Gobierno de ANSERMA Salud y Desarrollo Social	**ACTA No. 2**	HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL ANSERMA - CALDAS

NOMBRE DE LA REUNIÓN: INTERVENCIÓN 1

FECHA: 20/02/2026

LUGAR: INSTITUCION EDUCATIVA SAN PEDRO

TEMAS: APRENDIENDO A MANEJAR MI ANSIEDAD

NOMBRE DEL MENOR: Darlinson Farley Jimenez Palacio- María Alejandra Palacio Granada (Acudiente)

PERSONA BENEFICIADA: Darlinson Farley Jimenez Palacio- TI: 1058079402

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN:

Proporcionar al estudiante herramientas psicoeducativas y estrategias prácticas que le permita comprender la ansiedad como una respuesta emocional natural, reconocer sus manifestaciones a nivel físico, cognitivo y conductual, e identificar los factores que la desencadenan; con el fin de promover el desarrollo de habilidades de autorregulación, afrontamiento saludable y fortalecimiento de factores protectores que contribuyan a su bienestar emocional y adecuado desempeño en el contexto escolar y personal.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Se da inicio a la reunión con saludo y presentación del objetivo del encuentro, explicando que el espacio está orientado a comprender la ansiedad, reconocer sus manifestaciones y aprender estrategias prácticas para su manejo saludable.

Se establecen acuerdos de convivencia: respeto, escucha activa, participación voluntaria y confidencialidad.

Se realiza explicación clara y accesible sobre:

- Qué es la ansiedad y por qué es una respuesta natural del organismo.
- Diferencia entre ansiedad funcional (adaptativa) y ansiedad desproporcionada.
- Manifestaciones en tres niveles:

-Físico: palpitaciones, sudoración, tensión muscular, dolor abdominal.

-Cognitivo: preocupación excesiva, pensamientos anticipatorios negativos.

-Conductual: evitación, inquietud, dificultad para concentrarse.

Se promueve la participación mediante preguntas orientadoras para favorecer la reflexión.

Posterior a la primera parte del encuentro, se hace entrega de un formato ilustrado en el que aparece la figura de una persona cuya cabeza está representada por una nube. En dicha nube, Darlison deben escribir pensamientos asociados a emociones como felicidad, tristeza o preocupación, con la finalidad de facilitar la identificación de los pensamientos que surgen ante diferentes situaciones de su vida cotidiana y reconocer cómo estos influyen en su estado emocional. A partir de lo consignado, se orienta una reflexión guiada que permita analizar el impacto de dichos pensamientos, promover mayor conciencia emocional y fomentar alternativas de afrontamiento más saludables frente a situaciones que generan malestar.

CONCLUSIONES

Durante la valoración se evidencia nerviosismo manifiesto; el estudiante mueve constantemente las manos y presenta dificultad para mantener contacto visual. En su discurso predominan pensamientos negativos relacionados con su cotidianidad; sin embargo, niega ideación o intencionalidad suicida.

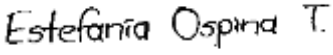
Refiere haber consumido vapeador en una única ocasión. Manifiesta dificultad para identificar y expresar cómo se ha sentido en los últimos días, señalando además desinterés por la realización de actividades.

Expresa que no le gusta llorar, indicando que desde pequeño le enseñaron que “los hombres no lloran”, aprendizaje reforzado tanto en el entorno familiar como escolar. Señala que en la casa se le exigía no mostrar emociones, lo que ha generado que tienda a reprimir lo que siente. Refiere que no suele hablar de sus emociones ni en casa ni con otras personas, debido a que fue educado bajo la idea de guardar lo que siente.

Se observa dificultad significativa en la expresión emocional y en la identificación de estados afectivos, lo cual sugiere necesidad de intervención orientada al fortalecimiento de habilidades de regulación y comunicación emociona

ASISTENTES

NOMBRE	CARGO/DEPENDENCIA/ ENTIDAD	FIRMA
NOMBRE DEL PADRE DE FAMILIA O PERSONA BENEFICIANA MARIA ALEJANDRA PALACIO	**MADRE**	

NOMBRE PROFESIONAL EJECUTOR ESTEFANIA OSPINA TREJOS	**PSICÓLOGA**	
NOMBRE COORDINADOR PIC VALENTINA OCAMPO HERRERA	**COORDINADORA PIC**	