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

Fecha: 20-03-2026

Nombre del usuario: GREILYS CAROLINA FLOREZ

Documento de identidad del Usuario: 1064809591

Teléfono de contacto: 3222110905

Dirección completa: CALLE 14 N° 8-20

Nombre del profesional: Yury Marcela Gaviria Guzman

Profesión: Psicóloga

Objetivos:
Brindar acompañamiento emocional a la usuaria durante su proceso de gestación, favoreciendo la expresión, validación y comprensión de las emociones asociadas a la ansiedad y preocupación por el bienestar de su bebé, desde un enfoque centrado en la persona. Para, fortalecer la seguridad emocional y la confianza en sus capacidades como madre, promoviendo la aceptación del proceso de embarazo y la construcción de un vínculo afectivo positivo con su hijo, facilitando su adaptación a los cambios propios de esta etapa 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 permita a la usuaria expresar libremente sus miedos, preocupaciones y expectativas frente al embarazo. se emplearán técnicas de exploración emocional y acompañamiento no directivo, orientadas a fortalecer la autoconfianza, el reconocimiento de recursos personales y la conexión emocional con su experiencia de maternidad. Se prioriza una intervención centrada en la vivencia subjetiva de la usuaria, respetando su ritmo y proceso.

Actividades a desarrollar:
Se facilitará un espacio de expresión emocional en el que la usuaria pueda verbalizar sus preocupaciones relacionadas con el estado de salud de su bebé y los cambios propios del embarazo, favoreciendo la validación de sus emociones como parte de un proceso natural. Se realizará exploración del significado personal del embarazo y la maternidad, identificando expectativas, miedos y deseos frente a esta nueva etapa de vida. Asimismo, se promoverá el fortalecimiento del vínculo materno-fetal, reconociendo las emociones positivas asociadas a la llegada de su hijo.

Se brindará psicoeducación breve sobre los cambios emocionales durante el embarazo, con el fin de normalizar la experiencia de ansiedad y disminuir la incertidumbre. De igual manera, se reforzarán los factores protectores identificados, especialmente el apoyo de su pareja y familia, como elementos fundamentales para su bienestar emocional.

Tareas:
Se propone a la usuaria la realización de ejercicios de conexión emocional con su bebé, como hablarle, escribirle o dedicar espacios de reflexión sobre su rol como madre, favoreciendo el fortalecimiento del vínculo afectivo.
Asimismo, se sugiere llevar un registro sencillo de emociones, identificando momentos de mayor preocupación y las situaciones que los generan, promoviendo la toma de conciencia emocional.
Se recomienda apoyarse en su red cercana (pareja y familia), expresando sus miedos y necesidades emocionales, como estrategia de acompañamiento.
Adicionalmente, se sugiere la realización de actividades de autocuidado que le generen tranquilidad (descanso, espacios de relajación, actividades agradables), favoreciendo su bienestar durante el embarazo. Estas acciones serán reforzadas en los siguientes encuentros dentro del proceso de acompañamiento.

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



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