Gobierno de ANSERMA | Salud y Desarrollo Social	**ACTA No. 3**	HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL ANSERMA · CALDAS

NOMBRE DE LA REUNIÓN: SEGUIMIENTO Y CIERRE

CIUDAD Y FECHA: ANSERMA CALDAS 25 DE MAYO DE 2026

LUGAR: INSTITUCION EDUCATIVA ESCUELA NORMAL SUPERIOR REBECA SIERRA CARDONA

TEMAS CONSOLIDANDO HERRAMIENTAS PARA EL BIENESTAR EMOCIONAL Y LA ADAPTACIÓN A LOS CAMBIOS

NOMBRE DEL USUARIO: MIGUEL ANGEL PEREZ

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN: Consolidar en el usuario estrategias de regulación emocional y afrontamiento que favorezcan la continuidad de su proceso de duelo, el manejo de la ansiedad y el fortalecimiento de recursos personales para afrontar las situaciones de la vida cotidiana.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Durante la intervención individual se desarrolló un espacio terapéutico orientado a integrar los aprendizajes obtenidos durante el proceso de acompañamiento psicológico, promoviendo la reflexión sobre los avances alcanzados y las estrategias que el usuario ha incorporado para favorecer su bienestar emocional. Inicialmente, se exploró la manera en que actualmente percibe su proceso de duelo y los cambios que ha experimentado desde el inicio de las intervenciones, permitiéndole reconocer que, aunque la ausencia de su madre continúa generando tristeza, ha comenzado a desarrollar una mayor capacidad para comprender y expresar sus emociones.

Posteriormente, se fortaleció el reconocimiento de los recursos personales que ha utilizado para afrontar las dificultades derivadas de la pérdida y de los cambios en su entorno familiar. Se promovió la identificación de hábitos saludables que favorecen el descanso, la disminución de la ansiedad y el fortalecimiento del autocuidado, resaltando la importancia de mantener rutinas organizadas, expresar sus emociones de manera adecuada y buscar apoyo en personas significativas cuando experimente momentos de mayor vulnerabilidad emocional.

Asimismo, se trabajó en la resignificación de la figura materna, favoreciendo la comprensión de que el recuerdo de su madre puede convertirse en una fuente de fortaleza y motivación para continuar construyendo su proyecto de vida. Se reforzó la importancia de reconocer que el duelo no implica olvidar a quien falleció, sino aprender a convivir con la pérdida de una manera menos dolorosa y más adaptativa.

Finalmente, se promovió una reflexión acerca de los objetivos personales que desea alcanzar y de las capacidades con las que cuenta para continuar enfrentando las dificultades futuras, fortaleciendo la confianza en sí mismo y su capacidad de resiliencia.

CONCLUSIONES

La actividad permitió consolidar las herramientas trabajadas durante el proceso terapéutico, favoreciendo una mayor comprensión de sus emociones y fortaleciendo estrategias que contribuyen al manejo de la ansiedad y a la continuidad de su proceso de duelo. El usuario logró reconocer la importancia del autocuidado, de la expresión emocional y del apoyo social como elementos fundamentales para mantener su bienestar psicológico.

Al realizar una valoración integral de los tres encuentros, se evidenciaron avances significativos en la capacidad del usuario para expresar el dolor relacionado con el fallecimiento de su madre, disminuyendo la evitación de temas asociados a la pérdida y mostrando una actitud más abierta frente a la elaboración del duelo. Asimismo, se observaron mejoras en el reconocimiento de las emociones que desencadenaban sus episodios de ansiedad y en la utilización de estrategias de regulación emocional para afrontar dichas situaciones.

Igualmente, fortaleció el reconocimiento de sus recursos personales, desarrolló una mayor capacidad para identificar factores protectores presentes en su entorno y mostró avances en la implementación de hábitos relacionados con el autocuidado y la higiene del sueño. Aunque aún requiere continuar fortaleciendo su proceso de adaptación a la ausencia de su madre y a la dinámica familiar actual, el proceso permitió evidenciar una evolución favorable en su estabilidad emocional, resiliencia y capacidad para afrontar las dificultades de una manera más saludable.

ASISTENTES

NOMBRE	CARGO/DEPENDENCIA/ ENTIDAD	FIRMA
NOMBRE DEL PADRE DE FAMILIA O PERSONA BENEFICIANA Miguel Angel Perez.		Miguel P.
NOMBRE PROFESIONAL EJECUTOR FABIANA LÓPEZ VELÁSQUEZ	PSICOLOGA	
NOMBRE COORDINADOR PIC VALENTINA OCAMPO HERRERA	COORDINADORA PIC	