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

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO: HOSPITAL LOCAL SAN JUAN DE DIOS	**FECHA: 28/08/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: MARY YULIET RAMIREZ GALLEGO	**PROFESION: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: GERSON DANIEL BUITRAGO ZAPATA	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1058845058**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: PAULA ANDREA ZAPATA ZAPATA	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 53080495**
EPS USUARIO: SALUD TOTAL	**RÉGIMEN: SUBSIDIADO**
DIRECCIÓN: SECTOR LA INMACULADA	**TELÉFONO DE CONTACTO: 3128435878**
DIMENSIÓN Y LINEA: 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

Iniciar un proceso de acompañamiento psicológico individual enfocado en fortalecer la autoestima de Gerson Daniel, explorando sus pensamientos automáticos negativos y promoviendo la construcción de una autoimagen más positiva y realista. En esta primera sesión se buscó reconocer cómo se percibe a sí mismo y de qué manera su diálogo interno influye en sus emociones y en la forma en que se relaciona con los demás.

Impresión diagnóstica frente a la situación

Gerson vive con su madre y sus hermanos, en ausencia del padre, lo que ha marcado de manera sutil su dinámica familiar. Se presenta como un adolescente introspectivo, reflexivo y respetuoso, con una marcada tendencia al aislamiento voluntario. Expresa evitar la interacción social debido a la frustración que le generan actitudes que considera irresponsables o conflictivas en sus pares, lo cual ha reforzado su preferencia por la soledad.

Durante la sesión, manifestó temor al juicio externo, particularmente en contextos académicos donde debe hablar en público, lo que repercute en su participación y en su seguridad para relacionarse con otros. Se identificaron pensamientos autocríticos recurrentes, expresiones como *“no soy suficiente”* o *“me da miedo equivocarme”*, que refuerzan una narrativa interna insegura y autolimitante. No obstante, se reconocieron cualidades significativas como responsabilidad, autocontrol y capacidad de escucha, que constituyen factores protectores para su proceso de cambio.

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

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

La primera sesión se desarrolló en tres momentos:

1. **Apertura y encuadre**
   Se generó un ambiente de confianza, explicando que el trabajo inicial se centraría en conocerse mejor y en revisar cómo se percibe a sí mismo. Se le transmitió la importancia de reconocer pensamientos negativos como el primer paso hacia el cambio, dejando claro que el espacio es libre de juicios.

2. **Actividad principal – "Lo que digo de mí"**
   Se trabajó con una hoja dividida en tres columnas donde Gerson identificó situaciones comunes, pensamientos automáticos y emociones asociadas. Ejemplos compartidos:

- *"Cuando cometo errores → pienso: soy un fracaso → siento tristeza y frustración"*.

- *"Cuando estoy en grupo → pienso: no tengo nada importante que decir → siento miedo e inseguridad"*.

Posteriormente, se le presentaron tarjetas con palabras negativas comunes (ej. "torpe", "inútil", "débil") y eligió aquellas que consideraba más frecuentes en su diálogo interno. A partir de estas, se realizó un ejercicio de cuestionamiento:

- ¿Es 100% cierto lo que piensas?

- ¿Qué pruebas tienes de lo contrario?

- ¿Qué palabra más justa podrías usar contigo?

Este proceso permitió que identificara alternativas más realistas y amables, como sustituir *"soy un fracaso"* por *"estoy aprendiendo y puedo mejorar"*.

3. **Cierre y reflexión**
   Se resaltó el valor de haber compartido pensamientos íntimos y se reforzó la idea de que, aunque hoy predominen frases negativas, estas pueden ser transformadas. Gerson reconoció que muchas de sus inseguridades provienen del temor al juicio de los demás y expresó disposición para seguir trabajando en cambiarlas.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

Gerson se comprometió a:

- Llevar un **Diario del diálogo interno** durante cinco días, anotando frases que se dice a sí mismo, cómo le hacen sentir y una forma más amable de replantearlas.
- Hacer el esfuerzo de identificar al menos **una cualidad personal diaria** (ejemplo: responsabilidad, respeto, autocontrol) y recordarla en momentos de inseguridad.
- Continuar participando en las sesiones con apertura, entendiendo que el proceso de cambio requiere práctica constante.

Observaciones y recomendaciones

Se recomienda dar continuidad al proceso terapéutico en sesiones posteriores, enfocadas en el reconocimiento de fortalezas personales y en la construcción de estrategias de autoafirmación. Dada su tendencia al aislamiento y el temor al juicio, será clave trabajar habilidades de exposición gradual en contextos sociales y escolares.

Se resalta la importancia de reforzar sus factores protectores: responsabilidad, autocontrol y capacidad reflexiva, motivándolo a reconocer estos recursos como parte central de su identidad. A nivel familiar, se sugiere propiciar espacios de diálogo donde pueda expresar libremente lo que piensa y siente, validando sus emociones sin presionarlo.

No se identifican riesgos de consumo de SPA ni conductas de autolesión, aunque sí un nivel bajo de autoconfianza que amerita seguimiento.

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 28 /M 08 /A 2025

Yuliet Ramirez C.
FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 292930

Gerson B. Z.
FIRMA O HUELLA DEL USUARIO

Scanned with CamScanner