	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

EMPRESA SOCIAL DEL ESTADO: ESE HOSPITAL SAN JOSE	**FECHA: 23/09/2025**
NOMBRE DEL PROFESIONAL: LAURA PEÑA LOPEZ	**PROFESION: PSICOLOGA**
NOMBRE DEL USUARIO: JUAN DAVID HENAO RIOS	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1030141046**
NOMBRE DEL ACUDIENTE: VIVIANA HENAO	**NÚMERO DE DOCUMENTO: 1057757108**
EPS USUARIO: NUEVA EPS	**REGIMEN:SUBSIDIADO**
DIRECCION: SAN ANTONIO	**TELEFONO DE CONTACTO: 3234433703**
DIMENSION Y LINEA: Convivencia Social y Salud Mental	
RESULTADO TAMIZAJE POSIT	
RIESGO _X___ SIN RIESGO _____	
INTERVENCION BREVE RESULTADO	
PRIMERA INTERVENCION ____ SEGUNDA INTERVENCION ____ TERCERA INTERVENCION __X__ CONTROL Y SEGUIMIENTO ____	
Objetivo de la Visita	
Fortalecer en Juan David la autorregulación emocional y la motivación académica, promoviendo el uso adecuado del tiempo libre, el manejo de la frustración y el desarrollo de habilidades sociales que le permitan mejorar sus relaciones interpersonales. Se busca además consolidar estrategias preventivas frente a riesgos de exposición a SPA y comportamientos impulsivos.	
Impresión diagnostica frente a la situación	
Desde la primera intervención, Juan David se mostró como un adolescente con baja motivación académica, con dificultad para mantener la atención en clase y con comportamientos impulsivos frente a situaciones de frustración, especialmente cuando se trataba del uso de dispositivos electrónicos o videojuegos. En esa primera etapa expresó: *"cuando pierdo en Free Fire me da mucha rabia, y le pego a la pared o al piso"*. Este relato permitió identificar que el adolescente canaliza su frustración a través de reacciones físicas, lo que lo expone a un riesgo de lesión y a patrones de autorregulación ineficaces. En la segunda intervención se trabajaron aspectos relacionados con la psicoeducación en manejo del tiempo libre y control de impulsos. Juan David manifestó que había intentado reducir las horas de juego en el celular, aunque con dificultad: *"yo digo que solo voy a jugar un rato, pero después se me pasa el tiempo"*. Esta narración reflejó un patrón de comportamiento adictivo y la dificultad de establecer límites claros. Aun así, mostró disposición al cambio y apertura frente a la estrategia de autoinstrucciones para calmarse. En esta tercera intervención, se evidenciaron avances parciales en su capacidad de reconocer detonantes emocionales. Juan David inició la sesión comentando: *"ya casi no le pego a la pared, ahora cuando me enojo me paro y me voy a caminar"*. Esta respuesta mostró un desplazamiento de la conducta impulsiva hacia una estrategia de afrontamiento más adaptativa, lo que indica progreso en la interiorización de lo trabajado. Sin embargo, reconoció que sigue pasando varias horas en videojuegos, lo cual impacta negativamente en su rendimiento académico: *"me pongo a jugar y después no hago tareas, y al otro día me regañan en el colegio"*.	

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

Los hallazgos principales que se consolidan en este momento son:

- **Área afectiva**: presenta impulsividad, baja tolerancia a la frustración y labilidad emocional frente a situaciones de pérdida o fracaso. Ha empezado a aplicar estrategias alternativas de afrontamiento, aunque con dificultad para sostenerlas.
- **Área social**: mantiene un grupo de pares con el que interactúa principalmente en torno a los videojuegos, lo que limita sus experiencias de socialización en espacios más variados.
- **Área familiar**: identifica a su madre como red de apoyo principal, aunque refiere que ella "casi no entiende de juegos", lo que genera cierta distancia en la comunicación.
- **Área académica**: bajo rendimiento y desmotivación, impactados directamente por la falta de organización del tiempo y el uso excesivo del celular.
- **Riesgos**: exposición a patrones adictivos en videojuegos, reacciones impulsivas que pueden derivar en conductas de riesgo, y déficit de motivación académica que aumenta la probabilidad de deserción escolar futura.
- **Factores protectores**: capacidad de verbalizar emociones, disposición a aplicar nuevas estrategias, apoyo materno y conciencia emergente del impacto de sus conductas.

En conclusión, Juan David evidencia un proceso en desarrollo: ha transitado desde la negación y la impulsividad inicial hacia un incipiente reconocimiento de sus detonantes emocionales y una práctica de estrategias de autorregulación. No obstante, la dificultad para sostener cambios y la persistente desmotivación académica siguen siendo áreas críticas que requieren intervención constante y seguimiento clínico.

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

a. La sesión inició con un espacio de retroalimentación, resaltando los avances logrados desde la última intervención. El profesional validó positivamente la estrategia de "caminar para calmarse" como sustituto de la agresión a objetos. Juan David manifestó sentirse orgulloso de este cambio, expresando: *"antes no podía, pero ahora sí me salgo y ya no hago daño"*.

b. Se realizó una dinámica de **línea de tiempo del día**, en la que Juan David organizó sus actividades diarias. El ejercicio permitió identificar que dedica entre 4 y 6 horas al celular, especialmente en videojuegos, lo que reduce el tiempo para tareas escolares y descanso. Esta visualización facilitó el reconocimiento del impacto del mal manejo del tiempo.

c. Se aplicó una actividad de **reestructuración cognitiva**, enfocada en cuestionar la idea de que "jugar es lo único que me relaja". A través de ejemplos y preguntas, se le mostró que también puede experimentar calma y disfrute en actividades físicas, como el fútbol, o en compartir con amigos sin tecnología. Juan David aceptó: *"sí, cuando juego fútbol me siento bien, pero a veces me da pereza salir"*.

d. Se trabajó con la técnica de **contrato conductual**, en la cual el adolescente se comprometió a limitar el uso de videojuegos a un máximo de dos horas diarias y a realizar primero las tareas escolares. Se incluyó la participación de la madre como figura supervisora, sugiriendo establecer horarios visibles en casa.

e. Se implementó un ejercicio de **manejo de emociones con técnicas de relajación**. A través de respiración profunda y conteo progresivo, Juan David logró disminuir signos de tensión física. Al finalizar comentó: *"me sentí como más tranquilo, como que me olvidé de lo que me enoja"*.

	Plan de Intervenciones Colectivas PIC Ficha de Intervención	

f. Para reforzar la motivación académica, se realizó un ejercicio de **metas a corto plazo**. Juan David planteó como objetivo aprobar el área de matemáticas y reconoció que "no pongo cuidado porque me da sueño". Se sugirió aplicar la técnica de fragmentación de tareas, dividiendo los deberes en tiempos cortos y con descansos.

g. En el cierre de la sesión, se reforzó la importancia del apoyo materno. Se sugirió que la madre reconozca con refuerzos positivos cada vez que Juan David cumpla con las tareas antes de jugar.

Planteamientos de acuerdos y compromisos

1. Limitar el uso de videojuegos a un máximo de dos horas diarias.
2. Realizar las tareas escolares antes de usar el celular.
3. Practicar respiración profunda y caminatas cortas como estrategias de manejo del enojo.
4. Participar en al menos una actividad física a la semana fuera del contexto tecnológico.

Observaciones y recomendaciones

- **Observaciones:**

1. Juan David mostró disposición activa durante la sesión y reconoció los avances en el manejo de la impulsividad.
2. Persisten dificultades en la organización del tiempo, lo que impacta directamente en lo académico.

- **Recomendaciones:**

1. Mantener un seguimiento clínico en psicología para reforzar estrategias de autorregulación y motivación.
2. Establecer horarios visibles en casa para controlar el uso del celular, con supervisión materna.
3. Promover la vinculación a actividades deportivas regulares que sustituyan el exceso de videojuegos.

Canalización Pertinente **SI: ___** **NO:_X_**

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

Ciudad: Belalcázar, Caldas Fecha: D: 23 /M: 09 /A: 2025

FIRMA DEL PROFESIONAL
TP: 237298

FIRMA O HUELLA DEL USUARIO