	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO: ESE HOSPITAL SAN JOSE	**FECHA:15/09/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: LAURA PEÑA LOPEZ	**PROFESION: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: JUAN PABLO GIRALDO GIL	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1114153883**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: LUZ ANGELA RESTREPO	**NÚMERO DE DOCUMENTO:24527448**
EPS USUARIO: ASMET SALUD	**REGIMEN:SUBSIDIADO**
DIRECCION: EL NOVENTA	**TELEFONO DE CONTACTO: 3135719604**
DIMENSION Y LINEA: Convivencia Social y Salud Mental	
RESULTADO TAMIZAJE POSIT	
RIESGO ____ SIN RIESGO __X___	
INTERVENCION BREVE RESULTADO	
PRIMERA INTERVENCION ____ SEGUNDA INTERVENCION __X__ TERCERA INTERVENCION ____ CONTROL Y SEGUIMIENTO ____	
Objetivo de la Visita	
Favorecer en Juan Pablo el manejo adecuado de la impulsividad y los comportamientos agresivos, promoviendo hábitos de autocontrol, fortaleciendo la comunicación familiar y orientando el uso responsable del tiempo libre, especialmente frente a los videojuegos.	
Impresión diagnostica frente a la situación	
Juan Pablo Giraldo Gil es un adolescente que, durante las primeras aproximaciones, manifestó dificultades en la regulación de su conducta, caracterizadas principalmente por episodios de agresividad y comportamientos disruptivos tanto en el entorno académico como familiar. Desde la primera intervención se evidenció una baja motivación académica, así como una dinámica familiar marcada por la permisividad de la madre y el control rígido del padre. Estos estilos parentales contradictorios parecen generar en el adolescente confusión respecto a los límites, lo cual repercute directamente en sus formas de relacionarse y de responder a las normas. En la primera sesión se documentó que Juan Pablo tiende a presentar conductas agresivas hacia sus pares cuando percibe situaciones de frustración o pérdida de control. Él mismo expresó: *"cuando me molestan, yo no me aguanto, yo les digo cosas o a veces empujo"*. Este tipo de verbalización confirma que no cuenta con estrategias de regulación emocional ni con un repertorio amplio de respuestas ante la frustración, lo que lo conduce a reacciones inmediatas de agresión. Asimismo, docentes señalaron que en el aula se observa un patrón de provocación constante, acompañado de dificultades para sostener la atención en actividades académicas. Uno de los hallazgos más relevantes está relacionado con el uso excesivo de videojuegos, especialmente en el celular. Juan Pablo relató: *"yo juego mucho Free Fire, casi todos los días"*. Lo que inicialmente podría considerarse una actividad recreativa normal en adolescentes, en su caso se ha convertido en un factor de riesgo, pues no regula el tiempo dedicado y presenta consecuencias directas en su comportamiento. Según lo descrito, cuando pierde una partida tiende a irritarse, gritar o incluso golpear objetos de su entorno. Él mismo reconoció: *"cuando pierdo me da mucha rabia, le pego a la pared o boto el celular"*. Este patrón de frustración ante la pérdi-	

da indica un bajo umbral de tolerancia a la frustración y un aprendizaje deficiente de autocontrol.

En el plano familiar, la figura de la madre aparece como sobreprotectora y permisiva. Juan Pablo expresó: *"mi mamá casi nunca me dice nada, yo hago lo que quiero"*. En contraste, la figura paterna se presenta como estricta y controladora, lo que genera choques frecuentes entre ambos. El adolescente lo expresó con la frase: *"mi papá solo regaña y manda, por eso casi no le digo nada"*. La coexistencia de estos estilos parentales opuestos contribuye a la desorganización de su comportamiento, pues no percibe reglas consistentes y claras.

En lo académico, se constató un bajo rendimiento escolar, que no se relaciona directamente con dificultades cognitivas sino con falta de motivación, compromiso y autorregulación. Juan Pablo reconoce que no estudia lo suficiente y que a veces no entrega tareas. Dijo: *"a mí el estudio me aburre, yo prefiero jugar"*. Esta preferencia por el ocio digital sobre las responsabilidades académicas limita su desempeño y aumenta la percepción de fracaso, lo que a su vez retroalimenta su baja autoestima académica.

Durante la segunda intervención, se profundizó en la relación entre emociones, conducta y videojuegos. Juan Pablo fue capaz de identificar que la mayoría de sus enojos recientes estaban vinculados a discusiones por el uso del celular o a frustraciones en el juego. Reconoció: *"cuando me quitan el celular me pongo furioso, no quiero hablar con nadie"*. Esta declaración muestra la presencia de un patrón de dependencia al dispositivo, no necesariamente por el consumo de SPA, sino por la falta de regulación en las dinámicas de ocio.

Al explorar sus emociones, tendió a responder con monosílabos o frases cortas, lo que refleja dificultades en la introspección y el reconocimiento emocional. Ante la pregunta de cómo se sentía, dijo: *"normal, a veces bravo"*. Sin embargo, al utilizar recursos gráficos como tarjetas de emociones, logró identificar estados de aburrimiento, enojo, tristeza y ansiedad. Confesó: *"cuando pierdo o me regañan, me da tristeza, pero yo no lloro, mejor me enojo"*. Esto confirma que la agresividad funciona como un mecanismo de defensa ante emociones de vulnerabilidad.

En el ámbito social, docentes refieren que suele tener conflictos con compañeros, pues su estilo agresivo genera rechazo y aislamiento en algunos casos. Aunque también cuenta con un grupo reducido de amigos con quienes juega en línea, se observa que estas interacciones se desarrollan más en el plano digital que en el presencial. Esto podría limitar el desarrollo de habilidades sociales, reforzando patrones de comunicación agresiva o evasiva.

La impresión diagnóstica de Juan Pablo integra los siguientes elementos:

- Dificultades en regulación emocional con predominio de irritabilidad y agresividad.
- Uso problemático de videojuegos, con repercusiones en conducta y rendimiento académico.
- Baja motivación escolar y ausencia de hábitos de estudio.
- Dinámica familiar contradictoria (madre permisiva y padre controlador), lo que genera inestabilidad en normas y límites.
- Déficit en habilidades sociales y en reconocimiento emocional.
- Factores protectores: capacidad reflexiva emergente (cuando se le guía), presencia de figuras parentales y posibilidad de regulación a través de actividades deportivas.

Esta segunda intervención permitió confirmar que los riesgos de Juan Pablo no se concentran únicamente en una sospecha de consumo de SPA, sino en un contexto psicosocial que lo hace vulnerable frente a conductas de riesgo, entre ellas el uso problemático de la tecnología como vía de evasión y la agresividad como forma de relacionamiento.

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

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

La segunda intervención con Juan Pablo estuvo enfocada en tres ejes principales: regulación emocional, manejo del tiempo frente a los videojuegos y fortalecimiento de la comunicación familiar.

a. Apertura y estado actual Se inició con un diálogo abierto sobre cómo había estado desde la primera sesión. Juan Pablo respondió: *"igual, jugando y enojándome cuando me quitan el celular"*. Esta respuesta fue utilizada como punto de partida para explorar con mayor profundidad la relación entre el juego y sus emociones.

b. Exploración del vínculo con los videojuegos Se le pidió que relatara una situación reciente relacionada con el juego. Narró: *"el sábado estaba jugando y perdí varias veces, me dio tanta rabia que tiré el celular a la cama, mi papá me gritó y nos peleamos"*. Este relato permitió analizar los pensamientos y emociones asociados: frustración, enojo hacia sí mismo y hacia su padre, y la percepción de injusticia.

Se aplicó un ejercicio de registro de emociones: se le pidió escribir en una hoja tres situaciones que le generan rabia y describir qué piensa en ese momento. En una de ellas anotó: *"cuando pierdo pienso que soy malo y que nunca voy a ganar"*. Este pensamiento refleja baja autoestima y tendencia a la autocrítica.

c. Reconocimiento de emociones y reestructuración cognitiva Con apoyo de la técnica de la "rueda de pensamientos", se exploró cómo un pensamiento negativo conduce a una emoción intensa y a una conducta impulsiva. Juan Pablo reconoció: *"sí, cuando pienso que soy malo, me da rabia y hago cosas feas"*. Posteriormente se trabajó en generar pensamientos alternativos, como: "puedo mejorar si practico" o "perder es parte del juego".

d. Entrenamiento en autorregulación Se implementó la técnica de la pausa consciente, que consiste en detenerse durante unos segundos antes de reaccionar impulsivamente. Se practicó con ejemplos cotidianos: cuando pierde en el juego o cuando su padre lo regaña. Inicialmente mostró resistencia, diciendo: *"eso no me va a salir"*. Sin embargo, al practicarlo en sesión con ejercicios de respiración profunda, expresó: *"me sentí menos bravo, aunque raro"*.

e. Role playing familiar Se realizó un ejercicio de dramatización donde el profesional interpretó el papel del padre y Juan Pablo representó cómo suele reaccionar. Luego se invirtieron los roles. Al vivenciar el papel del padre, expresó: *"sí, es que uno se desespera cuando no le hacen caso"*. Este ejercicio favoreció la empatía y la comprensión de la perspectiva paterna.

f. Fortalecimiento de factores protectores Se exploró qué otras actividades, además de los videojuegos, le generan satisfacción. Mencionó el fútbol y salir en bicicleta. Expresó: *"cuando salgo en cicla me divierto más que jugando, pero casi no lo hago"*. Se reforzó la importancia de diversificar su tiempo libre y se acordó integrar más actividades físicas como estrategia de regulación.

g. Construcción de acuerdos concretos Se trabajó en un plan de uso responsable de videojuegos, donde él mismo propuso: *"jugar solo dos horas en la tarde después de hacer las tareas"*. Este compromiso fue validado y se reforzó como un paso hacia la autorregulación.

h. Cierre y reflexión Al finalizar, expresó: *"me gustó hablar de lo que siento cuando juego, yo pensaba que solo era rabia, pero también es tristeza"*. Este comentario refleja un avance en la introspección y el reconocimiento emocional.

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

Planteamientos de acuerdos y compromisos

1. Reducir el tiempo de videojuegos a un máximo de dos horas diarias, después de cumplir responsabilidades académicas.
2. Practicar la técnica de pausa consciente y respiración profunda antes de reaccionar con agresividad.
3. Conversar con su madre sobre una actividad alternativa para compartir en la semana.
4. Participar en al menos una actividad física semanal (fútbol o bicicleta).

Observaciones y recomendaciones

Observaciones:

1. Juan Pablo mostró mayor disposición a hablar de sus emociones en comparación con la primera sesión.
2. Reconoció que la tristeza es una emoción subyacente a su agresividad, lo cual representa un avance importante.

Recomendaciones:

1. Continuar con el entrenamiento en autorregulación emocional, incorporando técnicas de respiración y pausa consciente.
2. Supervisar el uso de videojuegos, promoviendo un equilibrio con actividades físicas y académicas.
3. Fomentar la comunicación familiar, reduciendo la discrepancia entre la permisividad materna y el control paterno.

Canalización Pertinente **SI: ___** **NO:__X_**

RIA de Promoción y Mantenimiento: _____ **Atención por Morbilidad: _____.**

Ciudad: Belalcázar, Caldas Fecha: D: 15 /M: 09 /A: 2025

Laura Peña López
Psicologa
TP 237298

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 237298

Juan Pablo Giraldo Gil

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO