Alcaldía de PEREIRA	**DEPARTAMENTO DE RISARALDA** **MUNICIPIO DE PEREIRA** **SECRETARIA DESARROLLO SOCIAL Y POLÍTICO** **COOPERATIVA MULTISER** **NIT: 900415283-4**	
BITÁCORA - REGISTRO DE SEGUIMIENTO POR FISIOTERAPIA		**Versión: 1** **Código: 1.1** **Vigencia: 05-2025**

DATOS PERSONALES DEL USUARIO				
NOMBRES - APELLIDOS	Maria Edilma Lopez			**EDAD:** 60
CEDULA USUARIO(A)	24938879	**FECHA SEGUIMIENTO: D:** 19 **M:** 06 **AÑO:** 2025		
DIRECCIÓN RESIDENCIA	Manzana C casa 13 San Gregorio		**TELÉFONO:** 3122522701	
JORNADA	**AM: X PM:**	**GRUPO:**	**AMARILLO: _____ AZUL: __x___ ROJO: ___**	

OBJETIVO DEL SEGUIMIENTO POR FISIOTERAPIA:

Brindar una atención integral, para ayudar a reducir la tendinitis y disminuir el dolor en la zona de la rodilla para que pueda realizar las AVD sin dificultad.

En la Fisioterapia para la población Adulta Mayor, el Educar, Mantener y Mejorar las funciones básicas de: Equilibrio. Movilidad y Fuerza Muscular, son aspectos importantes para la ejecución efectiva de las AVD – AIVD – AAVD, estas evaluadas en términos de FUNCIONALIDAD, es decir, con "AUTONOMIA e INDEPENDENCIA". El seguimiento en Fisioterapia es determinante para monitorear la evolución de los procesos del usuario del programa, ajustar la atención brindada según sea necesario y garantizar el cumplimiento de los objetivos propuestos; finalmente ayuda a identificar posibles problemas, optimizar la recuperación y mejorar la calidad de vida del usuario.

El 04, 10 y 23 y 30 de septiembre se realiza: Fortalecimiento progresivo de cuádriceps (énfasis en vasto medial oblicuo), ejercicios de glúteo medio y mayor con banda elástica. Movilidad de tobillos y dedos del pie, separación de dedos y abducción suave del hallux con banda elástica ligera. Caminata lateral con una banda elástica, ejercicios de propiocepción en bosu o superficie inestable, subir y bajar escalón con control postural y alineación y ejercicios de estiramiento de isquiotibiales, gemelos y banda iliotibial.

COMPROMISOS Y TAREAS PARA SEGUIR. SEGÚN RESULTADOS DE LA ATENCIÓN:

1. Evitar saltos, impactos o cuclillas profundas.
2. No realizar caminatas largas para evitar inestabilidad y aumento de dolor e inflamación.
3. No realizar movilizaciones bruscas en el hallux.

.

Mariana Vargas

_____ _____1004519883_____

NOMBRE DEL PROFESIONAL RESPONSABLE **N° TARJETA/REGISTRO PROFESIONAL**