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: **VERALIZ CRUZ**	**NÚMERO DE DOCUMENTO:** **1056642322**
EPS: SALUD TOTAL	**RÉGIMEN: SUBSIDIADO**
DIRECCIÓN: B. EL NOVENTA	**TELÉFONO DE CONTACTO:** **3132301255**
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 en la resignificación de experiencias de violencia vividas durante su adolescencia y juventud.
- Consolidar habilidades para identificar y establecer límites claros en las relaciones interpersonales.
- Fortalecer la autoestima y la autoconfianza como factores protectores.
- Practicar estrategias de autocuidado emocional y prevención de recaídas en vínculos dependientes.
- Reforzar la ruta de atención en caso de presentarse situaciones de violencia.

Impresión diagnóstica frente a la situación

En la valoración inicial, Veraliz refirió antecedentes de violencia durante la adolescencia y juventud, con impactos significativos en la confianza y en la manera en que percibe las relaciones afectivas. Aunque actualmente no reporta riesgo físico, se identificaron patrones aprendidos de dependencia emocional y temor a establecer vínculos por miedo a repetir experiencias de maltrato.

En el primer encuentro, se trabajó en el reconocimiento de estos patrones y en el fortalecimiento de la autoestima, invitándola a registrar logros y cualidades personales como estrategia para construir una visión más positiva de sí misma. Ella manifestó que gran parte de su inseguridad provenía de frases y

actitudes despectivas vividas en el pasado, durante el segundo encuentro, se profundizó en el concepto de límites claros, desarrollando un plan personal que le permitiera identificar situaciones incómodas y tomar decisiones protectoras sin culpa. Veraliz expresó que había comenzado a decir "no" en ciertas circunstancias y que esto le daba una sensación de libertad y control.

En este encuentro, Veraliz relata que siente mayor seguridad para expresar lo que le incomoda y que ya no busca la aprobación constante de las personas cercanas. Menciona un caso reciente en el que decidió no retomar contacto con una expareja que le propuso "volver a intentarlo", reconociendo que esta persona no representaba un vínculo saludable para ella. En sus palabras: "Antes me hubiera dado miedo quedarme sola, ahora prefiero estar tranquila que en una relación que me haga daño".
Su tono y lenguaje corporal reflejan mayor convicción en sus decisiones, y afirma que el proceso le ha permitido "abrir los ojos" frente a comportamientos que antes normalizaba.

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

Se revisó junto con Veraliz el avance en la implementación de su plan de límites protectores, destacando las decisiones acertadas que ha tomado en los últimos meses. Se reforzó la importancia de mantener estos límites de manera consistente, incluso frente a vínculos con carga emocional significativa, ademas, se realizaron ejercicios prácticos de **rol de conversación asertiva**, en los que practicó cómo rechazar propuestas o comentarios inapropiados sin sentirse culpable, fortaleciendo su lenguaje verbal y no verbal.

Se trabajó en el **reconocimiento de logros emocionales** alcanzados durante el proceso, identificando cambios en la forma en que se percibe a sí misma y en la calidad de sus interacciones sociales y se introdujo un ejercicio de **autocuidado programado**, donde Veraliz definió actividades semanales para su bienestar (como caminatas, lectura y encuentros con amistades positivas), con el fin de mantener su estado emocional equilibrado.

Finalmente, se repasó de forma detallada la **ruta de atención y recursos institucionales**, asegurando que tenga presente cómo y dónde buscar apoyo en caso de presentarse una situación de violencia.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

- Mantener la aplicación de su plan de límites protectores en cualquier interacción que le genere incomodidad.
- Continuar practicando la comunicación asertiva en contextos personales y sociales.
- Realizar, como mínimo, una actividad semanal orientada al autocuidado y bienestar emocional.
- Conservar y actualizar 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**	

- Revisar periódicamente sus avances y ajustar estrategias según sea necesario.

Observaciones y recomendaciones

Veraliz muestra un avance significativo en la autoconfianza y en la capacidad de tomar decisiones que priorizan su bienestar. Ha dejado de normalizar conductas de control y violencia, y se percibe más empoderada para construir relaciones sanas.

Recomendaciones:

- Continuar reforzando la autoestima mediante la práctica de afirmaciones positivas y autorreconocimiento.
- Mantener y ampliar sus redes de apoyo con personas que promuevan un entorno respetuoso y seguro.
- Implementar un registro mensual de logros personales y emociones para monitorear su evolución.

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

Ciudad: Fecha: D_08__/M_08___ /A_2025____

Laura Pena Lopez

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP:237298

Veraliz Cruz

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO