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:** 03 **M:** 11 **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.

Del 03 de noviembre al 30 de noviembre se realizó: La usuaria ha asistido a varias sesiones de fisioterapia, durante las cuales se ha evidenciado mejoría progresiva en la movilidad articular y disminución del dolor. Se realizaron intervenciones enfocadas en terapia manual, movilizaciones glenohumerales, técnicas de liberación miofascial y fortalecimiento específico del manguito rotador, así como ejercicios de control escapular. El usuario ha mostrado buena adherencia al tratamiento y tolerancia a las cargas prescritas, logrando avances en la funcionalidad del miembro superior y en las actividades de la vida diaria. Se recomienda continuar con el plan de rehabilitación y mantener el programa de ejercicios en casa para consolidar los resultados obtenidos.

Paciente tolera adecuadamente las sesiones. Se evidencia leve disminución del dolor y reducción perceptible del edema articular. Mejora en el control del movimiento y disposición positiva hacia el tratamiento

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

1. **Realizar los ejercicios terapéuticos recomendados**, enfocándose en los movimientos de flexoextensión y fortalecimiento isométrico de cuádriceps, sin provocar dolor ni inflamación adicional.

2. **Aplicar crioterapia local en casa**, colocando compresas frías en la rodilla durante 10–15 minutos, dos veces al día, para favorecer la reducción del dolor y el derrame articular.

3. **Evitar actividades que sobrecarguen la articulación**, como permanecer mucho tiempo de pie, arrodillarse o subir escaleras con frecuencia

.

Mariana Vargas

_____ 1004519883

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