| | | |
|---|---|---|
| Hospital San José De Aguadas E.S.E. | **Plan de Intervenciones Colectivas PIC**<br>Ficha de Intervención | Territorial<br>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: DIDIER ANDRES VALENCIA** | **NÚMERO DE DOCUMENTO: 1055834427** |
| **NOMBRE DEL ACUDIENTE: LILIANA PATRICIA LONDOÑO** | **NÚMERO DE DOCUMENTO: 1055831967** |
| **EPS USUARIO: SALUD TOTAL** | **REGIMEN: SUBSIDIADO** |
| **DIRECCION: ETAPA 1 CASA #** | **TELEFONO DE CONTACTO: 3216979210** |
| **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** | |
| Ha desarrollado conciencia sobre la importancia de identificar emociones difíciles y aplicar estrategias de afrontamiento saludables. Se evidencia evolución en la regulación emocional, la comunicación de sus sentimientos y la disposición para buscar apoyo cuando lo necesita. | |
| **Intervención del profesional frente a la situación (planes y acciones desarrolladas)** | |
| Hora de inicio: 3:00 p. m.<br>Hora de cierre: 4:30 p. m.<br><br>Se aborda el tema a desarrollar de acuerdo al plan de intervención<br>**Tareas:**<br>Completar un registro breve de emociones intensas en la semana, anotando qué desencadenó el malestar y qué recurso del botiquín logró usar.<br>Identificar una persona de confianza con la que pueda hablar en caso de sentir ganas de autolesionarse y escribir su nombre en un papel visible.<br><br>Practicar al menos una vez al día la técnica de respiración consciente.<br><br>“Usé la respiración cuando me dieron ganas de llorar, y se me pasó más rápido.”<br><br>El adolescente cumplió de manera satisfactoria con las actividades asignadas. En su registro de emociones, logró identificar momentos de enojo y tristeza durante la semana, reconociendo los factores que los desencadenaron y las estrategias utilizadas para gestionarlos. Manifestó haber empleado con éxito recursos de su *botiquín emocional*, como escuchar música, escribir y practicar respiración consciente, lo cual le permitió disminuir la intensidad del malestar. | |

hablar en caso de experimentar pensamientos o impulsos de autolesión, mostrando una actitud responsable y mayor apertura hacia la búsqueda de apoyo.
Finalmente, practicó la técnica de respiración consciente de forma diaria, expresando que le ayudó a relajarse, concentrarse mejor y mantener la calma ante situaciones que antes le generaban ansiedad.

**Actividad: "Mi semáforo de emociones"**
Favorecer la identificación de emociones intensas y la aplicación de estrategias de afrontamiento, reforzando la autorregulación emocional y la prevención de conductas de riesgo.

**Desarrollo:**

1. Dibujar un **semáforo** con tres colores:
   - Rojo: emociones muy intensas o situaciones que generan malestar fuerte. "Cuando me sentí muy enojado con un compañero, pensé que quería lastimarme, pero respiré y me calmé."
   - Amarillo: emociones que requieren atención y autocontrol. "Me sentí nervioso antes de un examen, pero respiré profundo y repasé tranquilo."
   - Verde: emociones positivas o recursos que lo ayudan a sentirse bien. "Escuchar música me relajó cuando estaba ansioso.

El adolescente completó la actividad del "Semáforo de emociones" identificando con claridad situaciones de malestar intenso (rojo), emociones que requieren autocontrol (amarillo) y recursos que le ayudan a sentirse bien (verde). Mostró comprensión sobre la importancia de reconocer sus emociones y aplicar estrategias de afrontamiento saludables, evidenciando mayor control emocional y conciencia de sus recursos internos y externos.

A lo largo del proceso de intervención, se observó una **mejoría significativa en la regulación emocional, la comunicación asertiva y la prevención de conductas de riesgo**, incluyendo la elaboración de emociones difíciles de forma segura. El adolescente finaliza las intervenciones con mayor autoconocimiento, capacidad para manejar situaciones de presión y disposición para mantener hábitos de autocuidado, reflejando un progreso importante en su bienestar personal y social.

| **Planteamientos de acuerdos y compromisos** |
|---|
| Continuar aplicando las estrategias de autorregulación emocional aprendidas durante el proceso, incluyendo el uso de su "botiquín emocional", respiración consciente y otras herramientas de afrontamiento. |
| **Observaciones y recomendaciones** |
| Continuar practicando regularmente las estrategias de autorregulación emocional aprendidas, como la respiración consciente, el uso del botiquín emocional y los recursos del semáforo de emociones. |
| **Canalización Pertinente SI: ____ NO:_X_** |
| **RIA de Promoción y Mantenimiento: __X____ Atención por Morbilidad: ____** |

Ciudad: _____AGUADAS _____Fecha: D_15__/M_09__/A__2025

FIRMA DEL PROFESIONAL

DIDIER ANDRES VALENCIA

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO