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:14/08/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: LAURA PEÑA LOPEZ	**PROFESIÓN: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: **TATIANA RAMIREZ GIL**	**NÚMERO DE DOCUMENTO:** **1002802557**
EPS: NUEVA EPS	**RÉGIMEN: CONTRIBUTIVO**
DIRECCIÓN: B. EL CHOCHO	**TELÉFONO DE CONTACTO:** **3144851844**
CRITERIO DE LA INTERVENCIÓN: **ENCUENTRO INICIAL _____ ENCUENTRO DE SEGUIMIENTO _____ ENCUENTRO DE CIERRE ____X_____**	
CARACTERIZACIÓN DEL RIESGO: BAJO ___X_____ MEDIO _____ ALTO _____	

Objetivos del encuentro
• Consolidar los aprendizajes alcanzados en el manejo emocional y la comunicación asertiva. • Reforzar el control de impulsos y la toma de decisiones conscientes en contextos de conflicto. • Afianzar la capacidad de establecer y mantener límites claros en sus relaciones. • Potenciar la autovaloración y la confianza en sus criterios afectivos. • Recordar y afianzar la ruta de atención como recurso preventivo ante cualquier señal de riesgo.
Impresión diagnóstica frente a la situación
En los encuentros iniciales, Tatiana presentaba un patrón relacional caracterizado por "picos emocionales", con ciclos de conflicto y reconciliación que afectaban su estabilidad emocional, aunque no existía violencia física activa. Su discurso reflejaba cierta normalización de las discusiones y una tendencia a postergar la expresión de sus sentimientos para evitar confrontaciones.

En el segundo encuentro, se identificó que estas dinámicas habían debilitado su autoestima y generado inseguridad para expresar necesidades emocionales de forma asertiva. Se trabajó entonces la identificación de creencias erróneas, como la idea de que "discutir es normal si uno quiere a la pareja" o que "la relación mejora si la otra persona cambia". Se introdujeron herramientas de comunicación emocional y de autocuidado para romper con estos patrones.

En el tercer encuentro, Tatiana mostró avances significativos: empezó a poner en práctica técnicas de comunicación no violenta, así como estrategias para regular sus emociones antes de responder en medio de una discusión. Reportó sentirse más tranquila y con mayor control sobre sus reacciones.

En este cuarto encuentro, expresa con seguridad: *"Ahora puedo decir lo que pienso sin sentir que todo va a terminar mal"*. Su tono es más calmado, mantiene contacto visual constante y relata experiencias recientes donde ha logrado expresar desacuerdo sin que la situación escale. El nivel de riesgo actual se considera **bajo**, dado que no se observan indicadores de violencia activa ni dependencia emocional marcada, pero se mantiene la recomendación de continuar reforzando sus habilidades comunicativas y preventivas.

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

En este último encuentro se buscó reforzar y consolidar las herramientas adquiridas:

- **Refuerzo de la comunicación asertiva**: Se realizaron ejercicios prácticos en los que Tatiana debía expresar desacuerdo o incomodidad utilizando la técnica del "mensaje en primera persona" y validando sus emociones.
- **Control de impulsos**: Se revisaron situaciones recientes en las que sintió enojo o frustración, identificando cómo logró manejar la emoción antes de responder y reforzando las estrategias que le funcionaron.
- **Fortalecimiento de autoestima**: Se trabajó en el reconocimiento de sus logros durante el proceso y en la construcción de una lista de cualidades personales para reforzar su autovaloración.
- **Toma de decisiones protectoras**: Se discutieron posibles escenarios de tensión relacional y cómo abordarlos desde el autocuidado y el respeto propio, definiendo criterios claros para identificar si una relación se mantiene en parámetros saludables.
- **Ruta de atención**: Se repasó de forma detallada, enfatizando que puede ser utilizada de forma preventiva y no solo en casos de violencia evidente.

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**	

Planteamientos de acuerdos y compromisos

- Continuar aplicando la comunicación asertiva en todas sus interacciones, no solo en el ámbito de pareja.
- Mantener la práctica de respiración consciente y autorregulación emocional antes de abordar un conflicto.
- Revisar periódicamente su estado emocional y la calidad de sus relaciones, actuando de forma preventiva si detecta señales de riesgo.
- Usar la ruta de atención en caso de identificar cualquier conducta de control o violencia.

Observaciones y recomendaciones

Tatiana ha demostrado avances significativos en su capacidad de comunicación y manejo emocional, logrando pasar de una postura de inhibición o evasión ante el conflicto a una expresión asertiva y tranquila de sus necesidades.

Recomendaciones:

- Mantener la práctica de técnicas de comunicación no violenta para evitar el desgaste emocional.
- Fortalecer su red de apoyo social para contar con espacios seguros de validación y acompañamiento.
- Continuar registrando en un diario emocional las situaciones de conflicto para identificar patrones y oportunidades de mejora.

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

Ciudad: Fecha: D_14_/M_08___ /A_2025____

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 237298

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO