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: 23/07/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: JULIANA ANDREA HENAO MEDINA	**PROFESION: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: JHON MICHAEL SANCHEZ NARANJO	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 10558361304**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: DIANA PATRICIA NARANJO	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 29369983**
EPS USUARIO: SALUD TOTAL	**REGIMEN: SUBSIDIADO**
DIRECCION: CALLE 22 #4-21	**TELEFONO DE CONTACTO: 3219389412**
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	
Favorecer en el adolescente la práctica de estrategias de comunicación asertiva, el reconocimiento de pensamientos que generan inseguridad y el entrenamiento en habilidades sociales básicas para disminuir la ansiedad al expresarse.	
Impresión diagnostica frente a la situación	
Durante la sesión mostró mayor confianza, estableciendo contacto visual adecuado y utilizando un tono de voz claro y audible. Participa activamente en las actividades propuestas, demostrando interés y apertura para comunicarse.	
Intervención del profesional frente a la situación (planes y acciones desarrolladas)	
Hora de inicio: 1:00 p. m. Hora de cierre: 2:30 p. m. Según el plan de intervención se desarrollan las siguientes actividades: 1.**Dinámica inicial – "Mis pensamientos al hablar"** El adolescente escribe en una hoja dos columnas: **Columna 1:** Pensamientos automáticos cuando va a hablar (ej: "se van a reír de mí", "mevoy a equivocar"). "Me voy a equivocar y todos se van a dar cuenta." **Columna 2:** Reestructuración positiva (ej: "puedo equivocarme y aún así estar bien", "tengo cosas valiosas que decir"). Tengo cosas valiosas que compartir, aunque me ponga nervioso." Se conversa sobre cómo los pensamientos alimentan la inseguridad y cómo cambiarlos por otros más realistas. Actividad práctica – "El espejo de la voz "Se invita al adolescente a practicar frente a un espejo frases cortas con: •Contacto visual.	

•Tono de voz firme (no muy bajo ni muy alto).
•Postura erguida.

Ejemplos de frases:

•"Hola, ¿cómo estás?"
•"Quiero dar mi opinión."
•"Prefiero que no me hables así."

Reflexión: ¿Cómo me sentí al verme? ¿Qué cambiaría para mostrar más seguridad?

"Al principio me dio un poco de vergüenza, pero luego me sentí más seguro." "Seguir practicando frente al espejo hasta sentirme cómodo con mi voz y postura."

Juego de roles – "El desafío de la comunicación "Se simulan pequeñas escenas de la vida real (ej: pedir un favor, decir que no, expresar una opinión en grupo). El adolescente ensaya respuestas pasivas, agresivas y asertivas, identificando cuál lo hace sentir más tranquilo y respetado.

Tareas para casa
1.**Mini práctica social** Elegir un reto diario pequeño:

- Saludar con voz clara y mirada firme.
- Dar una opinión breve en clase o en casa.
- Preguntar algo, aunque sienta nervios.

2.**Registro de logros** Durante la semana, anotar:
- Situación en la que me comuniqué.
- Cómo me sentí antes y después.
- Qué aprendí o noté en mí.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

- Practicar diariamente mirar a los ojos al hablar con al menos una persona.
- Escribir tres frases que le gustaría decir en momentos en los que se queda callado.
- Realizar una lista de situaciones en las que ha podido expresarse y cómo se sintió

Observaciones y recomendaciones

Practicar regularmente frente al espejo frases cortas y situaciones cotidianas para reforzar la confianza y el control de la voz y postura.

Canalización Pertinente SI: ___ NO:_X_

RIA de Promoción y Mantenimiento: __X___ **Atención por Morbilidad: _____**

Ciudad: _____AGUADAS, _____Fecha: D_23_/ M_07__/A__2025_____

FIRMA DEL PROFESIONAL

Michael Sanchez

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO