Hospital San José De Aguadas E.S.E.	**Plan de Intervenciones Colectivas PIC** Ficha de Intervención	Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO: HOSPITAL SAN JOSE DE AGUADAS ESE	**FECHA: 22/07/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: JULIANA ANDREA HENAO MEDINA	**PROFESION: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: JHOSELYN GALLEGO GALLEGO	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1056125842**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: ELSY GALLEGO	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 24366342**
EPS USUARIO: SALUD TOTAL	**REGIMEN: SUBSIDIADO**
DIRECCION: ETAPA 2 CASA 66-RENAN BARCO	**TELEFONO DE CONTACTO: 3145007308**
DIMENSION Y LINEA: Convivencia Social y Salud Mental	
RESULTADO TAMIZAJE POSIT	
RIESGO __x_ SIN RIESGO ___	
INTERVENCION BREVE RESULTADO	
PRIMERA INTERVENCION ___SEGUNDA INTERVENCION _____X____ TERCERA INTERVENCION _____CONTROL Y SEGUIMIENTO _____	

Objetivo de la Visita

Reforzar la autovaloración del adolescente y afianzar el uso de recursos personales y redes de apoyo. Promover estrategias de afrontamiento emocional y conductual frente al acoso escolar.

Impresión diagnostica frente a la situación

La estudiante ingresa al aula con su apariencia personal conservada, saluda amablemente con un lenguaje fluido, estado de ánimo alegre, y sus respuestas coherentes
Expresa sentirse insegura de sí misma y un poco desmotivada por no poder pasar sus servicios de salud y así asistir a remisión con psicología en el municipio.

Intervención del profesional frente a la situación (planes y acciones desarrolladas)

Hora de inicio: 7:00 a.m.

Hora de cierre: 8:30 a.m.

De acuerdo al plan de intervención

Revisión de tareas: conversar sobre las cualidades positivas identificadas y las personas de apoyo señaladas. Validar el esfuerzo y resaltar lo positivo de reconocer sus recursos.

Escribir cinco cualidades positivas que reconozco en mí, con un ejemplo de cuándo las he usado y cómo me hicieron sentir en ese momento.

1. **Responsable** “Cuando entrego los trabajos del colegio a tiempo.me sentí tranquila.”
2. **Amigable** “Cuando llego un compañero nuevo al salón. Me sentí feliz.”
3. **Paciente** “Cuando ayudé a mi abuela a buscar sus citas y autorizaciones. Me sentí tranquila.”
4. **Creativo** “Cuando dibujé algo en clase y a la profe le gustó. Me sentí motivada.”
5. **Valiente** “Cuando hablé en público en el colegio. Me sentí con más confianza que antes.”

Actividad:
Identificar tres personas (familia, docente, amigo, adulto de confianza) con quienes podría hablar si me siento mal

o estoy en riesgo.

- **Mi amiga** "Porque siempre me escucha y me da consejos."
- **La profesora** "Porque le tengo confianza y sé que me entiende."
- **Mi abuela** "Porque es la que siempre está para mí."

La adolescente logra identificar con claridad cinco cualidades positivas en sí misma (responsable, amigable, paciente, creativa y valiente), acompañándolas de ejemplos concretos de su vida cotidiana.

Esto evidencia una adecuada capacidad de autoconocimiento y valoración personal, aspectos fundamentales en el fortalecimiento de la autoestima y al reconocer las emociones experimentadas en cada situación (tranquilidad, felicidad, motivación, confianza), se observa un proceso y avance sobre el conocimiento y gestión de sus emociones.

En cuanto a la actividad de red de apoyo**,** la adolescente identifica tres figuras significativas (amiga, profesora y abuela), mostrando que cuenta con vínculos de confianza en diferentes ámbitos (familiar, escolar y social). Esto representa un factor de protección importante frente a posibles riesgos emocionales dado que sabe a quién acudir en momentos de dificultad.

Actividad: mochila emocional: dibujo de una mochila para que escriba o dibuje:

-Cargas o emociones negativas que siente (peso que lleva). "Sentirme comparada con otros." O "que se burlen de mi"

-Recursos y apoyos que le ayudan a aligerar la mochila. "Hablar con mi mejor amiga." "escuchar música"

-Reflexionar sobre la importancia de reconocer lo que le pesa y cómo puede pedir ayuda para no cargar solo. "Si hablo con alguien de confianza, me siento más liviana."

Estrategias de afrontamiento: elaborar junto al adolescente un listado de 3 maneras saludables de reaccionar frente a burlas o exclusión (ejemplo: buscar ayuda, usar frases de autoafirmación, retirarse del lugar).

- ✓ "Buscar a un adulto de confianza y contarle lo que pasó."
- ✓ "Decirme a mí misma que lo que dicen no me define."
- ✓ "Alejarme del lugar y estar con personas que sí me valoran."

Role playing: practicar a través de pequeños ensayos cómo responder de manera asertiva frente a una situación de acoso (tono firme, frases cortas, lenguaje corporal seguro).

- "Lo que digas no me define, yo sé quién soy."
- (Hablar despacio y claro, manteniendo contacto visual breve).

- "Si lo que quieres es molestar, no me interesa escucharte."
- (Dar la espalda y retirarse con seguridad, sin correr ni agachar la cabeza).

Frase reflexiva:

"Tu valor no depende de lo que otros piensen, sino de lo que tú reconoces en ti." Analizar su significado y cómo

puede aplicarlo en su vida diaria.

Tareas:

Escribir un diario breve durante la semana con dos partes:

Una situación que me generó malestar.

Cómo reaccioné y qué podría hacer diferente la próxima vez.

Identificar una actividad que me haga sentir bien (arte, deporte, música, lectura, etc.) y realizarla al menos una vez en la semana.

Planteamientos de acuerdos y compromisos
La adolescente se compromete a practicar al menos una estrategia de afrontamiento (por ejemplo: retirarse del lugar, hablar con un adulto o usar frases de autoafirmación) cuando se enfrente a situaciones de burla o exclusión. Se acuerda que mantendrá comunicación con sus redes de apoyo (amiga, profesora, abuela) en caso de sentirse triste, insegura o en riesgo.
Observaciones y recomendaciones
Reconoció recursos internos (responsabilidad, paciencia, creatividad) y externos (amiga, profesora, abuela) como factores de protección. Durante el role playing demostró capacidad para ensayar respuestas asertivas, aunque en algunos momentos se evidenció inseguridad en el tono de voz y postura corporal, lo que requiere refuerzo.
Canalización Pertinente **SI: _X___** **NO:____**
RIA de Promoción y Mantenimiento: __X_____ **Atención por Morbilidad: _____**

Ciudad: ____AGUADAS, _____ Fecha: D_22__/M_07__/A__2025_____

FIRMA DEL PROFESIONAL

Jhoselin G G.

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO