	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO: ESE HOSPITAL SAN JOSE	**FECHA:09 /09/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: LAURA PEÑA LOPEZ	**PROFESION: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: RAFAELA MARIN	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1059706824**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: ANGELA VIVIANA MARIN	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 9507151798**
EPS USUARIO:NUEVA EPS	**REGIMEN:SUBSIDIADO**
DIRECCION: MATADERO	**TELEFONO DE CONTACTO: 3106452853**
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	
Fortalecer las habilidades de reconocimiento emocional, manejo de la tristeza y resiliencia en Rafaela, teniendo en cuenta su contexto familiar particular y la dificultad para hablar de sus padres biológicos. Consolidar factores protectores como la relación con su tía y el adecuado rendimiento académico, al tiempo que se promueve la construcción de una red de apoyo más sólida, desde un enfoque psicoeducativo y cognitivo–conductual.	
Impresión diagnostica frente a la situación	
Durante esta segunda intervención, se profundizó en la situación personal, emocional y familiar de Rafaela, evidenciando cómo su contexto de vida ha configurado tanto factores protectores como vulnerabilidades que requieren acompañamiento. La adolescente vive con su tía, su tío y una prima que presenta diagnósticos clínicos de depresión y esquizofrenia, situación que ha influido de manera importante en la dinámica familiar. Ella misma refiere que han "aprendido a sobrellevar las crisis de mi prima", lo que indica una exposición constante a experiencias de salud mental complejas en su núcleo cercano. Este contacto, aunque doloroso y cargado de tensión, también le ha permitido desarrollar una capacidad de adaptación, pero a la vez representa un riesgo de naturalización de situaciones de sufrimiento emocional. En el plano familiar, Rafaela reconoce tener buena relación con todos, aunque manifiesta que su tía suele molestarse con ella porque pasa mucho tiempo en el celular. Esta situación, aunque en apariencia sencilla, refleja una diferencia intergeneracional y de expectativas, donde la tecnología y la comunicación digital son parte importante de la vida de la adolescente, pero pueden generar tensiones en su entorno cotidiano. En la sesión, Rafaela expresó frases como: *"me da rabia que me quiten el celular porque es lo que me entretiene y me conecta con otros"*. Esta declaración permite comprender que, aunque cuenta con una familia presente, existe un vacío en el reconocimiento de sus necesidades emocionales y de socialización, lo cual la lleva a buscar refugio en dispositivos electrónicos. Respecto a sus padres biológicos, Rafaela evita hablar del tema, señalando que lo hará "en otra ocasión porque por ahora me pone muy triste". La evitación y postergación de la conversación sobre este aspecto refleja un dolor profundo que no ha sido elaborado. Esta dinámica, desde el punto de vista clínico, puede estar asociada a un	

duelo no resuelto o a un conflicto interno respecto al abandono o separación, lo que afecta la construcción de identidad y el sentido de pertenencia. El silencio en torno a los padres, sumado a la tristeza manifiesta cuando se toca el tema, constituye un indicador de vulnerabilidad emocional.

En lo académico, la adolescente refiere buen rendimiento y los docentes confirman que cumple con sus responsabilidades. Esto se convierte en un factor protector significativo, pues le otorga un sentido de logro y estructura a su vida cotidiana. Sin embargo, se observó que su motivación hacia el estudio se encuentra vinculada más al cumplimiento externo que a un deseo personal profundo, lo que sugiere la necesidad de reforzar la conexión entre su proyecto de vida y el aprendizaje.

En el plano social, mantiene relaciones adecuadas con sus pares y no se evidencian conflictos relevantes. Sin embargo, menciona sentirse sola en algunos momentos, lo cual se relaciona con la escasa red de apoyo que reconoce más allá de su tía y prima. El hecho de vivir en un entorno donde la salud mental de otra integrante de la familia ocupa un lugar prioritario puede haber limitado la atención emocional recibida por Rafaela, generando la percepción de carencia afectiva.

En términos emocionales, Rafaela expresó durante la sesión frases como: *"cuando estoy triste no sé con quién hablar"* y *"mejor me quedo callada porque no quiero preocupar a nadie"*. Estas afirmaciones revelan una tendencia a la represión emocional y a la falta de canales de comunicación seguros, lo cual incrementa el riesgo de aislamiento y de acumulación de malestar. Aunque no manifiesta ideación suicida ni conductas autolesivas, la dificultad para expresar lo que siente constituye un signo de alerta que debe seguirse trabajando.

Desde la perspectiva biopsicosocial, se pueden resumir los principales hallazgos en Rafaela:

Factores de riesgo:

- Ausencia de comunicación sobre sus padres biológicos, con tristeza no elaborada.
- Escasa red de apoyo más allá de la familia nuclear con la que convive.
- Uso excesivo del celular como medio de escape emocional.
- Exposición cotidiana a situaciones de crisis en la salud mental de su prima.
- Tendencia a reprimir emociones y evitar hablar de lo que le genera tristeza.

Factores protectores:

- Buen rendimiento académico.
- Presencia de tía y tío como cuidadores.
- Adecuadas relaciones con pares.
- Capacidad de adaptación frente a situaciones familiares complejas.

En síntesis, Rafaela se encuentra en una etapa de relativa estabilidad, pero con una fragilidad emocional latente, asociada a la ausencia de sus padres biológicos y a la percepción de soledad. Aunque el riesgo directo de consumo de SPA no es evidente, los factores de aislamiento, represión emocional y uso excesivo de tecnología podrían incrementar la vulnerabilidad en escenarios futuros si no se fortalecen las habilidades de afrontamiento y redes de apoyo.

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

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

a. Se inició la sesión recordando los acuerdos de la primera intervención, destacando la importancia de expresar emociones y reconocer los apoyos disponibles. Rafaela comentó que había intentado hablar más con su tía, pero dijo: *"ella casi no me entiende, se pone brava"*. Esto permitió introducir la reflexión sobre las diferencias de comunicación y las alternativas para expresar necesidades sin generar conflicto.

b. Se aplicó la técnica de "escala del malestar", en la cual debía puntuar de 1 a 10 cómo se había sentido durante la última semana. Rafaela señaló un 6, mencionando: *"me puse triste porque me quitaron el celular, y porque pensé en mis papás"*. Este ejercicio facilitó la verbalización de emociones que normalmente evita.

c. Se trabajó con la técnica de reestructuración cognitiva, identificando pensamientos automáticos negativos relacionados con la ausencia de los padres. Rafaela expresó: *"seguro no estoy con ellos porque no les importo"*. A partir de allí se cuestionó esta idea, generando alternativas más realistas y menos dañinas, como la posibilidad de que existan circunstancias externas que no dependen de ella.

d. Se desarrolló la actividad "mi caja de recursos emocionales", donde se le invitó a crear una lista de actividades o personas que le ayuden a sentirse mejor cuando está triste. Incluyó escuchar música, hablar con una amiga, salir a caminar y dibujar. Este recurso será implementado como estrategia práctica de autorregulación.

e. Se exploró la importancia del uso equilibrado del celular. A través de un diálogo reflexivo, Rafaela reconoció que: *"cuando me quitan el celular me siento sola, como si no tuviera nada más que hacer"*. Se trabajó en generar alternativas de ocio offline, acordando probar al menos dos actividades nuevas en casa sin el uso de dispositivos.

f. Finalmente, se fortaleció el proyecto de vida. A través de la actividad "línea del tiempo", Rafaela señaló que en cinco años se imagina estudiando en la universidad y viviendo sola. Esta proyección le generó entusiasmo, diciendo: *"quiero estudiar psicología porque me gustaría ayudar a las personas"*. Este elemento constituye un factor motivacional clave para mantener su compromiso académico.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

1. Utilizar la "caja de recursos emocionales" cuando experimente tristeza.
2. Conversar con su tía al menos una vez por semana sobre un tema personal, aunque sea breve.
3. Probar dos actividades recreativas sin celular en la próxima semana.
4. Realizar un registro semanal de pensamientos negativos y su reestructuración en frases más realistas.

Observaciones y recomendaciones

Observaciones:

- Rafaela participó con disposición y apertura progresiva al hablar de sus emociones.
- Se evidenció tristeza vinculada a la ausencia de los padres biológicos, aunque sin conductas de riesgo inmediatas.

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

Recomendaciones:

1. Mantener seguimiento psicológico escolar con enfoque en regulación emocional y fortalecimiento de red de apoyo.
2. Promover la integración de actividades familiares que fortalezcan la comunicación con la tía.
3. Explorar actividades extracurriculares que fortalezcan el sentido de pertenencia y reduzcan la dependencia del celular.

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

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

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

Laura Peña López
Psicologa
TP 237298

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 237298

Rafaela Marín.

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO