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: 27/08/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: MARY YULIET RAMIREZ GALLEGO	**PROFESIÓN: PSICOLOGÍA**
NOMBRE DEL USUARIO: LUIS MARIO FLOREZ BRAVO	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1072260268**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: EUDOSIA MARIA BRAVO GAVIRIA	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1007515729**
EPS USUARIO: NUEVA EPS	**RÉGIMEN: SUBSIDIADO**
DIRECCIÓN: SECTOR CHIQUINQUIRA	**TELEFONO DE CONTACTO: 3232509383**
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

Fortalecer la autoestima de Luis Mario mediante la identificación de pensamientos negativos y creencias que afectan su autopercepción, promoviendo el reconocimiento de recursos internos y la construcción de una autoimagen más realista y positiva.

Impresión diagnóstica frente a la situación

Luis Mario vive con sus padres y una hermana menor, conformando un núcleo familiar estable y con acompañamiento activo, lo cual constituye un factor protector. Se identifica afinidad por el deporte, especialmente el fútbol, así como por actividades recreativas al aire libre, que fortalecen su salud mental y representan espacios de autorregulación emocional.

Durante la primera sesión, se mostró como un adolescente reservado, respetuoso y tranquilo, con un estilo comunicativo introvertido que limita la expresión espontánea en grupos. Reconoció que suele reprimir sus pensamientos y emociones, especialmente en interacciones sociales con pares femeninos, justificando que “no hay temas en común”. Esta creencia refleja una tendencia a las sobregeneralizaciones y al autosabotaje, lo que afecta su confianza y seguridad social.

Aunque no se evidencian riesgos clínicos, se observa una autoestima frágil, con pensamientos como *"no soy interesante"* o *"me cuesta hablar con los demás"*, que refuerzan la percepción de inseguridad. Sin embargo, sus fortalezas familiares, deportivas y la disposición al proceso terapéutico son recursos valiosos que favorecen el cambio.

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

La primera sesión se desarrolló en tres fases:

1. **Apertura y encuadre**
   Se generó un ambiente de confianza, explicando la dinámica del proceso y destacando que el objetivo sería revisar su autopercepción y las frases que se dice a sí mismo. Se aclaró que no se trata de juzgar ni criticar, sino de comprender cómo su diálogo interno influye en su forma de sentirse y actuar.

2. **Actividad principal – "Lo que digo de mí"**
   Se trabajó con una hoja dividida en columnas para identificar situaciones, pensamientos y emociones asociadas. Luis Mario compartió ejemplos como:

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

- *"Cuando quiero hablar con chicas → pienso: no tengo nada que decir → siento nervios e inseguridad"*.

Posteriormente, seleccionó tarjetas con palabras negativas frecuentes en su autoimagen (ej. "tímido", "aburrido", "torpe"). A través de un ejercicio de cuestionamiento, se exploró si dichas etiquetas eran 100% verdaderas, qué pruebas tenía de lo contrario y qué palabras más justas podría usar. Esto le permitió identificar alternativas como reemplazar *"soy aburrido"* por *"a veces me cuesta iniciar temas, pero tengo intereses que compartir"*.

3. **Cierre y reflexión**

   Se reforzó el valor de haber identificado pensamientos autocríticos y se destacó que este es el primer paso para transformarlos. Luis Mario reconoció que en ocasiones magnifica sus dificultades sociales, olvidando aspectos positivos como su disciplina en el deporte o su capacidad de escucha. Mostró apertura para trabajar en pensamientos más realistas y amables.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

El usuario se comprometió a:

- Realizar el **Diario del diálogo interno** durante cinco días, registrando frases negativas que se dice, cómo le hacen sentir y una nueva frase más amable para reemplazarlas.

- Identificar al menos **un logro o cualidad positiva al día**, con el fin de reforzar su autovaloración.

- Reflexionar sobre situaciones sociales en las que podría intentar expresarse con mayor seguridad.

Observaciones y recomendaciones

Se recomienda dar continuidad al proceso con las siguientes sesiones, enfocando el trabajo en el reconocimiento de cualidades personales y en el fortalecimiento de habilidades de autoafirmación. Se sugiere realizar un acompañamiento orientado a flexibilizar creencias rígidas que afectan su interacción social, promoviendo la exposición gradual a conversaciones con pares.El apoyo familiar es un recurso clave que debe mantenerse activo, fomentando espacios de diálogo donde pueda expresar sus experiencias sin ser juzgado. Asimismo, se recomienda continuar promoviendo el deporte y actividades recreativas como herramientas de refuerzo positivo y confianza personal.

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 27 /M 08 /A 2025

Yoliet Ramirez C.
FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 292930

Luis Mario Florez B.
FIRMA O HUELLA DEL USUARIO

Scanned with CamScanner