Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**DIRECCIÓN TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS** **PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC** **FICHA DE INTERVENCION INDIVIDUAL** **ESTRATEGIA: ACOMPAÑAMIENTO A MUJERES QUE VIVEN VIOLENCIAS**	

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO: ESE HOSPITAL SAN JOSÉ	**FECHA:08/08/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: LAURA PEÑA LOPEZ	**PROFESIÓN: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: **ADIELA BERMUDEZ CASTAÑO**	**NÚMERO DE DOCUMENTO:** **24527693**
EPS: SALUD TOTAL	**RÉGIMEN: SUBSIDIADO**
DIRECCIÓN: B. LA SEXTA	**TELÉFONO DE CONTACTO:** **3203977535**
CRITERIO DE LA INTERVENCIÓN: **ENCUENTRO INICIAL _____ ENCUENTRO DE SEGUIMIENTO _____ ENCUENTRO DE CIERRE ____X_____**	
CARACTERIZACIÓN DEL RIESGO: BAJO ___X_____ MEDIO _____ ALTO _____	

Objetivos del encuentro

- Evaluar los avances logrados en el fortalecimiento de su autoestima y autoconfianza.
- Reforzar herramientas de manejo emocional frente a recuerdos de violencia vivida.
- Consolidar estrategias para establecer y mantener límites saludables.
- Fortalecer su capacidad de identificar y responder ante señales de riesgo.
- Repasar y reforzar la ruta de atención en caso de identificar comportamientos de violencia.

Impresión diagnóstica frente a la situación

En el diagnóstico inicial, Adiela relató antecedentes de violencia psicológica y física con su expareja, situación que motivó la apertura de procesos institucionales de protección. Aunque actualmente no existe riesgo físico activo, su historia dejó secuelas emocionales importantes, particularmente temor a reincidir en dinámicas violentas y una disminución en la percepción de su propio valor, en el primer encuentro, se identificaron pensamientos asociados a culpa y miedo que influían en su forma de relacionarse, así como

dificultades para confiar en nuevas personas. Adiela manifestó que, aunque había finalizado la relación violenta, en ocasiones temía que las situaciones vividas se repitieran en el futuro.

Durante el segundo encuentro, la usuaria reportó avances en la identificación de señales de alerta y en la implementación de límites personales. Reconoció haber reducido la tendencia a justificar comportamientos irrespetuosos y expresó sentirse más consciente de la importancia de su bienestar emocional.

En este encuentro, Adiela comenta que se siente más tranquila y con mayor control sobre sus reacciones emocionales. Relata que recientemente, ante una interacción con una persona que intentó minimizar sus opiniones, pudo responder con seguridad y sin sentir temor, lo que para ella representa un cambio significativo respecto a su comportamiento anterior, así mismo, expresa que la revisión de la ruta de atención le dio confianza para actuar de forma preventiva, evitando así caer en relaciones o dinámicas que puedan ser perjudiciales para su salud emocional. Su testimonio refleja un fortalecimiento en la percepción de su capacidad de decisión y en su sentido de autonomía.

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

Durante este encuentro, se reforzó el **trabajo sobre autoestima y autoconfianza**, mediante ejercicios de autorreconocimiento donde Adiela enumeró sus logros y cualidades, reconociendo cómo estas le han permitido superar momentos difíciles, se revisó nuevamente su **plan personal de límites**, incorporando situaciones específicas que había identificado como de riesgo y estableciendo estrategias claras para abordarlas de manera segura y asertiva.

Se trabajó el **manejo de emociones ante recuerdos de violencia**, aplicando técnicas de respiración y visualización positiva para contrarrestar pensamientos intrusivos. Se hizo énfasis en que estos recuerdos no definen su presente ni su futuro, además, se desarrolló una **simulación de escenarios de riesgo** en los que la usuaria practicó respuestas asertivas y mecanismos de autoprotección, fortaleciendo así su capacidad de reacción ante posibles situaciones de vulnerabilidad.

Finalmente, se repasó la **ruta de atención y las redes de apoyo institucional y comunitario**, asegurando que tenga acceso inmediato a estos recursos en caso de ser necesario.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

- Continuar con la práctica diaria de ejercicios de autorreconocimiento y afirmaciones positivas.
- Aplicar su plan personal de límites en interacciones sociales y familiares.
- Utilizar las técnicas de respiración y visualización ante recuerdos o pensamientos intrusivos.

Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**DIRECCIÓN TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS** **PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC** **FICHA DE INTERVENCION INDIVIDUAL** **ESTRATEGIA: ACOMPAÑAMIENTO A MUJERES QUE VIVEN VIOLENCIAS**	

- Mantener activa su red de apoyo y comunicar cambios relevantes en su bienestar emocional.
- Conservar la información de la ruta de atención en un lugar de fácil acceso.

Observaciones y recomendaciones

Adiela presenta avances significativos en la gestión de sus emociones y en la implementación de límites saludables. Se evidencia una mayor seguridad personal y una disposición proactiva para prevenir situaciones de riesgo.

Recomendaciones:

1. Continuar reforzando la práctica de técnicas de manejo emocional para consolidar la estabilidad alcanzada.
2. Participar en actividades grupales que fortalezcan la confianza y promuevan vínculos saludables.
3. Revisar periódicamente su plan de límites para adaptarlo a nuevas experiencias y aprendizajes.

Canalización Pertinente **SI____** **NO____X____**

Ciudad: Fecha: D_08_/M_08___ /A__2025___

Jaime Peña López

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP:237298

Adiela Bermudez

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO