

	<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: Natalia Cárdenas	EDAD: 31
<p>PRESENTACIÓN DEL NIVEL DE RIESGO Y LOS PROBLEMAS PRINCIPALES PARA ABORDAR: (DESCRIBA EL NIVEL DE RIESGO)</p> <p>Natalia, de 31 años, actualmente no tiene pareja y refiere estar atravesando un proceso de duelo por separación, ya que hace pocos días terminó su relación sentimental. Al relatar lo sucedido, surgen comentarios que reflejan baja autoestima y una percepción de minusvalía aprendida, por ejemplo: <i>“si no es él, nadie me va a mirar”</i> o <i>“él tenía razón cuando me decía que nadie más iba a querer estar conmigo”</i>.</p> <p>Estos relatos evidencian un apego emocional intenso hacia su expareja, asociado a patrones de posible violencia psicológica, pues en la relación se interiorizaron mensajes desvalorizantes que afectaron su autoconcepto y seguridad personal.</p> <p>En el tamizaje Natalia respondió afirmativamente “a veces” en la pregunta 2 (impedimento de contacto con familiares o amigos) y “sí” en la pregunta 6 (agresiones en discusiones), lo cual coincide con la percepción de control y agresiones verbales que pudo normalizar dentro de la relación. Esto alerta sobre la necesidad de fortalecer su autoconfianza, resignificar la ruptura como una oportunidad de autocuidado, y prevenir futuras vinculaciones que reproduzcan dinámicas de dependencia emocional o violencia psicológica.</p>	
<p>OBJETIVO:</p> <p>Brindar a Natalia un espacio de acompañamiento psicosocial para procesar el duelo de la separación, fortalecer su autoestima y resignificar la experiencia</p>	

afectiva vivida, previniendo nuevos vínculos basados en violencia o manipulación emocional.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Validar sus emociones y su proceso de duelo sin revictimización.
- Favorecer la reconstrucción de su autoimagen y autovaloración.
- Identificar creencias erróneas sobre el amor y el afecto que puedan reforzar dependencias emocionales.
- Promover habilidades de comunicación asertiva y establecimiento de límites afectivos.
- Socializar recursos institucionales y comunitarios de apoyo preventivo.

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

A nivel individual:

- Espacios de escucha activa para resignificar el cierre de la relación como un acto de protección personal.
- Actividades psicoeducativas sobre autoestima, relaciones sanas y criterios afectivos saludables.
- Estrategias de autocuidado emocional para afrontar el duelo y prevenir recaídas emocionales.
- Reflexión sobre la construcción de nuevos proyectos de vida desde la autonomía.

Frente a las redes de apoyo:

- Identificar personas significativas que puedan reforzar su confianza y bienestar emocional.
- Incentivar su participación en espacios comunitarios o grupos de mujeres para el fortalecimiento de habilidades de empoderamiento.

Respecto a la ruta de atención:

- Recordar los recursos institucionales y comunitarios disponibles ante cualquier situación de riesgo futuro.

	<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 directorios de servicios psicosociales y jurídicos en caso de requerirlos.

EVALUACIÓN Y ACCIONES DE CIERRE:

Durante el proceso de acompañamiento se priorizará el fortalecimiento de su autoestima, la resignificación de la experiencia vivida, y la consolidación de herramientas de autocuidado emocional para prevenir ciclos de dependencia afectiva. En el cierre se sistematizarán avances, se entregarán orientaciones prácticas, y se invitará a participar en espacios de empoderamiento y redes comunitarias si así lo desea.

FIRMA DEL PROFESIONAL:

Jessica Perdomo