Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**Plan de Intervenciones Colectivas PIC** Ficha de Intervención	HSJD Hospital Local San Juan de Dios Empresa Social del Estado

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO: HOSPITAL LOCAL SAN JUAN DE DIOS	**FECHA: 25/08/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: MARY YULIET RAMÍREZ GALLEGO	**PROFESIÓN: PSICOLOGÍA**
NOMBRE DEL USUARIO: ANDRES FELIPE BORJA GUITIERREZ	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1110061432**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: LUZ ADRIANA GUTIERREZ CORREA	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 52834784**
EPS USUARIO: NUEVA ESP	**RÉGIMEN: SUBSIDIADO**
DIRECCIÓN: SECTOR SAN BERNARDO	**TELÉFONO DE CONTACTO: 3128337535**
DIMENSIÓN Y LÍNEA: CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL	
RESULTADO TAMIZAJE POSIT	
RIESGO __X___ SIN RIESGO _____	
INTERVENCION BREVE RESULTADO	
PRIMERA INTERVENCION __X__ SEGUNDA INTERVENCION ____ TERCERA INTERVENCION ____ CONTROL Y SEGUIMIENTO ____	

Objetivo de la Visita

Explorar las emociones, pensamientos y creencias asociadas a la soledad en Andrés, identificando cómo impactan su autoestima y generando alternativas iniciales para reinterpretar esta experiencia desde una perspectiva más saludable.

Impresión diagnóstica frente a la situación

Andrés vive con su madre y su hermana, manteniendo un entorno familiar estable. Participa en entrenamientos de voleibol, lo que constituye un factor protector importante en su vida, favoreciendo su disciplina, socialización y bienestar físico.

Durante la sesión refirió haber estado expuesto al consumo de sustancias psicoactivas por influencia de amistades, pero calificó la experiencia como negativa, mostrando criterio personal y capacidad de autocuidado.

Se identifica como un adolescente con buen desempeño académico y relaciones positivas con sus compañeros y docentes. Sin embargo, señala vivencias recurrentes de soledad, especialmente cuando percibe poca atención emocional o ausencia de compañía cercana. Estas situaciones han derivado en

pensamientos autocríticos, baja valoración personal y sentimientos de vacío afectivo, lo cual afecta directamente su autoestima.

A pesar de ello, se observaron en Andrés recursos valiosos: apertura emocional, disposición al diálogo y capacidad de introspección, lo que constituye una base sólida para trabajar en el fortalecimiento de su autoconfianza y habilidades de vínculo.

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

La sesión se desarrolló en tres momentos:

1. Bienvenida y encuadre
   Se le brindó un espacio seguro y de confianza, explicando que la soledad no siempre es negativa y que el objetivo sería comprender sus experiencias personales para transformarlas en aprendizajes.

2. Actividad principal – "Mi diálogo interior en soledad"
   Mediante una hoja dividida en tres columnas (situación, pensamiento, emoción), Andrés identificó momentos en los que se sintió solo. Algunos ejemplos compartidos fueron:

- *"Nadie me escribió hoy" → "No le importo a nadie" → Tristeza, ansiedad.*
- *"Estuve solo en el descanso" → "No tengo amigos" → Vergüenza, soledad.*

A través de preguntas de reestructuración cognitiva ("¿Esto es 100% cierto?", "¿Alguna vez alguien te demostró lo contrario?"), se le guió a reconocer pensamientos alternativos más realistas:

- "Tal vez hoy nadie me escribió, pero sí hay personas que me valoran."
- "Estar solo en un momento no significa que no tenga amigos."

Finalmente, se reforzaron algunas cualidades personales que él mismo identificó: responsable, buen oyente y perseverante en el deporte.

3. Cierre y reflexión
   Se resaltó su valentía al expresar emociones relacionadas con la soledad y se concluyó con la

idea de que la autoestima no debe depender únicamente de la compañía externa, sino también de la valoración propia. Andrés expresó que “nunca había pensado en hablarse de manera distinta cuando está solo” y se mostró motivado a practicarlo.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

El adolescente se comprometió a:

- Registrar en un diario emocional de soledad tres momentos de la semana en los que se haya sentido solo, describiendo: qué pensó, qué sintió, qué hizo y qué podría hacer diferente.
- Reconocer al menos un pensamiento alternativo que pueda utilizar cuando surjan emociones negativas relacionadas con la soledad.

Observaciones y recomendaciones

Se recomienda continuar con el proceso de intervención en sesiones posteriores, enfocadas en:

- Identificar redes de apoyo significativas mediante la técnica de “Mi red invisible”.
- Fortalecer la autoestima y la autocompasión a través del reconocimiento de cualidades y logros.
- Promover estrategias de afrontamiento que le permitan disfrutar de su propia compañía sin interpretarla como señal de rechazo o vacío.

No se identifican riesgos clínicos inmediatos, pero sí la necesidad de acompañamiento preventivo para evitar que los sentimientos de soledad se conviertan en un factor de vulnerabilidad emocional.

Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**Plan de Intervenciones Colectivas PIC** Ficha de Intervención	

Canalización Pertinente **SI:** ___ **NO:** X	
RIA de Promoción y Mantenimiento: _____	**Atención por Morbilidad:** _____

Ciudad: Pensilvania Fecha: D 25 /M 08 /A 2025

Yolet Ramirez G.
FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 292930

Andrés Felipe Borja G.
FIRMA O HUELLA DEL USUARIO

Scanned with CamScanner