Hospital San José De Aguadas E.S.E.	**Plan de Intervenciones Colectivas PIC** Ficha de Intervención	Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO: HOSPITAL SAN JOSE DE AGUADAS ESE	**FECHA: 15/09/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: JULIANA ANDREA HENAO MEDINA	**PROFESION: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: JHOSELYN GALLEGO GALLEGO	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1056125842**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: ELSY GALLEGO	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 24366342**
EPS USUARIO: SALUD TOTAL	**REGIMEN: SUBSIDIADO**
DIRECCION: ETAPA 2 CASA 66-RENAN BARCO	**TELEFONO DE CONTACTO: 3145007308**
DIMENSION Y LINEA: Convivencia Social y Salud Mental	
RESULTADO TAMIZAJE POSIT	
RIESGO __x_ SIN RIESGO ___	
INTERVENCION BREVE RESULTADO	
PRIMERA INTERVENCION ___SEGUNDA INTERVENCION _____ TERCERA INTERVENCION _____CONTROL Y SEGUIMIENTO __X__	
Objetivo de la Visita	
Realizar el control y seguimiento de las intervenciones recibidas por los estudiantes con riesgo identificado, mediante una intervención breve de cierre que permita evaluar el estado actual del adolescente y valorar los avances alcanzados durante el proceso.	
Impresión diagnostica frente a la situación	
La estudiante evidencia una evolución favorable respecto a intervenciones anteriores. Presenta adecuada disposición al diálogo, expresión emocional coherente y conciencia sobre su propio proceso. Aunque manifiesta preocupación ante la dificultad de acceso a acompañamiento psicológico, mantiene motivación por continuar fortaleciendo su bienestar personal. Se observan avances en la regulación emocional, la claridad en la identificación de sus necesidades y una actitud proactiva hacia el autocuidado, lo que indica una mejor adaptación y afrontamiento frente a las situaciones que antes generaban malestar.	
Intervención del profesional frente a la situación (planes y acciones desarrolladas)	
Hora de inicio: 7:00 a.m. Hora de cierre: 8:30 a.m. De acuerdo al plan de intervención Revisión de tareas: **Respiración 4-7-8 (para calmar cuerpo y mente)** **Objetivo:** Reducir ansiedad y tensión emocional. **Cómo hacerlo:** 1. Inhala por la nariz contando 4 segundos. 2. Retén el aire 7 segundos. 3. Exhala lentamente por la boca durante 8 segundos. 4. Repite 3 a 4 veces. **Indicaciones:** Puede usarla cuando sienta enojo, nerviosismo o antes de dormir	

La estudiante realizó de manera adecuada la práctica de respiración 4-7-8, demostrando comprensión de la técnica y constancia en su aplicación. Refiere haber experimentado sensación de calma y disminución de la tensión emocional, evidenciando avances en el manejo de la ansiedad y en el uso de estrategias de autorregulación emocional.

Actividad de cierre: "Mi línea de crecimiento personal"

Objetivo:
Favorecer la reflexión sobre los avances personales logrados durante el proceso de intervención y fortalecer el compromiso con el autocuidado emocional.

Desarrollo:

1. la estudiante dibuja una línea horizontal que represente su proceso desde el inicio hasta el final de las intervenciones.
2. En el **inicio** de la línea, escribirá cómo se sentía o qué dificultades la llevaron a buscar apoyo.
3. En el **trayecto**, marcará con palabras o dibujos los **aprendizajes, cambios o estrategias** que ha adquirido.
4. En el **final de la línea**, escribirá cómo se siente actualmente y qué compromisos asume para seguir cuidando su bienestar.
5. Finaliza con una breve conversación de cierre, destacando sus fortalezas, logros y la importancia de continuar aplicando las herramientas aprendidas.

"Al principio me sentía muy triste y sin ganas de nada."

"Aprendí a respirar y calmarme cuando me siento ansiosa."

"Me siento más tranquila y segura de mí misma."

Reflexión final:
"Cada paso que diste en este proceso fue una elección por tu bienestar. Confía en ti, en lo que has aprendido y en la capacidad que tienes para seguir creciendo." 🌱

Conclusión final del proceso:
La estudiante culmina su proceso de intervención breve mostrando avances significativos en la identificación y manejo de sus emociones. Ha fortalecido sus recursos personales, adoptado estrategias de autorregulación y mantiene una actitud reflexiva frente a sus experiencias. Se observa mayor estabilidad emocional, disposición para el autocuidado y compromiso con su bienestar personal. Se recomienda continuar aplicando las herramientas aprendidas y, en caso de requerirlo, solicitar acompañamiento psicológico de manera oportuna para dar continuidad a su proceso de crecimiento personal.

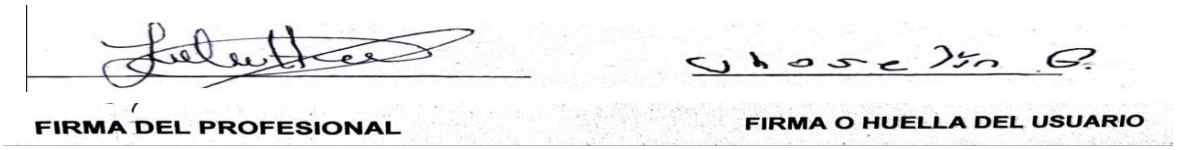
Planteamientos de acuerdos y compromisos
La adolescente manifiesta su compromiso de poner en práctica al menos una estrategia de afrontamiento ante situaciones de burla o exclusión, tales como retirarse del lugar, dialogar con un adulto de confianza o emplear frases de autoafirmación para mantener el control emocional. Asimismo, acuerda conservar comunicación con sus principales redes de apoyo como su amiga, profesora o abuela cuando experimente sentimientos de tristeza, inseguridad o se perciba en riesgo, con el fin de cuidar su bienestar emocional y prevenir recaídas.
Observaciones y recomendaciones
La adolescente identificó fortalezas personales como la responsabilidad, la paciencia y la creatividad, así como apoyos significativos en su entorno entre ellos su amiga, profesora y abuela, los cuales actúan como factores

protectores frente a situaciones de riesgo.
Durante las intervenciones habilidad para practicar respuestas asertivas; sin embargo, en algunos momentos se observó cierta inseguridad en su tono de voz y lenguaje corporal, aspectos que será importante continuar fortaleciendo.

Canalización Pertinente **SI: _X__** **NO:____**

RIA de Promoción y Mantenimiento: __X_____ **Atención por Morbilidad: _____**

Ciudad: ____AGUADAS, _____ Fecha: D_15__/M_09__/A__2025_____



FIRMA DEL PROFESIONAL **FIRMA O HUELLA DEL USUARIO**