



ESE DEPARTAMENTAL SAN ANTONIO DE MARMATO

LINEA: Habitante de Calle

ESTRATEGIA: “Calle Digna y Segura: Inclusión y Salud para la Vida”

Nombre del Usuario: MILTON ALARCON

Documento: 106058876

Teléfono: 3005466382

Fecha de ejecución: 10/03/2026

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

Intervención presencial para el fortalecimiento de habilidades personales, sociales y de autocuidado mediante acompañamiento psicopedagógico individual en población en situación de vulnerabilidad

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Realizar intervención presencial orientada al fortalecimiento de habilidades personales, sociales y de autocuidado del usuario, mediante estrategias psicopedagógicas que promuevan la toma de decisiones responsables, el manejo adecuado de su entorno laboral y la adopción de hábitos saludables, contribuyendo al mejoramiento de su bienestar integral y la disminución de factores de riesgo psicosocial.

3. CURSO DE VIDA

El usuario es una persona adulta que se ha desplazado al municipio por motivos laborales, desempeñándose en el sector minero, actividad que le ha permitido generar ingresos y sostener su proyecto de vida. Refiere haber culminado sus estudios básicos, lo cual representa un factor positivo en su desarrollo personal y laboral.

Durante su proceso de crecimiento, fue criado principalmente por su madre, quien asumió el rol de figura principal en su formación. Esta dinámica fortaleció en el usuario valores como la responsabilidad y el compromiso, aunque también implicó la ausencia de una figura paterna, lo cual influyó en la construcción de su identidad y en la forma de afrontar ciertas situaciones emocionales.

En el ámbito laboral, el usuario se desenvuelve en un entorno caracterizado por condiciones exigentes, relaciones interpersonales complejas y presencia de dinámicas asociadas al machismo, lo cual puede generar tensiones, conflictos y presión social. Estas condiciones han requerido que el usuario desarrolle habilidades de adaptación; sin embargo, también representan un factor de riesgo frente al manejo emocional y la toma de



DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS
SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD
Proceso Gestión de Asistencia Técnica
Plan de Intervenciones Colectivas
Ficha Metodológica Plan de Intervenciones Colectivas – PIC



decisiones.

Durante la intervención, se promovió la reflexión frente a la influencia de su entorno laboral en su comportamiento y bienestar, incentivando el reconocimiento de la importancia de establecer límites, fortalecer su autocuidado y mantener conductas responsables. Asimismo, se trabajó en la identificación de metas orientadas a mejorar su estabilidad personal y calidad de vida, promoviendo un equilibrio entre sus responsabilidades laborales y su bienestar emocional.

4. METODOLOGIA

La intervención se desarrolló mediante un **encuentro presencial individual**, bajo un enfoque psicopedagógico centrado en la persona, que permitió abordar de manera integral las necesidades del usuario en relación con su contexto personal y laboral.

Inicialmente, se realizó el **proceso de acogida y encuadre**, generando un ambiente de confianza y respeto que facilitara la comunicación abierta. Posteriormente, se llevó a cabo una **entrevista semiestructurada**, orientada a explorar aspectos relevantes de su historia de vida, su experiencia en el entorno minero y las dinámicas sociales presentes en su lugar de trabajo.

Durante la sesión, se promovió un espacio de **reflexión guiada**, permitiendo al usuario identificar cómo las condiciones de su entorno laboral pueden influir en su comportamiento, emociones y toma de decisiones. Se abordaron temáticas relacionadas con el manejo de conflictos, establecimiento de límites y fortalecimiento de habilidades sociales en contextos exigentes.

Se brindaron herramientas orientadas al **autocuidado físico y emocional**, haciendo énfasis en la importancia de mantener hábitos saludables frente a un entorno laboral de alta exigencia. Asimismo, se trabajó en la organización del tiempo y el equilibrio entre la vida laboral y personal, promoviendo estrategias que favorezcan su bienestar integral.

De igual manera, se fortalecieron habilidades para la vida como la **toma de decisiones responsables, la regulación emocional y la comunicación asertiva**, facilitando su aplicación en situaciones cotidianas, especialmente en contextos de presión social.

Se incentivó el reconocimiento de **factores protectores**, como su formación académica, su experiencia laboral y los valores adquiridos durante su crianza, promoviendo su utilización como herramientas para afrontar situaciones adversas.

En la fase final, se realizó una **retroalimentación del proceso**, donde el usuario manifestó comprensión frente a las orientaciones brindadas y disposición para implementar cambios en su rutina diaria. Se establecieron compromisos orientados al fortalecimiento del autocuidado y la mejora en la gestión de su entorno laboral.

Como resultado, se evidenció actitud receptiva, participación activa y disposición para



DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS
SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD
Proceso Gestión de Asistencia Técnica
Plan de Intervenciones Colectivas
Ficha Metodológica Plan de Intervenciones Colectivas – PIC



fortalecer habilidades personales, reconociendo la importancia de mantener conductas que favorezcan su bienestar emocional y social.

Firma

Wilson Alberto Agudelo George
Psicologo Pic