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: 29/08/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: MARY YULIET RAMIREZ GALLEGO	**PROFESIÓN: PSICOLOGÍA**
NOMBRE DEL USUARIO: KAREN BETANCURT	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1054874149**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: YUDI LEANDRA QUINTERO	**NÚMERO DE DOCUMENTO:**
EPS USUARIO: NUEVA EPS	**RÉGIMEN: CONTRIBUTIVO**
DIRECCIÓN: SECTRO LA CRUZ	**TELÉFONO DE CONTACTO:** 3113098450
DIMENSIÓN Y LÍNEA: CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL	
RESULTADO TAMIZAJE POSIT	
RIESGO __X___ SIN RIESGO _____	
INTERVENCIÓN BREVE RESULTADO	
PRIMERA INTERVENCIÓN __X__ SEGUNDA INTERVENCIÓN ____ TERCERA INTERVENCIÓN ____ CONTROL Y SEGUIMIENTO ____	

Objetivo de la Visita

El propósito de la primera sesión fue explorar las emociones, pensamientos y situaciones asociadas a la conducta de autolesión (cutting) que Karen ha venido practicando, generando conciencia acerca de su relación con la baja autoestima y estableciendo un espacio seguro de acompañamiento para iniciar el proceso terapéutico.

Impresión diagnóstica frente a la situación

Karen es una adolescente con baja autoestima que ha recurrido a la autolesión como una forma de liberar el dolor emocional que siente. Expresa que no se percibe bonita y que le resulta indiferente cómo se ve o cómo luce frente a los demás, lo cual refleja una autoimagen deteriorada. Su conducta de cutting aparece como una estrategia de afrontamiento ante emociones intensas de tristeza y vacío, aunque estas le generan malestar y sentimientos de culpa después de realizarlas. Se evidencia la necesidad de fortalecer la autovaloración, ofrecer alternativas de autorregulación emocional y trabajar en el reconocimiento de cualidades personales que permitan reemplazar la autolesión por estrategias más saludables.

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

Durante la sesión se llevó a cabo la actividad titulada **“Mi cuerpo habla lo que no puedo decir”**, en la que Karen exploró las emociones que experimenta antes, durante y después de cortarse. Identificó que con frecuencia siente tristeza, vacío y enojo hacia sí misma, emociones que se intensifican en su pecho y estómago, y que posteriormente dan paso a sensaciones de alivio momentáneo seguidas de culpa. En la silueta corporal señaló los lugares donde ha practicado cutting, lo que facilitó visualizar la relación entre su dolor emocional y la forma en que lo expresa físicamente. También registró los pensamientos recurrentes que la acompañan en esos momentos, entre ellos: “no valgo nada”, “nadie me entiende” y “merezco castigo”. A partir de este análisis se introdujo la técnica de **reestructuración cognitiva inicial**, planteando alternativas más compasivas como: “estoy sufriendo, pero no merezco dañarme” o “lo que siento no me define”. Este ejercicio le permitió abrirse a la posibilidad de pensar en formas diferentes de manejar sus emociones, reconociendo que su valor personal no depende de autolesionarse.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

Karen se comprometió a realizar la tarea llamada **“Diario de emociones y autolesión”**, en la cual deberá registrar durante la semana los momentos en que experimente deseos de cortarse, describiendo qué situación lo provocó, qué pensó, qué sintió, si se autolesionó o si logró evitarlo, y qué hizo después. Este registro busca que adquiera mayor conciencia sobre los detonantes de la conducta y que pueda ir diferenciando las emociones que la impulsan.

Observaciones y recomendaciones

Durante la sesión Karen mostró disposición para hablar de un tema muy íntimo y difícil, lo que refleja un nivel importante de confianza y apertura hacia el proceso terapéutico. Aunque aún se percibe con una baja autoestima y con poca valoración personal, logró identificar que sus emociones pueden expresarse de formas distintas a la autolesión. Se recomienda reforzar en próximas sesiones estrategias de afrontamiento saludable, introducir herramientas concretas de sustitución de la conducta y seguir trabajando en el fortalecimiento de su autoconcepto y autoestima.

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 29 /M 08 /A 2025

Yolet Ramirez G.
FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 2929430

Karen Sofía Betancur Q
FIRMA O HUELLA DEL USUARIO

Scanned with CamScanner