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: 22/09/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: JULIANA ANDREA HENAO MEDINA	**PROFESION: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: ESTEFFANY DILITZY DIAZ	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 7045521**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: OSCARINA DILITZY BRITO	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 7045766**
EPS USUARIO: NEPS	**REGIMEN: SUBSIDIADO**
DIRECCION: ALTO DE LA VIRGEN	**TELEFONO DE CONTACTO: 3216348287**
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	
El adolescente evidencia progreso notable en la conciencia y regulación emocional. Durante la sesión se mostró participativo y receptivo, con habilidades de comunicación asertiva y adecuada expresión personal. Se observa avance significativo en la identificación y comprensión de sus emociones, especialmente en el manejo de la rabia y la frustración, reflejando fortalecimiento en su autorregulación y capacidad de afrontamiento.	
Intervención del profesional frente a la situación (planes y acciones desarrolladas)	
Hora de inicio: 3:00 p.m. Hora de cierre: 4:30 p.m. REVISION DE TAREAS **“Mi escala de calma”** Crear una lista personal de 1 a 5 con estrategias que más le ayudan a tranquilizarse (1 = más efectiva). Practicar al menos una técnica diaria cuando sienta molestia o tensión. **“Registro semáforo”** Durante una semana, anotar cada noche una situación del día y marcar con color: o si perdió el control, o si sintió enojo o tensión, pero logró detenerse, o si se mantuvo tranquilo. Reflexionar al final: ¿qué cambió con respecto a semanas anteriores? El adolescente evidencia avances en la autorregulación emocional, mostrando mayor capacidad para identificar momentos de enojo o tensión y aplicar estrategias efectivas para mantener la calma. La práctica de “Mi escala de calma” y el “Registro semáforo” permitió que reconociera patrones en sus emociones y evaluara su progreso frente a semanas anteriores, reflejando conciencia sobre sus reacciones y sus mejoras. Asimismo, la creación de frases de autorregulación refuerza su capacidad de autocontrol, promoviendo respuestas más reflexivas y disminuyendo la impulsividad. En conjunto, estas actividades favorecen el fortalecimiento de la inteligencia emocional, el manejo de la frustración y la toma de decisiones más conscientes en su vida cotidiana.	

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

CONCLUSION DE LAS ANTERIORES INTERVENCIONES

A lo largo de las intervenciones breves, el adolescente ha mostrado un progreso significativo en múltiples áreas del desarrollo emocional, social y conductual. Se observa una mejora sostenida en la identificación y expresión de emociones, especialmente la ira, frustración y ansiedad, así como en la capacidad de autorregulación frente a situaciones desafiantes o de presión social.

Ha fortalecido su autoconfianza, autoestima y autovaloración, reconociendo sus logros y capacidades, lo que le permite tomar decisiones más responsables y saludables, evitando conductas de riesgo, incluido el consumo de sustancias psicoactivas. La implementación de herramientas prácticas, como registros emocionales, semáforos, escalas de calma, frases de autorrefuerzo y ejercicios de reflexión sobre metas y valores, ha facilitado la internalización de estrategias de afrontamiento y autocontrol, evidenciando un manejo más consciente de sus reacciones y pensamientos.

Su participación activa, receptiva y reflexiva en cada sesión demuestra compromiso con su proceso de crecimiento personal y con el fortalecimiento de factores de protección en su entorno familiar, social y escolar. En conjunto, estas intervenciones han contribuido a un desarrollo más equilibrado de su inteligencia emocional, resiliencia y capacidad para enfrentar situaciones de riesgo, consolidando su evolución hacia un bienestar integral y sostenido.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

- **Aplicar estrategias de autorregulación** diariamente ante situaciones de enojo, frustración o presión social, utilizando técnicas aprendidas como la respiración, la pausa y el registro emocional.
- **Mantener un diario de autocontrol y reflexión**, anotando situaciones difíciles, emociones sentidas, estrategias utilizadas y aprendizajes obtenidos.

Observaciones y recomendaciones

- **Mantener la práctica constante de autorregulación emocional**, aplicando técnicas como respiración profunda, pausa consciente y reflexión antes de actuar, especialmente en situaciones de tensión o conflicto.
- **Fortalecer el diálogo interno positivo**, reforzando sus logros y cualidades personales diariamente para consolidar la autoestima y la autoconfianza.

Canalización Pertinente **SI: ____** **NO:_x_**

RIA de Promoción y Mantenimiento: __X____ **Atención por Morbilidad: ____**

Ciudad: _____AGUADAS, _____Fecha: D 22__/M_09__/A__2025_____

FIRMA DEL PROFESIONAL

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO