	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO: ESE HOSPITAL SAN JOSE	**FECHA: 25/09/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: LAURA PEÑA LOPEZ	**PROFESION: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: ALEJANDRO CASTILLO LOPEZ	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1101177241**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: LUZ ANGELA LOPEZ	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 104918472**
EPS USUARIO: SALUD TOTAL	**REGIMEN:SUBSIDIADO**
DIRECCION: MIRAFLORES	**TELEFONO DE CONTACTO: 3218190783**
DIMENSION Y LINEA: Convivencia Social y Salud Mental	
RESULTADO TAMIZAJE POSIT	
RIESGO ____ SIN RIESGO __X___	
INTERVENCION BREVE RESULTADO	
PRIMERA INTERVENCION ____ SEGUNDA INTERVENCION ____ TERCERA INTERVENCION __X__ CONTROL Y SEGUIMIENTO ____	
Objetivo de la Visita	
Consolidar en Alejandro estrategias de autorregulación emocional y reconocimiento de su historia personal, promoviendo la elaboración de las emociones asociadas a la separación de sus padres, la baja motivación académica y la dificultad para aceptar y expresar sentimientos de tristeza, con el fin de fortalecer su resiliencia y factores protectores familiares y escolares.	
Impresión diagnostica frente a la situación	
Alejandro ha venido mostrando, a lo largo de las intervenciones previas, un patrón consistente de **baja motivación académica**, dificultades de **regulación emocional** y un marcado componente de **evitación afectiva**. La narrativa presentada por él en la primera intervención, cuando expresó que "cuando pienso en cuando vivía con mis dos papás me siento feliz, pero cuando recuerdo cómo estoy ahora me pongo muy triste", da cuenta de una vivencia de duelo no resuelto frente a la separación de sus padres. Este duelo se manifiesta en un estado de **anhelo por la reunificación familiar** y en una tendencia a evadir emociones asociadas, lo que se traduce en somatizaciones ("me dolía alguna parte del cuerpo") y en estrategias defensivas frente a la tristeza. En la segunda intervención se evidenció un proceso incipiente de **reconocimiento emocional**, aunque Alejandro mantiene una postura rígida frente a la expresión de sentimientos. Se observó que, si bien logró identificar algunos factores protectores —como el afecto y cuidado recibido por su madre—, sigue existiendo una percepción de **carencia afectiva paterna** que se traduce en sentimientos de vacío y en la repetición de pensamientos relacionados con la falta de la figura paterna. Su comportamiento dentro del entorno académico refleja **conductas de oposición y dificultades para ajustarse a la norma**, además de replicar conductas agresivas observadas en su hermano, lo que refuerza la idea de un aprendizaje vicario de la agresión como forma de expresión emocional. Desde la perspectiva clínica, se puede afirmar que Alejandro presenta características asociadas a una **distimia reactiva** o a un trastorno adaptativo con estado de ánimo depresivo, considerando la persistencia de tristeza, la baja motivación académica, la presencia de pensamientos recurrentes sobre el pasado y la dificultad para proyectarse al futuro de manera positiva. No obstante, se resalta la presencia de factores protectores significativos, como	

la relación de cuidado con su madre, la posibilidad de expresar en espacios terapéuticos sus inquietudes y la disposición mostrada en la segunda intervención para participar en actividades de identificación emocional.

Otro aspecto relevante es la **idealización del pasado familiar**. Alejandro mantiene una fuerte fijación en la etapa en la que vivía con sus dos padres, construyendo un relato en el cual esa época representa un estado de plenitud afectiva. Esta idealización, sin embargo, impide la aceptación de la situación actual y limita el proceso de adaptación. En psicología cognitivo-conductual, este tipo de pensamiento se relaciona con **distorsiones cognitivas de tipo "todo o nada"**, ya que tiende a percibir su bienestar emocional como dependiente exclusivamente de la presencia de ambos padres en el hogar.

En la evaluación conductual, se han identificado **respuestas de evitación y negación** frente al dolor emocional, que se manifiestan en expresiones como "no me dolía por dentro, me dolía en el cuerpo", reflejando un proceso de somatización que funciona como defensa para no confrontar la tristeza. La falta de aceptación de emociones dolorosas es un factor de riesgo, ya que puede derivar en acumulación de tensión emocional y en la búsqueda de conductas externas que funcionen como distractores, incluyendo riesgo de consumo de SPA si no se interviene de manera adecuada.

A nivel académico, la desmotivación se asocia directamente con el estado emocional. La evidencia muestra que Alejandro no logra sostener hábitos de estudio consistentes, lo que genera una espiral de frustración y refuerza la baja autoestima. Se resalta, sin embargo, que en las sesiones ha mostrado disposición para reflexionar y expresar frases que, aunque breves, revelan una comprensión de su malestar. Este avance, aunque pequeño, constituye un hito importante en el proceso, ya que se abre la posibilidad de trabajar desde la psicoeducación en la **normalización del reconocimiento emocional** como parte del desarrollo personal.

En conclusión, la impresión diagnóstica de Alejandro en esta tercera intervención se centra en:

- **Duelo no resuelto** frente a la separación de los padres.
- **Evitación emocional y somatización** como estrategias defensivas.
- **Baja motivación académica** relacionada con el estado afectivo.
- **Replicación de conductas agresivas** por aprendizaje vicario.
- **Distorsiones cognitivas** que idealizan el pasado e impiden la adaptación.
- **Factores protectores** como el apoyo de la madre y la disposición a participar en el proceso terapéutico.

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

a. Se inició la sesión con un espacio de contención emocional en el que Alejandro fue invitado a relatar cómo había estado desde la última intervención. Se observó un tono de voz bajo, expresiones de cansancio y una tendencia inicial al silencio. Para facilitar la comunicación, se implementó una técnica proyectiva utilizando tarjetas emocionales, donde él seleccionó imágenes que representaban tristeza y enojo. A partir de esta selección, expresó: "Cuando veo familias completas me da rabia y tristeza, porque no es justo que yo no pueda tener eso".

b. Se aplicó un ejercicio de **reestructuración cognitiva**, focalizado en identificar pensamientos automáticos relacionados con la idealización del pasado. Se trabajó en frases que Alejandro suele repetir, como "yo era feliz cuando vivía con mis dos papás", confrontándolas con preguntas socráticas: "¿Qué cosas buenas tienes ahora que no tenías antes?" o "¿Qué te hace sentir cuidado hoy?". A través de este diálogo, reconoció que su madre le brinda apoyo constante y que su tío ha estado presente en algunos momentos importantes, lo que permitió flexibilizar la idea rígida de que solo el pasado familiar le garantizaba bienestar.

c. Se realizó una actividad de **psicoeducación sobre el duelo**, explicando que las emociones de tristeza y enojo son parte normal del proceso de adaptación a una pérdida significativa, como la separación de los padres. Se utilizó un lenguaje adaptado a su edad, enfatizando que "sentirse triste no significa ser débil, significa que lo que perdiste era valioso para ti". Este marco permitió validar sus emociones y reducir el sentimiento de anormalidad que lo lleva a evitarlas.

d. Para trabajar en la **expresión emocional adaptativa**, se implementó la técnica del "diálogo interno escrito". Alejandro fue invitado a escribir una carta a su padre, sin la intención de entregarla, expresando lo que siente respecto a la distancia y a lo que le hace falta. Durante la lectura parcial de la carta en voz baja, mencionó: "A veces me siento abandonado, pero trato de no pensarlo porque me da más tristeza". Este ejercicio permitió que, por primera vez, identificara y verbalizara la sensación de abandono.

e. Se incorporó un espacio de **role playing**, en el cual se representaron situaciones de conflicto con pares en el aula. El objetivo fue modelar respuestas asertivas y reducir la tendencia a replicar conductas agresivas. Alejandro inicialmente mostró resistencia, riéndose nerviosamente, pero progresivamente logró ensayar frases como "prefiero no pelear, mejor hablamos después". Este logro fue reforzado con retroalimentación positiva, resaltando su capacidad para ensayar alternativas al comportamiento impulsivo.

f. En relación con la **motivación académica**, se utilizó la técnica del establecimiento de metas SMART (específicas, medibles, alcanzables, realistas y con tiempo). Alejandro identificó como objetivo principal "sacar al menos un 3.5 en matemáticas en el próximo período". Se diseñó un plan de acción que incluía estudiar con un compañero dos veces por semana y solicitar apoyo adicional a un profesor. Se enfatizó la importancia de celebrar los avances pequeños como forma de fortalecer su autoestima.

g. Finalmente, se cerró la sesión con un ejercicio de **respiración consciente y visualización guiada**, orientado a proporcionar una herramienta de autorregulación emocional en momentos de enojo o tristeza. Alejandro expresó: "Esto me calma un poco, aunque no sé si lo pueda hacer siempre en el colegio". Se reforzó la idea de practicarlo en casa como estrategia preventiva.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

1. Alejandro se compromete a practicar el ejercicio de respiración consciente al menos tres veces por semana en su casa.
2. Elaborará una segunda carta dirigida a su padre, que será compartida parcialmente en la próxima sesión.
3. Se compromete a estudiar matemáticas con un compañero dos veces por semana y registrar el cumplimiento en un cuaderno.
4. Evitará participar en peleas dentro del entorno escolar, ensayando la frase "prefiero no pelear" como estrategia de afrontamiento.

Observaciones y recomendaciones

Observaciones

- Alejandro mostró mayor disposición para abordar emociones de tristeza en comparación con sesiones previas.
- Persiste la tendencia a idealizar el pasado, aunque se observan avances en la identificación de apoyos presentes.

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

Recomendaciones

1. Mantener continuidad en las intervenciones psicológicas con énfasis en reestructuración cognitiva y regulación emocional.
2. Involucrar a la madre en un espacio de orientación parental para fortalecer estrategias de apoyo en casa.
3. Coordinar con docentes un seguimiento académico específico en matemáticas y reforzar logros alcanzados para motivarlo.

Canalización Pertinente SI: ___ NO:__X_

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

Ciudad: Belalcázar, Caldas Fecha: D: 25 /M: 09 /A: 2025

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 237298

Alejandro.
FIRMA O HUELLA DEL USUARIO