ESTRATEGIA ATENCION PRIMARIA EN SALUD - FORMATO PLAN DE CUIDADO INTEGRAL								
FECHA: 01-12-2025	BARRIO: SAN TANDER				VEREDA:	DIRECCIÓN DE VIVIENDA: CALLE 49 1-16		
NOMBRE DEL PROFESIONAL QUE REALIZA LA VISITA: Olga Lucia Ardila Alarcon					PERFIL:	Enfermera		
NOMBRE DE QUIÉN RECIBE LA VISITA ZHARIT CATALINA YOPASA					ROL EN LA FAMILIA	AMA DE CASA		
PRIMERA VEZ	X	FECHA	SEGUIMIENTO		FECHA	FECHA	FECHA	FECHA
PRINCIPALES HALLAZGOS (RESUMEN DE LA CARACTERIZACIÓN)								

RUTA MATERNO PERINATAL

NOMBRE USUARIO:			RC: TI: CC:X OTRO:	N° 1069256962	EDAD: 20 AÑOS			FECHA DE NACIMIENTO: 16/12/2004	TELEFONO
ZHARID CATALINA YOPASA									3212906737
ITEMS	SI	NO	EPS: COMPENSAR	PESO: 95,5 KG	TALLA: 1,60 CM				SISBEN:
ANTECEDENTES PERSONALES									
ITS		X	FECHA:	ANTECEDENTES MÉDICOS	SI	NO		PATRON ALTERADO: SI X NO	
HIPERTENSION		X	FECHA:	ENFERMEDAD DE BASE		X		CUAL: METABOLICO Y NUTRICION	
DIABETES	x		FECHA:	MEDICAMENTOS PRESCRITOS			CUALES:	DIAGNOSTICO DE ENFERMERIA **Patrón nutricional–metabólico alterado** **Relacionado con:** diabetes e hipotiroidismo durante el embarazo. **Evidenciado por:** necesidad de glucometría diaria y riesgo de descompensaciones. Riesgo de descompensación glucémica por poca adherencia al tratamiento. Riesgo de infección persistente o recurrente dado el antecedente de IVU. Riesgo aumentado de preeclampsia por obesidad y diabetes. Riesgo de macrosomía fetal y complicaciones en el parto. Riesgo psicosocial: falta de adherencia y posible falta de percepción del riesgo. Antecedentes familiares que aumentan riesgo metabólico (diabetes).	
TRASTORNO CONVUSLIVO		X	FECHA:			X			
			CUAL: FECHA:						
			FECHA:						
			FECHA:	TENSION ARTERIAL			110/70		
MÉTODO DE PLANIFICACION FAMILIAR Y ASESORIA	X		CUAL: FECHA:	FRECUENCIA CARDIACA			87		
VACUNACION	X		PENDIENTE	FRECUENCIA RESPIRATORIA			18		
ÚLTIMA GESTACIÓN			N/A	SATURACION			95		
TAMIZAJE DE CANCER DE PROSTATA									
TAMIZAJE DE CANCER DE MAMA (MAMOGRAFIA O ECOGRAFIA MAMARIA)		N/A	FECHA:						

RUTA MATERNO PERINATAL

ANTECEDENTES PERSONALES	SI	NO
INFECCION DE TRANSMISIÓN SEXUAL		X
HIPERTENSION		X
DIABETES	X	
TRASTORNO CONVUSLIVO		X
EPILEPSIA		X
ENFERMEDAD RENAL		X
OTROS:		
ANTECEDENTES GINECOLOGICOS	SI	NO
FORMULA OBSTETRICA	X	
CONSULTA PRECONCEPCIONAL		X
DEPRESION		X
ANTICONCEPCION		X
ANTECEDENTES CLINICOS	x	

EMBARAZO ACTUAL	SI	NO
CONSULTA PRECONCEPCIONAL		X
INTERRUPCIÓN VOLUNTARIA DEL EMBARAZO		X
ATENCION PARA EL CUIDADO PRENATAL	X	
VALORACION ODONTOLOGICA	X	
VALORACION POR NUTRICION	X	
VALORACION POR PSICOLOGIA	X	
VALORACIOIN POR GINECOOSTETRICIA	X	
SEMANA GESTACIONAL	33	
TRIMESTRE EN EL QUE SE ENCUENTRA	1	2 X 3
FUR	26/06/2025	
FPP	03/04/2026	
NUMERO CONTROLES PRENATALES	3	
CURSO DE PREPARACIÓN PARA LA MATERNIDAD Y PATERNIDAD.	10-2025	
FECHA DE INICIO DEL PRIMER CONTROL	12/08/2025	
FECHA DEL ULTIMO CONTROL	10/11/2025	
LABORATORIOS TOMADOS	x1	x2 3
TOMA MICRONUTRIENTES	X	
TOMA DE CITOLOGIA	X	
ECOGRAFIAS	X	
CUALES: 1,2		
HA PRESENTADO SIGNOS DE ALARMA		X
CUALES:		

VALORACION FISICA	
FRECUENCIA CARDIACA 87	
FRECUENCIA RESPIRATORIA	
TEMPERATURA 36,5	
TENSION ARTERIAL 110/70	
PESO 95,5 KG	
TALLA 1,60 CM	
IMC 37,1	
ALTURA UTERINA 25	

PATRON ALTERADO : METABOLICO-NUTRICIONAL

DIAGNOSTICO DE ENFERMERIA

Riesgo de glucemia inestable

IMC 37.1 = Obesidad grado II
Esto implica un alto riesgo obstétrico y metabólico, especialmente en una gestante diabética.
Relacionado con: diabetes gestacional/ pregestacional, alimentación irregular y ayunos prolongados.
Control prenatal – seguimiento por diabetes, sobrepeso y tratamiento por infección urinaria.

PLAN DE CUIDADO FAMILIAR									
NOMBRE DEL JEFE DEL HOGAR	NOMBRE DE QUIÉN RECIBE LA VISITA			INTERVENCIÓN Y SEGUIMIENTOS				CANALIZADO A: (Registre solo si aplica)	OBSERVACIONES	RESPONSABLE (Registre solo el perfil)
				1	2	3	4			
FECHA	HALLAZGOS RELEVANTES IDENTIFICADOS EN LA FAMILIA	COMPROMISOS ADQUIRIDOS CON LA FAMILIA	C							
	La familia reconoce antecedentes de enfermedades crónicas (diabetes y cáncer). Se evidencia preocupación por el estado de salud de la gestante. Familia estructurada que asiste a controles médicos. Se percibe necesidad de fortalecer el apoyo para mejorar adherencia al tratamiento.	Acompañar y supervisar el cumplimiento del tratamiento antibiótico (cefalexina) según indicación. Promover y apoyar la adherencia a controles prenatales y exámenes. Ayudar con la organización de horarios de medicamentos y alimentación. Estimular hábitos alimentarios saludables dentro del entorno familiar. Reportar signos de alarma de manera oportuna.	**Signos y Síntomas de Alarma** ✓ Sangrado vaginal ✓ Dolor abdominal intenso o contracciones regulares ✓ Fiebre o síntomas urinarios persistentes (disuria, ardor, mal olor) ✓ Visión borrosa, cefalea intensa ✓ Hinchazón marcada en manos, pies o cara ✓ Hipoglucemia (mareo, sudoración, temblor) ✓ Movimientos fetales disminuidos ✓ Glucometrías fuera de metas **Alimentación Saludable (Gestante Diabética)** ✓ Distribuir comidas: 3 principales + 2–3 meriendas.							

			✓ Evitar azúcares simples, bebidas gaseosas y alimentos ultra procesados ✓ Incluir vegetales, proteínas magras, carbohidratos complejos y frutas con control. ✓ Mantener hidratación adecuada. ✓ Evitar ayunos prolongados. **Importancia de los Controles Prenatales** ✓ Reducen riesgo materno-fetal. ✓ Evaluación del crecimiento fetal y estado metabólico. ✓ Ajuste de medicamentos para diabetes. ✓ Detección temprana de complicaciones como preeclampsia. **Estilos de Vida Saludable** ✓ Realizar actividad física ligera aprobada (caminatas cortas). ✓ Evitar el sedentarismo. ✓ Mantener higiene del sueño. ✓ Evitar consumo de café excesivo o bebidas energéticas.

FORTALEZAS DE LA FAMILIA:
Presentan controles al día.

Tienen disposición a recibir educación.

Demuestran interés en apoyar a la gestante.

Capacidad de acompañamiento en citas y recordatorios**.**

PLAN DE CUIDADO INDIVIDUAL

No	**NOMBRE INTEGRANTE DE LA FAMILIA (De mayor a menor edad)**	**EDAD**	**SEXO**		**PARENTESCO**	**RIESGOS IDENTIFICADOS**	**FECHA DE LA INTERVENCION**	**INTERVENCION REALIZADA**	**INTERVENCIÓN Y SEGUIMIENTOS**				**CANALIZADO A: (Registre solo si aplica)**	**OBSERVACIONES (Registre solo si aplica)**	**RESPONSABLE (Registre solo el perfil)**
			M	**F**					**1**	**2**	**3**	**4**			
1	ZHARIT CATALINA YOPASA	20		x	Gestante	**Relacionado con:** diabetes e hipotiroidismo durante el embarazo. **Evidenciado por:** necesidad de glucometría diaria y riesgo de descompensaciones. Riesgo de descompensación glucémica por poca adherencia al tratamiento. Riesgo de infección persistente o recurrente dado el antecedente de IVU. Riesgo aumentado de preeclampsia por obesidad y diabetes. Riesgo de macrosomía fetal y complicaciones en el parto.	01/12/2025	Educativa	X				Ginecología	Se gestionan visitas de ginecología	Olga Ardila

						Riesgo psicosocial: falta de adherencia y posible falta de percepción del riesgo. Antecedentes familiares que aumentan riesgo metabólico (diabetes).								

RECOMENDACIONES:
Seguir tratamiento con cefalexina según fórmula.

Mantener hidratación para mejorar evolución de la IVU.

Cumplir glucometrías según indicación médica.

Seguir plan de alimentación saludable para obesidad + diabetes.

Asistir a todas las citas prenatales y de alto riesgo.

Favorecer actividad física moderada diaria.

Consultar de urgencias ante cualquier signo de alarma previamente explicado.

Mantener comunicación con el equipo de salud.

PLAN INTEGRAL DE CUIDADO PRIMARIO ABIERTO	SI		NO		

PROFESIONALES RESPONSABLES

N°	NOMBRES	N° DOCUMENTO	PERFIL	FIRMA PROFESIONAL	FIRMA USUARIO
1	OLGA LUCIA ARDILA ALARCON	39645465	ENFERMERA		