

	<p align="center"> DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS ESE HOSPITAL SAN JOSÉ CONVENIO INTERADMINISTRATIVO – PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC PLAN DE ACOMPAÑAMIENTO </p>	
---	---	---

1. Plan de Acompañamiento

PLAN DE ACOMPAÑAMIENTO	
MUNICIPIO: Belalcázar, Caldas	NOMBRE DEL RESPONSABLE: Laura Peña López
FECHA DE ELABORACIÓN: 12/06/2025	
NOMBRE DE LA CONSULTANTE: Consuelo de Jesús Zamora Galeano	EDAD: 50
<p>PRESENTACIÓN DEL NIVEL DE RIESGO Y LOS PROBLEMAS PRINCIPALES PARA ABORDAR: (DESCRIBA EL NIVEL DE RIESGO)</p> <p>Consuelo refiere haber vivido situaciones de violencia física y psicológica cuando tenía alrededor de 20 años, en un contexto donde no existían los apoyos institucionales actuales como las comisarías de familia, ni la protección efectiva hacia las mujeres víctimas de violencia. Explica que durante ese tiempo soportó humillaciones, agresiones, desvalorización constante, y una sensación de indefensión, lo que derivó en tristeza profunda, pérdida de peso, alteraciones en su alimentación y un daño significativo en su autoestima y autovaloración.</p> <p>Actualmente Consuelo tiene una pareja con la que no convive y describe la relación como estable y buena. Sin embargo, manifiesta la necesidad de seguir trabajando sus secuelas emocionales, ya que a pesar de los años transcurridos, persisten sentimientos de temor y tendencia a normalizar conductas agresivas de baja intensidad. Esto se relaciona con los patrones aprendidos en su historia de vida, que podrían reactivarse ante situaciones conflictivas.</p> <p>El proceso de acompañamiento psicosocial resulta clave para validar su historia, legitimar el sufrimiento vivido, fortalecer su capacidad de autocuidado y reforzar herramientas de prevención para no repetir ciclos violentos ni tolerar microviolencias, especialmente en su vínculo actual.</p>	
<p>OBJETIVO:</p> <p>Brindar a Consuelo un espacio de acompañamiento psicosocial para resignificar las experiencias de violencia vividas en su juventud, fortalecer su autoestima y</p>	

criterios afectivos, y potenciar herramientas para consolidar relaciones basadas en el respeto y la equidad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Validar sus emociones y vivencias históricas sin revictimizarla.
- Fortalecer la autoestima y la percepción positiva de su proyecto de vida actual.
- Identificar y cuestionar posibles patrones de normalización de agresiones verbales o psicológicas.
- Promover habilidades de comunicación asertiva y manejo de conflictos.
- Socializar la ruta de atención institucional como recurso de protección, aunque no haya riesgo presente.

ACCIONES A DESARROLLAR (a nivel individual, frente a las redes de apoyo, a la ruta de atención):

A nivel individual:

- Facilitar espacios de escucha activa para reconstruir la narrativa de su experiencia.
- Actividades reflexivas sobre creencias de normalización de la violencia, resignificando su derecho a relaciones libres de maltrato.
- Orientación sobre autocuidado emocional y fortalecimiento de límites saludables.
- Ejercicios de identificación de recursos personales y construcción de un plan de autocuidado.

Frente a las redes de apoyo:

- Identificar personas de confianza con quienes compartir sus inquietudes y sostener apoyo emocional.
- Promover la participación en grupos comunitarios o redes de mujeres que refuercen su empoderamiento.

Respecto a la ruta de atención:

- Socializar de forma clara los recursos institucionales disponibles, aunque hoy no los requiera de manera activa.

	<p align="center">DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS ESE HOSPITAL SAN JOSÉ CONVENIO INTERADMINISTRATIVO – PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC PLAN DE ACOMPAÑAMIENTO</p>	
---	--	---

- Entregar información de canales de denuncia y apoyo en caso de identificar nuevas señales de riesgo o microviolencia.

EVALUACIÓN Y ACCIONES DE CIERRE:

A lo largo del acompañamiento se priorizará el fortalecimiento de la autoestima de Consuelo, su capacidad de establecer límites, y la resignificación de su experiencia como un proceso de supervivencia y aprendizaje. Se hará seguimiento al desarrollo de habilidades de comunicación asertiva y de autocuidado emocional.

En la fase de cierre se sistematizarán los avances, se entregarán orientaciones prácticas y recursos comunitarios, y se invitará a Consuelo a continuar participando en espacios de empoderamiento femenino y cuidado de su salud mental si así lo desea.

FIRMA DEL PROFESIONAL:

