA Religión:	G.S. y RH:

FECHA CONSULTA: martes, 3 de diciembre de 2024 13:24:11 - EDAD: 45 años, 2 meses y 9 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 09/00 Hora de salida: 10/00 No. de sesión: 3
CONDUCTA: Hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: La sesión comenzó con un enfoque en mejorar la movilidad articular y reducir la rigidez en la rodilla afectada. Iniciamos con caminatas suaves en el agua, de aproximadamente 5 minutos, para favorecer la circulación y activar la musculatura de la pierna sin sobrecargar la articulación. Durante la caminata, el paciente trabajó en mantener una postura erguida, activando los músculos del Core para mejorar la estabilidad de la pierna.

Luego, realizamos ejercicios de movilidad articular en la rodilla. Con una flexión y extensión controlada, se promovió un rango de movimiento suave, evitando cualquier tipo de dolor. Cada movimiento se repitió 8 veces por pierna, en 2 series. Durante estos ejercicios, el paciente mostró una ligera limitación en la flexión de rodilla, alcanzando un máximo de 90° de flexión debido al dolor.

A continuación, realizamos ejercicios de fortalecimiento muscular de la pierna, con especial énfasis en el cuádriceps y los músculos estabilizadores de la rodilla. Utilizamos una banda elástica de baja resistencia para realizar extensiones de rodilla y flexiones de cadera, realizando 3 series de 10 repeticiones por ejercicio. Al final de la sesión, el paciente reportó una ligera disminución del dolor (EVA 7/10) y una sensación de alivio en la pierna afectada.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: S822-FRACTURA DE LA DIAFISIS DE LA TIBIA Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: jueves, 5 de diciembre de 2024 13:25:17 - EDAD: 45 años, 2 meses y 9 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 09/00 Hora de salida: 10/00 No. de sesión: 4
CONDUCTA: Hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: En esta sesión, se continuó con la caminata acuática, esta vez aumentando la duración a 7 minutos para favorecer una mayor circulación y ayudar al paciente a ganar confianza en el uso de la pierna afectada. Durante la caminata, se alternaron movimientos hacia adelante, hacia atrás y laterales para trabajar en la movilidad general de la rodilla y el tobillo, sin forzar el movimiento.

A continuación, se realizaron ejercicios de movilidad articular, con una mayor amplitud en los movimientos de flexión y extensión de la rodilla. El paciente logró aumentar la flexión de rodilla a 100°, pero con ligeros síntomas de dolor, por lo que se ajustaron los ejercicios a un rango de movimiento cómodo para él. Estos movimientos se repitieron 10 veces por pierna en 2 series.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: S822-FRACTURA DE LA DIAFISIS DE LA TIBIA Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: jueves, 5 de diciembre de 2024 13:26:12 - EDAD: 45 años, 2 meses y 9 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 10/00 Hora de salida: 11/00 No. de sesión: 5
CONDUCTA: Hidroterapia.

Scanned with CamScanner

TRABAJO REALIZADO: En esta sesión, se continuó con la caminata acuática, con una duración de 8 minutos. Se incluyó el trabajo de caminata lateral para mejorar la movilidad de la rodilla y el tobillo, y se animó al paciente a trabajar en la activación de los músculos estabilizadores del tobillo durante los movimientos laterales.

Se continuaron los ejercicios de movilidad articular en la rodilla, con una mayor flexión de la rodilla. El paciente alcanzó una flexión de 110°, sin experimentar dolor intenso, lo que indicó un progreso en el rango de movimiento. Estos movimientos se repitieron 12 veces por pierna en 2 series.

En cuanto al fortalecimiento muscular, se incorporaron más ejercicios de resistencia, como la extensión de rodillas y la flexión de caderas utilizando bandas elásticas de mayor resistencia. Se trabajó en 3 series de 12 repeticiones, manteniendo una intensidad moderada para evitar la sobrecarga. Además, se realizó un ejercicio de estabilización de rodilla, pidiendo al paciente que mantuviera la pierna en una posición ligeramente flexionada durante 30 segundos, trabajando los músculos estabilizadores.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: S822-FRACTURA DE LA DIAFISIS DE LA TIBIA Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: lunes, 9 de diciembre de 2024 13:24:11 - EDAD: 45 años, 2 meses y 9 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 09/00 Hora de salida: 10/00 No. de sesión: 6
CONDUCTA: Hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: La sesión comenzó con un enfoque en mejorar la movilidad articular y reducir la rigidez en la rodilla afectada. Iniciamos con caminatas suaves en el agua, de aproximadamente 5 minutos, para favorecer la circulación y activar la musculatura de la pierna sin sobrecargar la articulación. Durante la caminata, el paciente trabajó en mantener una postura erguida, activando los músculos del Core para mejorar la estabilidad de la pierna.

Luego, realizamos ejercicios de movilidad articular en la rodilla. Con una flexión y extensión controlada, se promovió un rango de movimiento suave, evitando cualquier tipo de dolor. Cada movimiento se repitió 8 veces por pierna, en 2 series. Durante estos ejercicios, el paciente mostró una ligera limitación en la flexión de rodilla, alcanzando un máximo de 90° de flexión debido al dolor.

A continuación, realizamos ejercicios de fortalecimiento muscular de la pierna, con especial énfasis en el cuádriceps y los músculos estabilizadores de la rodilla. Utilizamos una banda elástica de baja resistencia para realizar extensiones de rodilla y flexiones de cadera, realizando 3 series de 10 repeticiones por ejercicio. Al final de la sesión, el paciente reportó una ligera disminución del dolor (EVA 7/10) y una sensación de alivio en la pierna afectada.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: S822-FRACTURA DE LA DIAFISIS DE LA TIBIA Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: miércoles, 11 de diciembre de 2024 13:25:17 - EDAD: 45 años, 2 meses y 9 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 09/00 Hora de salida: 10/00 No. de sesión: 7
CONDUCTA: Hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: En esta sesión, se continuó con la caminata acuática, esta vez aumentando la duración a 7 minutos para favorecer una mayor circulación y ayudar al paciente a ganar confianza en el uso de la pierna afectada. Durante la caminata, se alternaron movimientos hacia adelante, hacia atrás y laterales para trabajar en la movilidad general de la rodilla y el tobillo, sin forzar el movimiento.

A continuación, se realizaron ejercicios de movilidad articular, con una mayor amplitud en los movimientos de flexión y extensión de la rodilla. El paciente logró aumentar la flexión de rodilla a 100°, pero con ligeros síntomas de dolor, por lo que se ajustaron los ejercicios a un rango de movimiento cómodo para él. Estos movimientos se repitieron 10 veces por pierna en 2 series.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: S822-FRACTURA DE LA DIAFISIS DE LA TIBIA Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

Scanned with CamScanner