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: **ELIZABETH SANCHEZ**	**NÚMERO DE DOCUMENTO:** **1057758801**
EPS: NUEVA EPS	**RÉGIMEN: SUBSIDIADO**
DIRECCIÓN: B. LA CABAÑA	**TELÉFONO DE CONTACTO:** **3132138387**
CRITERIO DE LA INTERVENCIÓN: **ENCUENTRO INICIAL ____ ENCUENTRO DE SEGUIMIENTO _____ ENCUENTRO DE CIERRE ____X_____**	
CARACTERIZACIÓN DEL RIESGO: BAJO ___X_____ MEDIO _____ ALTO _____	

Objetivos del encuentro

- Evaluar avances en la autovaloración y manejo emocional desde el inicio del proceso de acompañamiento.
- Consolidar herramientas de comunicación asertiva y establecimiento de límites protectores.
- Reforzar el criterio afectivo para prevenir relaciones con dinámicas de control o violencia.
- Resignificar experiencias pasadas que afectaron su autoestima.
- Reafirmar el conocimiento de la ruta de atención en caso de presentarse situaciones de riesgo.

Impresión diagnóstica frente a la situación

En la evaluación inicial, Elizabeth manifestó antecedentes de violencia verbal y control psicológico en una relación pasada. Aunque actualmente no tiene pareja ni riesgo físico, su relato evidenciaba baja autoestima y temor a iniciar nuevos vínculos afectivos por miedo a repetir patrones violentos.

En el primer encuentro, se identificó que gran parte de su inseguridad provenía de frases humillantes y descalificadoras recibidas durante esa relación, las cuales habían sido interiorizadas como verdades.

Esto se tradujo en pensamientos como *"tal vez yo tengo la culpa"* o *"no sirvo para una relación sana"*, en el segundo encuentro, se trabajó en la identificación y sustitución de estas creencias limitantes mediante técnicas de reestructuración cognitiva. Elizabeth reconoció que *"he dejado que las palabras de él definan cómo me veo"* y comenzó a reemplazar estas ideas por afirmaciones positivas como *"mi valor no depende de lo que digan los demás"*. También se inició el fortalecimiento de su criterio afectivo y la definición de límites claros.

En este encuentro, Elizabeth expresó sentirse más tranquila y segura de sí misma. Ha retomado actividades personales que había abandonado, como salir a caminar y participar en reuniones familiares, lo que ha fortalecido su sentido de independencia. Manifiesta: *"Ya no me siento tan vulnerable, ahora pienso más en lo que quiero y no en lo que otros esperan de mí"*. Aunque todavía presenta cierta inseguridad en contextos nuevos, se observa una notable mejora en su autoconfianza y capacidad para reconocer conductas de riesgo.

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

Se inició la sesión revisando los logros obtenidos y cómo estos se han visto reflejados en su vida cotidiana. Se reforzó el reconocimiento de sus avances mediante retroalimentación positiva y la validación de su esfuerzo.

Se trabajaron ejercicios de **ensayo de límites**, donde Elizabeth practicó respuestas cortas y firmes ante escenarios hipotéticos de manipulación o descalificación. Se utilizó la técnica de "disco rayado" para mantener su posición sin entrar en confrontaciones prolongadas. También se realizó un ejercicio de **línea de vida afectiva**, identificando momentos clave en los que permitió o detuvo comportamientos agresivos, con el fin de reforzar la idea de que tiene la capacidad de actuar frente a situaciones que no le generan bienestar.

Se reforzó la **resignificación de experiencias pasadas**, analizando cómo cada vivencia ha aportado aprendizajes y fortalecido su criterio afectivo. Además, se abordó la importancia de mantener espacios que la nutran emocionalmente, como actividades recreativas y contacto con personas que le brinden apoyo genuino. Finalmente, se revisó la **ruta de atención** y se hizo un ejercicio de memorización de contactos clave para que se sienta preparada ante cualquier eventualidad, aunque actualmente no exista riesgo.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

- Continuar practicando respuestas asertivas ante posibles intentos de manipulación.
- Mantener la participación en actividades personales y sociales que le generen bienestar.
- Revisar su línea de vida afectiva periódicamente para identificar y prevenir patrones nocivos.
- Mantener visible y actualizada la información de la ruta de atención.

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**	

- Dedicar al menos un momento semanal para reforzar afirmaciones positivas sobre su valor personal.

Observaciones y recomendaciones

Elizabeth ha mostrado avances claros en su autoestima y en su capacidad para establecer límites protectores. Ha logrado pasar de una posición de vulnerabilidad a una de mayor seguridad y conciencia de su valor personal.

Recomendaciones:

1. Seguir reforzando la autovaloración a través de prácticas de afirmaciones positivas y autoelogio.
2. Mantener redes de apoyo cercanas y activas.
3. Participar en talleres o espacios comunitarios que fomenten habilidades de liderazgo y comunicación asertiva.

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

Ciudad: Fecha: D_08_/M_08___ /A_2025____

Laura Perez Lopez

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 237298

Elizabeth Sanchez

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO