HUMANA VITAL S.A.S NIT 900217648-1

HIDROTERAPIA (CUNDEPORTES)

Nombre del paciente: Clara Ines castaneda CC. TI. CE: 20736439

Nombre del acudiente: Valeria Ospina Parentesco: Nieta CC: _____

Observaciones o Diagnostico: Artrosis degenerativa y osteoporosis (M150)

FECHA	HORA	FIRMA DE PACIENTE O ACUDIENTE	FECHA	HORA	FIRMA DE PACIENTE O ACUDIENTE
04 Dic	08	CLARA INES CASTANEDA	19 Dic	8am	CLARA INES CASTANEDA
09 Dic	15 Pm	CLARA INES CASTANEDA			
11 Dic	15 pm	CLARA INES CASTANEDA			
13 Dic	15 Pm	CLARA INES CASTANEDA			
17 Dic	8 am	CLARA INES CASTANEDA			

Nombre del terapeuta: Nily Estefania Mendoza Firma: [signature] 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 16:15:14

HISTORIA CLINICA FISIOTERAPIA No. 20.736.439

DATOS PERSONALES

Nombres y apellidos	CLARA INES CASTAÑEDA PINZON	
Identificación	CC 20.736.439 Edad: 64 años, 2 meses y 26 días	
Nacimiento	CHIA (CUNDINAMARCA) martes, 27 de septiembre de 1960	
Residencia	FUNZA Dirección: ZUAME BLOQUE 25 CASA 27 Teléfono: 2917220/3144733773	
Ocupación	9999 - SIN INFORMACIÓN Escolaridad: SIN INFORMACION	
Responsable	VALERIA OSPINA Parentesco: NIETA Teléfono: 3167203476	
Acompañante	VALERIA OSPINA Parentesco: NIETA Teléfono: 3167203476	
Entidad	CUNDEPORTES EAPB: EPS017 - FAMISANAR Tipo usuario: 12 PARTICULAR	
Estado civil	SOLTERO (Estrato: 2) Raza: BLANCO (Etnia: HISPANO O LATINO)	Sexo: MUJER
Discapacidad	NINGUNA Religión: OTRO	G.S. y RH: O+

FECHA CONSULTA: miércoles, 4 de diciembre de 2024 14:40:27 - EDAD: 64 años, 2 meses y 25 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 08/00 Hora de salida: 09/00 No. de sesión: 17
CONDUCTA: hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: La sesión comienza con ejercicios de respiración profunda y relajación para reducir la tensión muscular. Se realizan movilizaciones pasivas de las articulaciones más afectadas (cadera, rodillas y columna) para mejorar la flexibilidad y la movilidad sin sobrecargar las articulaciones. Posteriormente, se integran movimientos de bajo impacto para la musculatura de las extremidades inferiores y superiores, utilizando la flotabilidad del agua para reducir el peso y el estrés sobre las articulaciones. También se incluyen movimientos de fortalecimiento suave de los músculos glúteos, cuádriceps y bíceps femoral.
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: lunes, 9 de diciembre de 2024 14:41:29 - EDAD: 64 años, 2 meses y 25 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 15 Hora de salida: 16 No. de sesión: 18
CONDUCTA: hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: Se comienza con ejercicios de respiración profunda, seguidos de movilizaciones pasivas y activas asistidas para mejorar la movilidad articular, especialmente en la cadera y rodillas. El agua se utiliza para proporcionar soporte y permitir movimientos sin dolor. Se añaden ejercicios de resistencia para fortalecer la musculatura de las piernas, como contracciones de cuádriceps y glúteos, con bajo impacto. Al final de la sesión, se realiza un estiramiento suave de los músculos de la cadera y muslos.
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 14:43:42 - EDAD: 64 años, 2 meses y 25 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 15 Hora de salida: 16 No. de sesión: 19
CONDUCTA: hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: La sesión comienza con respiración profunda y movilizaciones suaves en las articulaciones de la cadera, rodillas y columna. Se intensifican los ejercicios de fortalecimiento de bajo impacto, utilizando el agua para realizar contracciones isométricas de los músculos de las piernas y los glúteos. Se agregan ejercicios de equilibrio, para mejorar la estabilidad de las piernas y prevenir caídas, un área crucial debido a la osteoporosis. También se incluyen estiramientos suaves para mejorar 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

Scanned with CamScanner

FECHA CONSULTA: viernes, 13 de diciembre de 2024 14:43:40 - EDAD: 64 años, 2 meses y 25 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 15/00 Hora de salida: 16/00 No. de sesión: 20
CONDUCTA: hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: Iniciamos con ejercicios de respiración y movilizaciones suaves de las extremidades inferiores y superiores. Se realiza un trabajo de fortalecimiento de los músculos de las piernas y glúteos, con ejercicios de contracción isométrica y movimientos de bajo impacto. Se continúa trabajando en el equilibrio y la estabilidad, con ejercicios que estimulan la conciencia corporal. Se incluyen estiramientos controlados para mejorar la movilidad y reducir la rigidez articular.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): realizar pan 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 14:44:00 - EDAD: 64 años, 2 meses y 25 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 08/00 Hora de salida: 09/00 No. de sesión: 21
CONDUCTA: hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: La sesión comienza con respiración profunda y movilizaciones activas en las articulaciones de la cadera, rodillas y columna. Se continúa con ejercicios de fortalecimiento muscular, utilizando la resistencia del agua para trabajar los músculos de las piernas, muslos y glúteos. Se añaden ejercicios para mejorar la movilidad en la columna vertebral, enfocándose en movimientos de flexión, extensión y rotación controlados. Además, se incorporan ejercicios de equilibrio dinámico en el agua para mejorar la estabilidad.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Realiza 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, 19 de diciembre de 2024 10:13:41 - EDAD: 64 años, 2 meses y 26 días
EVOLUCION TERAPEUTICA
Hora de ingreso: 08/00 Hora de salida: 09/00 No. de sesión: 22
CONDUCTA: hidroterapia.
TRABAJO REALIZADO: En esta sesión, se inicia con respiración profunda, seguida de movilizaciones controladas en las articulaciones de la cadera, rodillas y columna. Se prosigue con ejercicios de fortalecimiento, centrándose en la musculatura de las piernas y la columna vertebral. Se incluyen ejercicios de equilibrio estático y dinámico para seguir mejorando la estabilidad. También se realizan estiramientos suaves de los flexores y extensores de las caderas y piernas.
Observaciones:
El dolor articular ha disminuido considerablemente (EVA 1/10). La movilidad en la cadera y rodillas ha mejorado significativamente, con un mayor rango de flexión y extensión. La flexibilidad de la columna también ha mejorado, y el paciente informa sentir menos rigidez general. Se observa un mayor control postural y equilibrio.
OBSERVACIONES Y RECOMENDACIONES (plan casero): Valoración Final en Hidroterapia – Artrosis y Osteoporosis
Dolor (EVA):
Inicial: Rodillas y caderas 6/10.
Final: Rodillas y caderas 1/10.
Movilidad Articular (Goniometría):
Cadera: La flexión aumentó de 70° a 90° y la extensión de 10° a 20°.
Rodillas: La flexión aumentó de 80° a 100°.
Funcionalidad:
El paciente ha mejorado significativamente en términos de movilidad articular en las rodillas y caderas. La flexibilidad en la columna también ha mostrado avances. El dolor ha disminuido considerablemente, y el paciente ha logrado mejorar la estabilidad y el control postural. El trabajo de equilibrio en el agua ha sido fundamental para la mejora en la funcionalidad general, permitiendo al paciente realizar actividades diarias con mayor facilidad y sin dolor significativo.
Espasticidad:
La espasticidad ha disminuido notablemente, especialmente en las extremidades inferiores. La musculatura se ha relajado y se ha aumentado la amplitud de movimiento.
Recomendaciones:
Continuar con ejercicios de fortalecimiento muscular en el agua para mantener los avances conseguidos.
Realizar estiramientos periódicos para seguir mejorando la flexibilidad.
Mantener el trabajo de equilibrio y estabilidad para prevenir caídas, dada la osteoporosis.

Scanned with CamScanner

Reevaluar en próximas sesiones para ajustar el tratamiento conforme a los progresos.
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