	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: MARIANA CHICA ATEHORTUA	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1056642557**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: ANA MARIA ATEHORTUA	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1057759114**
EPS USUARIO: NUEVA EPS	**REGIMEN:CONTRIBUTIVO**
DIRECCION: LA PLAZUELA	**TELEFONO DE CONTACTO: 3104276683**
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 Mariana procesos de elaboración de duelo, fortalecimiento de la motivación académica y regulación emocional, integrando sus recursos familiares y personales como factores protectores frente a los riesgos biopsicosociales identificados.	
Impresión diagnostica frente a la situación	
Mariana es una adolescente que se encuentra atravesando un proceso de duelo por la muerte de su madre, evento que ocurrió hace menos de un año y que ha significado una ruptura en su cotidianeidad y en la dinámica de su vida escolar, familiar y personal. Durante la primera intervención relató con un tono de voz bajo y pausado: *"después de que mi mamá murió, todo cambió, ya nada es igual"*. Esta afirmación refleja la magnitud del impacto que el fallecimiento ha tenido sobre ella, reconociendo que gran parte de su malestar emocional actual se asocia directamente a esta pérdida. A nivel conductual, Mariana cuenta con un historial de conflictos dentro de la institución, expresados en agresiones verbales y físicas hacia algunas compañeras. Sin embargo, desde el fallecimiento de su madre, estas conductas han disminuido significativamente. Ella misma reconoce que: *"ya no peleo tanto, no me dan ganas"*. Este cambio puede explicarse por dos vías: por un lado, la tristeza y la baja energía emocional propias del duelo, y por otro, una posible toma de conciencia de la importancia de mejorar su comportamiento tras un evento vital que le mostró la fragilidad de la vida. No obstante, no se descarta que en situaciones de tensión pueda reactivar conductas de agresión si no se fortalecen sus habilidades de regulación emocional. Académicamente, Mariana ha manifestado una disminución en su motivación. Refiere que antes tenía más interés en sus estudios, pero que ahora: *"hay días en que no quiero hacer nada, como que no me importa"*. La baja motivación es un síntoma frecuente dentro de los procesos de duelo y puede estar acompañada de sentimientos de apatía, cansancio emocional y falta de concentración. En este caso, se relaciona directamente con la vivencia de tristeza y el esfuerzo psicológico que representa adaptarse a la ausencia de una figura tan significativa.	

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

A nivel emocional, Mariana reconoce sentirse triste con frecuencia, pero ha aprendido a identificar que esta tristeza se debe principalmente a la pérdida de su madre. Expresó: *"sé que me siento así por eso, porque me hace mucha falta"*. Esta capacidad de reconocimiento es positiva, ya que le permite darle un sentido a su malestar en lugar de percibirlo como algo sin explicación. Sin embargo, aunque reconoce la causa, aún no cuenta con suficientes herramientas para procesar la intensidad de la emoción y encontrar formas adaptativas de expresarla.

En cuanto a su red de apoyo, Mariana señala que su padre y su hermana mayor han estado presentes y la acompañan en este proceso. Refirió: *"mi papá y mi hermana me ayudan, no me dejan sola"*. Este soporte familiar constituye un factor protector esencial, dado que brinda contención y acompañamiento. La cercanía de su hermana, en particular, parece ser un recurso fundamental, ya que Mariana la menciona como alguien con quien puede hablar y recibir comprensión. Otro aspecto relevante es que Mariana ya inició un proceso de atención psicológica externa, lo que representa un espacio adicional para trabajar el duelo y fortalecer recursos emocionales. Esto amplía las posibilidades de apoyo y asegura una intervención más especializada. No obstante, desde el PIC es necesario reforzar la motivación escolar y la construcción de un proyecto de vida, elementos que podrían verse debilitados si el proceso de duelo no se acompaña adecuadamente.

La impresión diagnóstica en Mariana se centra en un duelo en curso con manifestaciones de tristeza frecuente, baja motivación académica y antecedentes de conductas agresivas que, aunque actualmente disminuidas, requieren seguimiento. Se identifican como factores protectores la presencia activa de su familia (padre y hermana), el inicio de un proceso terapéutico externo y su capacidad para reconocer la causa de su malestar emocional.

En síntesis, Mariana se encuentra en una fase vulnerable de su desarrollo, donde el duelo marca profundamente su estado emocional y sus conductas. Si bien cuenta con apoyos, es necesario continuar fortaleciendo la elaboración de la pérdida, brindando herramientas de regulación emocional y reforzando su motivación académica y su proyecto de vida como aspectos claves para prevenir riesgos mayores, incluidos comportamientos disruptivos o posibles acercamientos a conductas de riesgo.

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

La segunda intervención se orientó a dar continuidad al trabajo iniciado en la primera sesión, con especial énfasis en la elaboración de duelo y en la motivación académica, integrando actividades proyectivas y técnicas de regulación emocional.

a. Inicio y acercamiento La sesión comenzó con un diálogo abierto sobre cómo había estado en los últimos días. Mariana, con tono bajo, dijo: *"he estado más o menos, a veces me dan ganas de llorar y me acuerdo de mi mamá"*. Esta frase permitió validar de inmediato la conexión emocional que sigue presente con la pérdida y abrió la puerta para profundizar en la experiencia de duelo.

b. Actividad proyectiva: "La carta a mamá" Se invitó a Mariana a escribir una carta dirigida a su madre, en la que pudiera expresar lo que siente, lo que extraña y lo que le gustaría contarle. Mariana aceptó y durante varios minutos escribió en silencio. Al leer un fragmento, expresó: *"te extraño mucho, quisiera que estuvieras aquí para ver cómo sigo, a veces siento que no puedo, pero me acuerdo de ti"*. Este ejercicio permitió externalizar emociones contenidas y brindó un espacio de expresión segura y simbólica.

c. Psicoeducación sobre el duelo Se explicó a Mariana que el duelo es un proceso natural que pasa por diferentes etapas, y que sentirse triste o sin motivación es parte de esa vivencia. Se utilizó la metáfora de "las olas del mar", explicando que a veces la tristeza llega como una ola fuerte y otras veces es más leve, pero que con el tiempo se aprende a navegar mejor esas olas. Mariana comentó: *"sí, a veces siento que la tristeza me pega de repente, pero después se me pasa"*. Esta reflexión permitió validar sus emociones y darle un marco comprensible.

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

d. Dinámica de motivación académica: "Mi motor para seguir" Se trabajó con Mariana en identificar razones por las que vale la pena esforzarse en sus estudios, a pesar de la tristeza. Ella dijo: *"mi mamá siempre me decía que estudiara para ser alguien, y mi papá también me lo recuerda"*. Se construyó un listado de "motores" o motivaciones, entre los cuales incluyó: honrar la memoria de su madre, darle orgullo a su padre y hermana, y tener un futuro mejor. Esta actividad permitió vincular la motivación académica con el recuerdo positivo de su madre.

e. Técnicas de regulación emocional: respiración y escritura emocional Se reforzó la práctica de respiración consciente para momentos de tristeza intensa. Además, se le propuso que cada vez que sintiera la necesidad de llorar o expresar, escribiera en un cuaderno lo que estaba pensando y sintiendo. Mariana aceptó, diciendo: *"me gusta escribir, tal vez eso me ayude"*.

f. Revisión de factores protectores Se conversó sobre la importancia del acompañamiento de su padre y su hermana. Mariana expresó: *"ellos me ayudan mucho, no quiero preocuparlos, pero sé que están ahí"*. Se reforzó la idea de que apoyarse en ellos no significa ser una carga, sino fortalecer la unión familiar.

g. Cierre con visualización positiva La sesión finalizó con un ejercicio de visualización, invitando a Mariana a imaginar un momento del futuro donde se sintiera orgullosa de sí misma. Ella dijo: *"me veo terminando el colegio, mi papá y mi hermana aplaudiendo"*. Este cierre permitió integrar esperanza y metas a su proceso.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

1. Escribir en su cuaderno al menos dos veces por semana sobre lo que siente respecto a su madre.
2. Practicar la respiración consciente cuando experimente tristeza intensa.
3. Recordar y reforzar sus "motores académicos" cuando sienta desmotivación.
4. Compartir al menos una conversación significativa con su hermana sobre cómo se siente.

Observaciones y recomendaciones

Observaciones:

1. Mariana mostró apertura emocional significativa al escribir y compartir fragmentos de la carta a su madre.
2. A pesar de la tristeza, logró vincular la memoria de su madre con la motivación académica, lo que es un recurso protector relevante.

Recomendaciones:

1. Continuar el proceso psicológico externo con enfoque en duelo.
2. Involucrar a la institución en el refuerzo positivo de sus logros académicos.
3. Estimular espacios familiares de conversación para mantener la cercanía afectiva.

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
Psicóloga
TP 237298

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 237298

Mariana chica.

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO