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: **MARIA EDUBIGES ARANGO BUSTAMANTE**	**NÚMERO DE DOCUMENTO:** **24529095**
EPS: NUEVA EPS	**RÉGIMEN: SUBSIDIADO**
DIRECCIÓN: B. CENTENARIO	**TELÉFONO DE CONTACTO:** **3127243947**
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 reconstrucción de la autoestima y la confianza personal.
- Consolidar herramientas para identificar señales de riesgo y prevenir la repetición de patrones violentos.
- Fortalecer habilidades de comunicación asertiva y manejo de emociones frente a conflictos.
- Reforzar la ruta de atención como recurso preventivo y de protección.
- Promover el compromiso con acciones de autocuidado y mantenimiento de avances.

Impresión diagnóstica frente a la situación

María Edubiges inició el proceso con afectaciones emocionales derivadas de experiencias de violencia física con su expareja, lo que dejó secuelas en su percepción de seguridad y confianza en los vínculos afectivos. En el primer encuentro, su discurso reflejaba temor de repetir patrones de violencia y una autovaloración debilitada, con dificultades para reconocerse como merecedora de relaciones respetuosas, en el segundo encuentro, se observaron mejoras iniciales: comenzó a identificar situaciones

de riesgo y a reconocer la importancia de poner límites claros. También trabajó en resignificar la experiencia de violencia como un aprendizaje para protegerse, y no como una marca de su identidad.

En este encuentro, María Edubiges expresa sentirse "más tranquila" y con una idea más clara de lo que no quiere en una relación. Relata que ha logrado confrontar comentarios despectivos de personas cercanas sin quedarse callada, algo que antes le generaba temor. Señala que ahora distingue entre discusiones normales y señales de control o agresión, y que ha decidido no involucrarse con personas que muestren comportamientos de este tipo.

Comenta que, aunque los recuerdos de la violencia vivida aún le producen incomodidad, ya no le generan parálisis ni sentimiento de culpa. Ahora es capaz de verbalizar lo que le ocurrió como parte de su historia, pero no como algo que defina su valor. Además, destaca que ha fortalecido sus vínculos familiares y sociales, encontrando en ellos un apoyo activo para su bienestar.
Su narrativa muestra un cambio hacia la autonomía y el autocuidado, con un discurso coherente y un tono más seguro, evidenciando que ha interiorizado herramientas para protegerse y proyectar relaciones saludables.

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

En este encuentro se realizó un ejercicio de **mapa de apoyo**, en el que María Edubiges identificó y clasificó personas, instituciones y recursos a los que puede acudir en caso de necesitar ayuda. Esto le permitió visualizar que cuenta con una red más amplia de la que creía inicialmente.

Se practicaron estrategias de **manejo emocional en momentos de tensión**, utilizando la técnica de respiración consciente y el método "pausa–piensa–responde", para evitar respuestas impulsivas y conservar el control de la situación.

Se trabajó nuevamente el **reconocimiento de señales de riesgo** a través de ejemplos de la vida cotidiana, analizando qué comportamientos constituyen patrones de control y cómo actuar ante ellos. María Edubiges participó activamente, aportando experiencias propias y señalando cómo las gestionaría ahora.

Se reforzó la importancia del **establecimiento de límites**, no solo en relaciones de pareja, sino también en vínculos familiares y sociales, destacando que estos son fundamentales para mantener su bienestar emocional.

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**	

Finalmente, se revisó y reforzó la **ruta de atención**, asegurando que tenga claridad sobre los pasos y recursos disponibles en caso de volver a vivir una situación de violencia. Se le motivó a mantener una actitud preventiva y a continuar con los hábitos y estrategias que le han permitido avanzar.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

- Continuar fortaleciendo sus redes de apoyo y mantener contacto regular con ellas.
- Aplicar las técnicas de manejo emocional practicadas en el acompañamiento.
- Utilizar el método de análisis de riesgo antes de establecer nuevos vínculos afectivos.
- Conservar la información de la ruta de atención en un lugar seguro y de fácil acceso.
- Priorizar actividades que refuercen su autoestima y bienestar emocional.

Observaciones y recomendaciones

María Edubiges ha mostrado avances significativos en la construcción de su autoconfianza y en la capacidad para identificar y gestionar señales de riesgo. Se evidencia una mayor autonomía y una visión más clara sobre la importancia de su bienestar como prioridad.

Recomendaciones:

1. Mantener la práctica regular de técnicas de relajación y manejo emocional.
2. Continuar fortaleciendo el contacto con su red de apoyo para no aislarse.
3. Revisar periódicamente los aprendizajes adquiridos para prevenir retrocesos y mantener conductas protectoras.

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

Ciudad: Fecha: D_04_/M_08___ /A_2025____

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP:237298

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO