	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO: ESE HOSPITAL SAN JOSE	**FECHA: 29/09/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: LAURA PEÑA LOPEZ	**PROFESION: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: ANTONIO JOSE ARANGO MARIN	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1054480577**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: SANDRA MILANDY MARIN AGUDELO	**NÚMERO DE DOCUMENTO:24529037**
EPS USUARIO: NUEVA EPS	**REGIMEN:SUBSIDIADO**
DIRECCION: LA SEXTA	**TELEFONO DE CONTACTO: 3135837927**
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	
Favorecer en Antonio José procesos de reconocimiento y expresión emocional, disminuyendo la tendencia al aislamiento y la somatización, fortaleciendo la comunicación con figuras significativas de su familia y desarrollando herramientas de afrontamiento resiliente frente a las experiencias de bullying y exclusión que han afectado su bienestar emocional.	
Impresión diagnostica frente a la situación	
Antonio José ha mostrado en el transcurso de las intervenciones un **perfil caracterizado por introversión, retraimiento social y tendencia a la somatización emocional**. En la primera intervención manifestó con frases cortas y evasivas que "cuando me siento mal, prefiero no hablar, me duele la cabeza o el estómago", lo que refleja un estilo de afrontamiento centrado en lo físico más que en lo verbal. Esta forma de expresar el malestar se enmarca dentro de un patrón de **inhibición emocional**, común en adolescentes que han experimentado contextos de bullying o exclusión social. Desde los informes institucionales y lo referido en la segunda intervención, se sabe que Antonio ha sido víctima de burlas y comentarios por parte de sus compañeros, situación que generó en él un fuerte sentimiento de inseguridad y retraimiento. Comentó: "Ellos se ríen de mí, por eso prefiero no hablar en clase", lo cual permite comprender que el bullying recibido ha impactado su **autoestima académica y social**, llevándolo a reducir su participación en actividades escolares y a limitar la expresión de sus ideas por miedo al ridículo. El adolescente mantiene una **relación cercana con su madre y su abuela**, quienes son sus principales figuras de apoyo, aunque la ausencia de su padre ha generado en él sentimientos de vacío y cuestionamiento. Si bien reconoce que su madre lo cuida, expresa que "ella trabaja mucho y casi no hablamos", reflejando una percepción de distancia afectiva. Esta situación se convierte en un factor de riesgo, ya que la **falta de comunicación abierta en casa** impide que Antonio logre procesar sus emociones en un entorno seguro. A nivel emocional, se observa una clara **tendencia a la tristeza y la inhibición**, con signos compatibles con	

sintomatología ansiosa. La segunda intervención permitió identificar pensamientos automáticos como "si hablo, seguro me van a criticar", que limitan su interacción social y refuerzan su aislamiento. Estos esquemas cognitivos, sumados a la experiencia de exclusión previa, consolidan un estilo de afrontamiento evitativo que se traduce en retraimiento y somatización.

Académicamente, Antonio José mantiene un desempeño aceptable, aunque con fluctuaciones relacionadas con su estado emocional. Los docentes reportan que entrega sus trabajos pero rara vez participa en clase, lo que es coherente con su estilo introvertido. Este aspecto académico actúa como **factor protector parcial**, pues mantiene sus responsabilidades, aunque el costo emocional que paga para cumplirlas es alto debido a su dificultad para manejar la presión y la ansiedad social.

Durante la última sesión, se evidenció que Antonio se siente más cómodo en espacios pequeños y con adultos, mientras que los grupos grandes le generan temor y retraimiento. Dijo: "Con usted sí hablo porque no me juzga", lo que confirma que, en un entorno de confianza, logra abrirse y expresar emociones. Esto representa un punto clave para la intervención: **cuando se generan vínculos terapéuticos seguros, Antonio despliega recursos internos de comunicación y reconocimiento emocional**.

En términos de riesgo frente al consumo de SPA, Antonio no presenta conductas de acercamiento ni refiere pares consumidores. Sin embargo, su vulnerabilidad radica en la **baja autoestima y en la dificultad para procesar emociones**, lo que en un futuro podría derivar en la búsqueda de mecanismos externos de regulación. El riesgo no es inmediato, pero sí potencial si no se fortalecen sus estrategias de afrontamiento.

Factores de riesgo identificados:

- Historia de bullying y exclusión social.
- Baja autoestima académica y social.
- Estilo de afrontamiento evitativo (mutismo, somatización).
- Escasa comunicación emocional en el núcleo familiar.

Factores protectores:

- Relación significativa con la madre y la abuela.
- Desempeño académico aceptable y cumplimiento de responsabilidades.
- Capacidad de apertura en contextos terapéuticos seguros.
- Ausencia de pares consumidores en su círculo cercano.

En conclusión, Antonio José presenta un cuadro donde se combinan elementos de **inhibición emocional, baja autoestima y retraimiento social** derivados de experiencias de bullying. Su riesgo frente a consumo de SPA se asocia principalmente a la ausencia de herramientas de afrontamiento emocional. La intervención psicológica debe enfocarse en **fortalecer el reconocimiento de emociones, promover la resiliencia frente a la exclusión, ampliar los recursos de comunicación con su familia y consolidar un autoconcepto positivo** que le permita sostener su desarrollo adolescente sin recurrir a conductas de riesgo.

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

a. La sesión se inició con un espacio de confianza en el que se le invitó a compartir cómo se había sentido en la semana. Antonio comentó: "Estuve tranquilo, pero en clase no hablé porque pensé que se iban a reír". Este punto permitió retomar la conexión entre sus pensamientos anticipatorios y sus emociones de ansiedad. Se utilizó la técnica de **registro de pensamientos**, ayudándole a identificar la cadena pensamiento–emoción–conducta.

b. Se implementó un ejercicio de **psicoeducación sobre bullying y autoestima**, explicándole que las burlas

recibidas no definen su valor personal. A través de ejemplos visuales (una hoja arrugada que, aunque se arruga, no pierde su valor), se trabajó el concepto de dignidad y autoestima. Antonio expresó: "Eso me gusta porque yo siento que sí valgo, pero a veces se me olvida", lo que mostró apertura a integrar la metáfora como recurso de autovaloración.

c. Se realizaron ejercicios de **role playing** para practicar respuestas asertivas frente a comentarios hirientes. El profesional interpretó a un compañero que se burla, y Antonio ensayó frases como "no me gusta lo que dices, respétame" o "eso no es cierto". Aunque al inicio respondió con voz baja, progresivamente logró proyectar mayor seguridad. Este ejercicio fue reforzado con retroalimentación positiva, destacando su esfuerzo por enfrentar situaciones que normalmente evita.

d. Se implementó una actividad de **identificación emocional con tarjetas de emociones**. Se le pidió elegir las tarjetas que describieran cómo se había sentido la última semana. Seleccionó "triste", "preocupado" y "tranquilo", lo cual permitió ampliar su vocabulario emocional. Se trabajó en la normalización de estas emociones y en la idea de que sentir tristeza no es negativo, sino una forma de procesar experiencias difíciles.

e. En el ámbito familiar, se exploró su relación con la madre. Antonio comentó: "Ella siempre está ocupada, pero cuando hablamos en la noche me siento mejor". Se le reforzó la importancia de buscar esos espacios de conversación y se sugirió que prepare una lista corta de temas para hablar con su madre, facilitando la comunicación y evitando quedarse en silencio.

f. Se aplicó un ejercicio de **mindfulness guiado**, centrado en la respiración y en observar pensamientos sin juzgarlos. Antonio refirió: "Me gustó, porque sentí que mi mente se calmaba", mostrando buena receptividad a técnicas de autorregulación emocional. Se recomendó practicar la respiración consciente en casa cuando sienta ansiedad.

g. Finalmente, se trabajó en la construcción de una **línea de vida** sencilla, donde ubicó momentos positivos (jugar con su abuela, ganar un partido en la escuela) y negativos (cuando se burlaron de él). Este ejercicio permitió visibilizar que, aunque existen experiencias dolorosas, también tiene recursos y recuerdos positivos que lo sostienen.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

1. Practicar la respiración consciente al menos tres veces por semana.
2. Preparar una lista de temas para hablar con su madre en la noche.
3. Intentar participar en clase al menos una vez por semana, sin importar la reacción de los demás.
4. Continuar asistiendo a los encuentros psicológicos con disposición a practicar nuevas estrategias.

Observaciones y recomendaciones

Observaciones

- Antonio mostró disposición a ensayar conductas que usualmente evita, como responder a burlas simuladas.
- Reconoce la importancia de su madre y abuela como figuras protectoras.

Recomendaciones

1. Mantener un acompañamiento psicológico constante, con énfasis en autoestima y afrontamiento del bullying.

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

2. Involucrar a la institución educativa en estrategias de inclusión y prevención de acoso escolar.
3. Fomentar actividades extracurriculares donde Antonio pueda sentirse competente y valorado (arte, música, deportes no competitivos).

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

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

Ciudad: Belalcázar, Caldas Fecha: D: 29 /M: 09 /A: 2025

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 237298

Antonio Jose Arango M.
FIRMA O HUELLA DEL USUARIO