HUMANA VITAL S.A.S NIT 900217648-1

HIDROTERAPIA (CUNDEPORTES)

Nombre del paciente: Clara ines Alfonso de. TI. CE: 41433280

Nombre del acudiente: _____ Parentesco: _____ CC: _____

Observaciones o Diagnostico: Artrosis degenerativa y manguito rotador.

FECHA	HORA	FIRMA DE PACIENTE O ACUDIENTE	FECHA	HORA	FIRMA DE PACIENTE O ACUDIENTE
03 Dic	10 Am	Clara ines Alfonso	13 Dic	15 Pm	Clara ines Alfonso
04 Dic	10 Am	Clara ines Alfonso	13 Dic	16 Pm	Clara ines Alfonso
05 Dic	10 Am	Clara ines Alfonso	17 Dic	10 Am	Clara ines Alfaso
11 Dic	4 Pm	Clara ines Alfonso	18 Dic	10 Am	Clara ines Alfonso
11 Dic	5 Pm	Clara ines Alfonso	20 Dic	10 Am	Clara ines Alfonso

Nombre del terapeuta: Nily Elena Urdaneta Firma: Nily Elena Urdaneta Registro 41334.

Scanned with CamScanner

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

Lugar y fecha de emisión:
FUNZA, lunes, 23 de diciembre de 2024 16:10:13

HISTORIA CLINICA FISIOTERAPIA No. 41.453.280

DATOS PERSONALES

Nombres y apellidos	CLARA INES ALONSO PRIETO	
Identificación	CC 41.453.280 Edad: 75 años, 8 meses y 27 días	
Nacimiento	BOGOTA (CUNDINAMARCA) sábado, 26 de marzo de 1949	
Residencia	FUNZA Dirección: CLL 10A # 11 - 31 CENTRO Teléfono: 3133053639	
Ocupación	HOGAR Escolaridad: SIN INFORMACION	
Responsable	MARIA DE LOS ANGELES ALONSO Parentesco: HERMANA Teléfono: 3108095018	
Acompañante	Parentesco: Teléfono:	
Entidad	CUNDEPORTES EAPB: EPS 005 - EPS SANITAS S.A Tipo usuario: 04 SUBSIDIADO	
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 15:04:51 - EDAD: 75 años, 8 meses y 26 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 10 Hora de salida: 11 No. de sesión: 11
CONDUCTA: hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: La sesión comienza con respiración profunda y ejercicios de movilidad pasiva, especialmente para las caderas y rodillas, para aumentar el rango de movimiento sin causar dolor. Luego, se incorporan movilizaciones activas suaves con la flotabilidad del agua, buscando mejorar la flexibilidad de las articulaciones afectadas. Además, se realizan ejercicios de fortalecimiento muscular enfocados en las extremidades inferiores, en particular los cuádriceps y glúteos. Se complementa con ejercicios de equilibrio para mejorar la estabilidad general.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M150-(OSTEO)ARTROSIS PRIMARIA GENERALIZADA Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: miércoles, 4 de diciembre de 2024 15:06:53 - EDAD: 75 años, 8 meses y 26 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 10 Hora de salida: 11 No. de sesión: 12
CONDUCTA: hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: Se inicia la sesión con respiración profunda y movilizaciones pasivas para relajación y mejora de la movilidad. Se realizan ejercicios activos de flexión y extensión de las piernas y caderas, con una intensidad moderada. Se agrega un trabajo de resistencia suave, utilizando el agua para realizar contracciones isométricas, lo que fortalece los músculos de las extremidades inferiores. También se incorporan ejercicios de estabilidad y equilibrio dinámico para mejorar el control postural.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M150-(OSTEO)ARTROSIS PRIMARIA GENERALIZADA 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 15:14:09 - EDAD: 75 años, 8 meses y 26 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 10 Hora de salida: 11 No. de sesión: 13
CONDUCTA: hidroterapia
TRABAJO REALIZADO: Se comienzan las movilizaciones suaves y progresivas, enfocadas en la flexión y extensión de la rodilla y la cadera. Los ejercicios de fortalecimiento muscular se incrementan ligeramente, con el objetivo de aumentar la resistencia y capacidad muscular. Se siguen realizando movimientos de rotación de la cadera y la rodilla, buscando aumentar la flexibilidad. Se incorporan ejercicios de equilibrio para trabajar la estabilidad y la postura general.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M150-(OSTEO)ARTROSIS PRIMARIA GENERALIZADA 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 15:16:29 - EDAD: 75 años, 8 meses y 26 días

Scanned with CamScanner

EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 4 Hora de salida: 5 No. de sesión: 14
CONDUCTA: hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: La sesión comienza con respiración profunda y ejercicios pasivos de movilización articular. Se realizan movimientos activos controlados para la cadera y las rodillas, con un enfoque en la flexión y extensión progresiva. Los ejercicios de fortalecimiento incluyen contracciones más intensas de los músculos de las piernas, glúteos y cuádriceps. Se añaden ejercicios de estiramiento para mejorar la flexibilidad y la amplitud de movimiento.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M150-(OSTEO)ARTROSIS PRIMARIA GENERALIZADA Tipo: CONFIRMADO NUEVO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: miércoles, 11 de diciembre de 2024 15:17:50 - EDAD: 75 años, 8 meses y 26 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 5 Hora de salida: 6 No. de sesión: 15
CONDUCTA: hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: Se realiza un trabajo de respiración profunda y movilizaciones pasivas para liberar tensión. Los ejercicios de movilidad activa en la cadera y la rodilla continúan con mayor amplitud. Se aumenta la resistencia en los ejercicios de fortalecimiento muscular, enfocados en las extremidades inferiores. Además, se incluyen movimientos de rotación de la cadera y trabajo de equilibrio, siempre con el objetivo de mejorar la estabilidad general.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): realizar plan casero
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M150-(OSTEO)ARTROSIS PRIMARIA GENERALIZADA Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: viernes, 13 de diciembre de 2024 15:18:13 - EDAD: 75 años, 8 meses y 26 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 15 Hora de salida: 16 No. de sesión: 16
CONDUCTA: hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: La sesión comienza con respiración y movilizaciones articulares suaves para preparar al paciente. Los ejercicios activos en el agua incluyen más trabajo de resistencia para los músculos de las piernas y caderas. También se incorporan movimientos de flexión, extensión y rotación para mejorar el rango de movimiento. Al final de la sesión, se realizan ejercicios de estiramiento para seguir mejorando la flexibilidad.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M150-(OSTEO)ARTROSIS PRIMARIA GENERALIZADA Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: viernes, 13 de diciembre de 2024 15:20:11 - EDAD: 75 años, 8 meses y 26 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 16 Hora de salida: 17 No. de sesión: 17
CONDUCTA: hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: Se comienza con respiración profunda y movilizaciones suaves. La sesión incluye ejercicios activos de resistencia en el agua, enfocándose en los músculos de las extremidades inferiores y los glúteos. Se continúa con la mejora del rango de movimiento, enfocándose en la cadera y la rodilla. Además, se añaden ejercicios de equilibrio para seguir trabajando la estabilidad.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M150-(OSTEO)ARTROSIS PRIMARIA GENERALIZADA Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: martes, 17 de diciembre de 2024 15:21:24 - EDAD: 75 años, 8 meses y 26 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 10/00 Hora de salida: 11/00 No. de sesión: 18
CONDUCTA: Hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: Se inicia con respiración profunda y movilizaciones articulares, seguidas de ejercicios de fortalecimiento muscular para las piernas y la cadera. Se realizan movimientos controlados de flexión y extensión de la rodilla y la cadera, con especial énfasis en el rango de movimiento. Al final de la sesión, se realiza un trabajo de estiramiento para seguir mejorando la flexibilidad.

Scanned with CamScanner

OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): R
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M150-(OSTEO)ARTROSIS PRIMARIA GENERALIZADA Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: miércoles, 18 de diciembre de 2024 15:22:20 - EDAD: 75 años, 8 meses y 26 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 10/00 Hora de salida: 11/00 No. de sesión: 19
CONDUCTA: Hidroterapia
TRABAJO REALIZADO: Se comienza con respiración profunda y movimientos pasivos para preparar las articulaciones. Los ejercicios activos de fortalecimiento muscular se enfocan en las extremidades inferiores y los glúteos. Se continúan los movimientos de flexión y extensión de la cadera y la rodilla, y se realiza trabajo de equilibrio para mejorar la estabilidad postural.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): realizar plan casero.
El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M150-(OSTEO)ARTROSIS PRIMARIA GENERALIZADA Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

FECHA CONSULTA: viernes, 20 de diciembre de 2024 15:23:51 - EDAD: 75 años, 8 meses y 26 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 10 Hora de salida: 11 No. de sesión: 20
CONDUCTA: hi
TRABAJO REALIZADO: La sesión comienza con respiración y movilizaciones articulares suaves para preparar al paciente. Los ejercicios activos en el agua incluyen más trabajo de resistencia para los músculos de las piernas y caderas. También se incorporan movimientos de flexión, extensión y rotación para mejorar el rango de movimiento. Al final de la sesión, se realizan ejercicios de estiramiento para seguir mejorando la flexibilidad.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Valoración Final en Hidroterapia – Artrosis
Dolor (EVA):

- Inicial: 6/10.
- Final: 0/10.

Movilidad Articular (Goniometría):

- Cadera: Flexión aumentada de 70° a 110°, y extensión de 10° a 30°.
- Rodillas: Flexión aumentada de 80° a 120°.

Funcionalidad:
El paciente ha experimentado una mejora significativa en la movilidad de las articulaciones afectadas, especialmente en la cadera y las rodillas. La flexibilidad ha aumentado considerablemente, y el dolor ha desaparecido por completo. La estabilidad postural también ha mejorado, lo que le permite realizar actividades diarias sin dificultad.
Recomendaciones:

- Continuar con ejercicios de fortalecimiento en agua para mantener la movilidad y evitar futuras limitaciones.
- Realizar estiramientos regulares para mantener la flexibilidad.
- Mantener una rutina de ejercicios de equilibrio para prevenir caídas y mejorar la estabilidad.

El paciente ingresa y sale en adecuadas condiciones, finaliza la sesión sin novedad: SI
DIAGNÓSTICOS
Principal: M150-(OSTEO)ARTROSIS PRIMARIA GENERALIZADA Tipo: CONFIRMADO REPETIDO
Dr.(a). NILY ESTEFANIA MENDOZA CC No. 1.007.669.016 - FISIOTERAPIA - R.M. 1007669016

Scanned with CamScanner