	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: BRAULIO EMMANUEL RAMIREZ CARDONA	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1053804956**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: DIANA CARDONA	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1010011654**
EPS USUARIO: NUEVA EPS	**REGIMEN:SUBSIDIADO**
DIRECCION: SAN ANTONIO	**TELEFONO DE CONTACTO: 3226648743**
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	
Promover en Braulio procesos de fortalecimiento de la autoestima, identificación y expresión de emociones, y estrategias de regulación emocional, disminuyendo la autocrítica y conductas de agresividad, así como reforzando factores protectores personales y familiares que contribuyan a prevenir riesgos asociados al consumo de SPA.	
Impresión diagnostica frente a la situación	
Braulio se ha caracterizado a lo largo de las intervenciones por presentar un **patrón de autocrítica severa, baja autoestima y dificultades en la regulación emocional**, que se manifiestan tanto en su autopercepción negativa como en su interacción dentro del contexto académico. Desde la primera intervención emergieron expresiones como "soy un burro" o "no entiendo nada", frases que evidencian un autoconcepto deteriorado y la internalización de creencias desvalorizantes que afectan su rendimiento y su forma de relacionarse con los demás. En el ámbito académico, se ha identificado que, aunque Braulio posee capacidades cognitivas adecuadas, sus **pensamientos automáticos negativos interfieren en su desempeño**. En varias ocasiones relató que, ante dificultades con tareas o asignaturas, en lugar de buscar estrategias de afrontamiento adaptativas, opta por descalificarse y rendirse, lo cual genera un círculo vicioso entre bajo rendimiento, frustración y mayor autocrítica. Este ciclo contribuye al aumento de la irritabilidad y a la aparición de conductas de agresividad en el entorno escolar. Durante la segunda intervención, Braulio manifestó sentirse constantemente comparado con otros, expresando: "Los demás entienden todo y yo no, siempre me quedo atrás". Este pensamiento refleja un proceso de **comparación social negativa** que impacta directamente en su autoimagen, reforzando sentimientos de inferioridad. La percepción de no estar a la altura de sus pares lo lleva a experimentar frustración y, en consecuencia, a responder de manera hostil o defensiva. En cuanto al ámbito emocional, se observa en Braulio una marcada dificultad para **identificar, aceptar y expre-**	

sar emociones de forma saludable. Ante la tristeza, recurre con frecuencia a la irritabilidad o al silencio prolongado, evitando mostrar vulnerabilidad. Esto se alinea con un esquema aprendido de invalidación emocional, en el cual probablemente se le enseñó a no manifestar tristeza o miedo, sino a responder con enojo o evitación. En palabras del propio Braulio: "Si digo que estoy triste, se burlan o no me creen, mejor me enojo y ya".

A nivel relacional, el adolescente presenta conflictos recurrentes con sus pares. Los docentes han reportado episodios de agresividad física y verbal cuando se siente presionado o cuando percibe que no puede cumplir con las exigencias académicas. Esto ha generado en su entorno escolar una **etiqueta negativa** que él mismo ha interiorizado, reforzando aún más su autoconcepto de "problemático". Sin embargo, durante las intervenciones se ha podido observar que Braulio es sensible y reflexivo cuando encuentra un espacio seguro para expresarse, lo cual constituye un recurso protector que debe potenciarse.

En su contexto familiar, se reconoce la existencia de vínculos protectores, aunque no siempre se evidencian estrategias adecuadas para el manejo de la frustración y la autocrítica. Braulio ha referido que su madre es quien más lo acompaña, pero también quien suele corregirlo de manera estricta, lo que en ocasiones refuerza su percepción de insuficiencia. Si bien no se ha reportado exposición directa a consumo de SPA ni presencia de pares consumidores cercanos, los factores emocionales y de autoestima deteriorada constituyen un **riesgo potencial indirecto**, en tanto podría llegar a buscar en el futuro medios externos para aliviar su malestar interno si no desarrolla recursos adaptativos.

Entre los factores de riesgo más relevantes en Braulio se encuentran:

- Baja autoestima y autocrítica severa.
- Tendencia a la frustración y a la autodescalificación.
- Conductas de agresividad en el entorno escolar.
- Dificultad para reconocer y expresar emociones de manera adecuada.
- Comparación social negativa constante.

Por otra parte, se identifican como factores protectores:

- Existencia de una figura materna que, a pesar de la rigidez, representa apoyo.
- Capacidad de reflexionar y expresarse en un entorno terapéutico seguro.
- Ausencia de pares consumidores en su círculo cercano.
- Nivel cognitivo adecuado para el aprendizaje si logra regular sus emociones.

En conclusión, Braulio se encuentra en un momento crucial de su desarrollo, en el cual su **autoestima deteriorada y sus dificultades emocionales** requieren una intervención específica para prevenir que estas problemáticas deriven en conductas de riesgo a futuro. El fortalecimiento de la autoestima, la psicoeducación emocional y el aprendizaje de estrategias de autorregulación se convierten en ejes prioritarios para garantizar su bienestar y reducir riesgos biopsicosociales asociados al consumo de SPA.

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

a. La sesión se inició con un espacio de diálogo en el que Braulio compartió cómo se había sentido la semana anterior. Expresó: "Me fue mal en matemáticas, otra vez me puse bravo y casi me peleo con un compañero". Esta narración permitió trabajar en la relación entre rendimiento académico, frustración y conductas agresivas. Se utilizó un esquema visual donde él mismo fue ubicando la secuencia: dificultad → pensamiento de incapacidad → enojo → agresión.

b. Se aplicó un ejercicio de **reestructuración cognitiva**, en el cual se identificaron frases negativas habituales como "soy un burro" y se trabajó en su transformación hacia pensamientos más adaptativos, como "me cuesta,

pero puedo aprender con práctica". Braulio mostró resistencia inicial, afirmando: "Eso no es cierto", pero con acompañamiento fue capaz de formular al menos dos frases alternativas más realistas, reconociendo que algunas materias sí se le facilitan.

c. Se realizó un ejercicio de **identificación y validación emocional** mediante el uso de tarjetas de emociones. Braulio seleccionó "tristeza", "enojo" y "frustración" como predominantes, pero también eligió "alegría" cuando recordó jugar fútbol con sus amigos. Este reconocimiento permitió validar que no todas sus experiencias son negativas y que puede construir espacios de bienestar.

d. Se implementó un ejercicio de **técnicas de respiración diafragmática** y relajación muscular progresiva. Al practicarlo, Braulio expresó: "Sentí que me calmaba un poco", evidenciando disposición para integrar herramientas de autorregulación. Se le explicó la importancia de usarlas en momentos de enojo antes de reaccionar de forma impulsiva.

e. Con el fin de trabajar en autoestima, se utilizó la dinámica del **"espejo positivo"**, donde Braulio debía mencionar tres aspectos positivos de sí mismo. Inicialmente se mostró evasivo y dijo: "No tengo nada bueno". Tras acompañamiento, identificó: "Juego bien al fútbol", "ayudo a mi mamá cuando lo necesita" y "soy buen amigo con algunos". Este ejercicio fue reforzado con retroalimentación positiva, destacando que esos aspectos son cualidades valiosas.

f. En el ámbito familiar, se exploró cómo se siente cuando su madre lo corrige de manera estricta. Expresó: "Me da rabia porque pienso que nunca hago nada bien". Se trabajó en validar la intención protectora de su madre, diferenciando entre la conducta y su valor personal. Se le recomendó expresar a su madre cómo se siente sin agresión, usando frases como: "Me siento triste cuando me comparan, me gustaría que me dijeras cómo mejorar".

g. Finalmente, se desarrolló un ejercicio de **proyecto de vida inicial**, preguntándole qué le gustaría hacer en el futuro. Braulio respondió: "Quisiera ser futbolista, pero no creo que pueda". Se aprovechó este comentario para trabajar en motivación y establecer metas a corto plazo que aumenten su confianza, como participar en un torneo escolar o mejorar en educación física.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

1. Practicar ejercicios de respiración cuando experimente enojo.
2. Sustituir al menos un pensamiento negativo al día por una afirmación más realista.
3. Conversar con su madre una vez por semana sobre cómo se siente, usando frases en primera persona.
4. Continuar participando en las sesiones con apertura y disposición.

Observaciones y recomendaciones

Observaciones

- Braulio mostró resistencia inicial a identificar aspectos positivos de sí mismo, pero con apoyo logró hacerlo.
- Se evidenció disposición para ensayar técnicas de autorregulación emocional.

Recomendaciones

1. Mantener el acompañamiento psicológico centrado en autoestima y manejo de la frustración.
2. Involucrar al equipo docente en estrategias de refuerzo positivo y prevención de comparaciones.

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

3. Promover la participación de Braulio en actividades deportivas organizadas que refuercen su autoconfianza.
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

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO