

## **Atención psicosocial 16 de octubre**

Se realiza atención psicosocial a mujer de la localidad Sumapaz de la vereda Betania, esta atención se realiza como primer acercamiento, con el fin de identificar factores predisponentes como asociados a la ansiedad estrés y depresión, durante la atención la participante manifiesta que por sus cargas laborales y demás, ha presentado espasmos y/o tensiones musculares, preocupaciones etc, en el dialogo realizado con la participante se habla acerca de las pautas de mejoramiento emocional que pueden impactar de manera positiva, tales como el ejercicio, el cambio de hábitos y de rutina, la importancia de los espacios de esparcimiento que generen motivación y descanso.

