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	Martha Lucia Ramirez			**EDAD:** 60
CEDULA USUARIO(A)	25192270	**FECHA SEGUIMIENTO: D:** 19 **M:** 06 **AÑO:** 2025		
DIRECCIÓN RESIDENCIA	Manzana 8 casa 4 Intermedio		**TELÉFONO:** 3122522701	
JORNADA	**AM: X PM:**	**GRUPO:**	**AMARILLO: _____ AZUL: _____ ROJO: __x_**	

OBJETIVO DEL SEGUIMIENTO POR FISIOTERAPIA:

Disminuir el dolor y el derrame articular en la rodilla mediante una intervención fisioterapéutica integral que favorezca la desinflamación, recupere la movilidad articular y la función muscular.

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 12, 16,18, 23 y 30 de septiembre se realizó: Movilización pasiva-asistida de rodilla en flexión y extensión suave, ejercicios pendulares en sedestación (balanceo de pierna), movilidad de tobillo (flexión-extensión, círculos) para mejorar circulación y prevenir rigidez. Movilidad de tobillos y dedos del pie, separación de dedos y abducción suave del hallux con banda elástica ligera.Isométricos de cuádriceps, elevación de pierna recta y fortalecimiento de tobillo y arco plantar**.** Estiramientos suaves de cuádriceps, isquiotibiales y gastrocnemios**.** Terapia sedativa se realiza atención con tens para modular dolor.

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

1. Evitar saltos o cuclillas profundas.

2. No realizar caminatas largas para evitar inestabilidad y aumento de dolor e inflamación.

3. Evitar actividades de alto impacto

.

Mariana Vargas

_____ 1004519883

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