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:04/08/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: LAURA PEÑA LOPEZ	**PROFESIÓN: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: **LAURA CRISTINA AGUIRRE**	**NÚMERO DE DOCUMENTO:** **1193230612**
EPS: SALUD TOTAL	**RÉGIMEN: CONTRIBUTIVO**
DIRECCIÓN: B. SAN ANTONIO	**TELÉFONO DE CONTACTO:** **3215215877**
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 alcanzados en autoestima, manejo emocional y control de impulsos.
- Consolidar estrategias de toma de decisiones conscientes y seguras.
- Reforzar habilidades de comunicación asertiva y establecimiento de límites.
- Recordar y afianzar la ruta de atención en caso de riesgo de violencia.
- Identificar aprendizajes y herramientas adquiridas durante el proceso para su proyección a futuro.

Impresión diagnóstica frente a la situación

Laura inició el acompañamiento con huellas emocionales marcadas por experiencias de violencia psicológica y verbal en una relación pasada, que habían afectado su seguridad personal y la forma de vincularse afectivamente. En el primer encuentro, su discurso mostraba dudas sobre su capacidad para tomar decisiones protectoras y un temor persistente de repetir patrones dañinos, en el segundo encuentro, se evidenciaron los primeros cambios: comenzó a identificar señales de alerta y a cuestionar ideas que antes justificaban conductas de control. Trabajó en reconocer su derecho a poner límites y en practicar una comunicación más directa y clara.

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**	

En este encuentro, Laura expresa sentirse "más fuerte" y con mayor claridad sobre lo que espera de una relación. Comenta que, en situaciones que antes la habrían hecho callar o evitar el conflicto, ahora ha logrado expresar su punto de vista con respeto y firmeza. También refiere que ha podido distanciarse de personas que no le aportan bienestar, lo que antes le generaba culpa, pero que ahora asume como una acción necesaria para su salud emocional.

Relata que ha retomado hábitos que fortalecen su sentido de control y bienestar, como escribir en un diario personal y dedicar tiempo a actividades creativas. Aunque reconoce que a veces los recuerdos del pasado aún aparecen, afirma que ahora logra "ponerlos en su lugar" y no dejar que condicionen sus decisiones actuales.
En general, se observa una narrativa más coherente y segura, con mayor autoconfianza y una visión más protectora de sí misma. El cambio no solo es verbal, sino que se refleja en acciones concretas y en una mejor gestión de sus emociones frente a retos cotidianos.

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

En este encuentro se aplicó una estrategia de **evaluación de avances** mediante una línea de tiempo, donde Laura ubicó los momentos clave del proceso, desde su inicio hasta la actualidad. Esto permitió visualizar de forma concreta las mejoras en su autoestima, su capacidad de decisión y la gestión de emociones.

Se reforzaron las técnicas de **comunicación asertiva** mediante role-playing, abordando ejemplos reales que Laura ha vivido recientemente. Se practicaron respuestas que integran el reconocimiento de la emoción, la expresión clara de su necesidad y el establecimiento de límites sin confrontación excesiva.
También se trabajó en **toma de decisiones conscientes**, utilizando un esquema de análisis rápido que incluye identificar el problema, considerar las opciones, evaluar riesgos y beneficios, y elegir la alternativa que más proteja su bienestar. Laura manifestó sentirse más segura aplicando este método en su vida diaria.

Se dedicó un espacio al **reforzamiento de la ruta de atención**, asegurando que tenga identificados los puntos de contacto, horarios y personas de apoyo. Se enfatizó que este conocimiento es preventivo y no implica que esté en riesgo, sino que es parte de su plan de autoprotección.
Finalmente, se validaron los logros obtenidos y se trabajó en estrategias para mantenerlos en el tiempo, evitando retrocesos y fortaleciendo el compromiso con su propio bienestar.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

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**	

- Continuar practicando la comunicación asertiva en interacciones cotidianas.
- Mantener los espacios de escritura y actividades creativas como recursos de autocuidado emocional.
- Revisar periódicamente su círculo social para priorizar relaciones que aporten respeto y apoyo.
- Conservar accesible la información de la ruta de atención y socializarla con una persona de confianza.
- Aplicar el método de toma de decisiones conscientes ante situaciones complejas.

Observaciones y recomendaciones

Laura ha mostrado avances significativos en autoconfianza y manejo emocional. Ha pasado de una posición de inseguridad y duda a una postura más firme y protectora, aplicando en su vida cotidiana las herramientas aprendidas.

Recomendaciones:

- Mantener y fortalecer las rutinas de autocuidado que ha adoptado.
- Seguir identificando y gestionando de forma preventiva cualquier señal de control o violencia.
- Practicar de forma constante el análisis previo antes de tomar decisiones importantes, reforzando la autonomía.

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

Ciudad: Fecha: D_04_/M_08___ /A__2025___

Laura Pena Lopez

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 237298

Laura C. Aguirre

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO