Territorial	**DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS** **PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC** **PLAN DE INTERVENCIÓN**	Hospital San José De Aguadas E.S.E.

Fecha: 14-03-2026

Nombre del usuario: DORIS ADRIANA GALLEGO

Documento de identidad del Usuario: 1055838581

Teléfono de contacto: 3234433216

Dirección completa: ETAPA 1 CALLE 20 A N°30

Nombre del profesional: Yury Marcela Gaviria Guzman

Profesión: Psicóloga

Objetivos:

Brindar acompañamiento emocional a la usuaria en su proceso de duelo por la pérdida de su abuelo, favoreciendo la expresión, validación y elaboración de las emociones asociadas a la ausencia del ser querido, desde un enfoque centrado en la persona.
Asimismo, promover la aceptación progresiva de la pérdida, facilitando la resignificación del vínculo afectivo con su abuelo y fortaleciendo sus recursos personales y redes de apoyo, con el fin de mejorar su bienestar emocional y favorecer su adaptación a la situación actual en el corto plazo.

Técnicas a utilizar:

Se implementarán técnicas propias del enfoque humanista, tales como la escucha activan, la empatía, la validación emocional y la aceptación incondicional positiva, generando un espacio terapéutico seguro que facilite la libre expresión de sentimientos asociados al duelo.
Asimismo, se emplearán técnicas de exploración emocional y resignificación de la experiencia, orientadas a la comprensión del significado de la pérdida en la vida de la usuaria, así como el fortalecimiento de sus recursos internos para el afrontamiento. Se priorizará una intervención no directiva, centrada en la experiencia subjetiva de la usuaria y en su capacidad de autorregulación y crecimiento personal.

Actividades a desarrollar:

Se facilitará un espacio de expresión emocional en el cual la usuaria pueda verbalizar sentimientos de tristeza, vacío, añoranza y pensamientos recurrentes relacionados con su abuelo, favoreciendo la validación de su experiencia de duelo.
Se realizará exploración del significado del vínculo afectivo con su abuelo, identificando el rol que este cumplía en su vida y el impacto de su ausencia en su estado emocional

actual. Se promoverá la resignificación de la pérdida, orientando a la usuaria a reconocer los aprendizajes, recuerdos y aspectos positivos del vínculo como elementos que permanecen en su historia personal.
De igual manera, se brindará psicoeducación breve sobre el proceso de duelo, sus manifestaciones emocionales y su carácter natural, con el fin de disminuir la autocrítica y favorecer la comprensión de su experiencia. Se reforzarán los factores protectores identificados, especialmente su rol como madre, su red de apoyo familiar y su actividad laboral, como elementos que contribuyen a su estabilidad emocional.

Tareas:

Se propone a la usuaria la realización de ejercicios de expresión emocional, como la escritura de una carta dirigida a su abuelo, en la cual pueda expresar sentimientos, pensamientos y aspectos no resueltos, facilitando el proceso de elaboración del duelo.
Asimismo, se sugiere llevar un registro de emociones durante la semana, identificando momentos en los que se intensifica la tristeza y las situaciones asociadas, promoviendo la toma de conciencia emocional.
Se recomienda fortalecer el apoyo social mediante la comunicación con personas significativas como sus padres, así como compartir recuerdos positivos de su abuelo, favoreciendo la resignificación del vínculo.
Adicionalmente, se sugiere la realización de actividades de autocuidado que le generen bienestar, así como mantener su vinculación a sus actividades cotidianas (laborales y familiares), promoviendo progresivamente la adaptación a la pérdida.

Canalización: Si___ NO: X
Área a la que se canalizó: _____



YURY MARCELA GAVIRIA GUZMAN
PSICOLOGA (PIC)
CC1006028381
T.P: 306348