Salud mental para
un mejor vivir

CENTRO TERAPÉUTICO REENCONTRARSE SAS

NIT 900.438.572-7

SECRETARIA DE SALUD DISTRITAL DE BARRANQUILLA

PROYECTO CONTINUACIÓN DE CENTROS DE ESCUCHA

“VACUNA EMOCIONAL: HABLEMOS”

BARRANQUILLA, JUNIO DE 2022

REENCONTRARSE
CENTRO TERAPÉUTICO

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

Barranquilla, junio de 2022

Doctor
HUMBERTO MENDOZA CHARRIS
Secretario de Salud Distrital

Doctora
LIGIA OVIEDO
Secretaria de Salud Pública Distrital

Alcaldía de Barranquilla

La ciudad

ASUNTO: INFORME PARA LA CONTINUACIÓN DE LA ESTATEGIA "CENTROS DE APOYO EMOCIONAL" PARA APOYO A LA GESTION DEL DESARROLLO DE ACCIONES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS– PIC EN LA ESTRATEGIA COMUNITARIA PARA EL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL DE LA POBLACIÓN DEL DISTRITO DE BARRANQUILLA Y LA MITIGACIÓN DE SUS AFECTACIONES PSICOLÓGICAS A CAUSA DE LA PANDEMIA COVID-19."

En este quinto mes la estrategia de promoción y prevención a través de actividades del plan de intervención colectivas se sigue consolidando como un referente del distrito en el área de salud mental y además se articula de forma efectiva con las rutas de atención en salud. Se ha logrado tener cobertura en todas las localidades del distrito y de igual forma se logran resolver de forma efectiva los casos que llegan para asi disminuir reprocesos y lograr enrutar de forma efectiva a los ciudadanos. Se ha logrado visitar mas de 40 instituciones entre colegios, universidades, caminos, pasos, centros comerciales, parques y estadios entre otros, para un total de 30.018 personas. En este cuarto mes se intervinieron 7.626 personas de las cuales se mantiene la constante de la alta resolutividad de los centros escuchas, pues únicamente se han remitido al 20,3% de los consultantes en este mes de junio. Además en este mes se sigue reforzando la ruta de atención en salud mental con los diferentes agentes implicados en los casos de riesgo suicida, canalizando de manera oportuna y logrando comunicación efectiva con las aseguradoras y red hospitalaria del distrito.

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

Ubicación de los puntos fijos:

Puntos de vacunación emocional ubicados en cada localidad del Distrito así:

- Area Metropolitana.
- Localidad de Norte – Centro Histórico.
- Localidad de Riomar.
- Localidad de Sur- Occidente.
- Localidad de Sur- Oriente

Distribuidos de la siguiente manera

- Parque Tomás Suri Salcedo.
- Centro Comercial Buenavista I, II y III.
- Centro comercial Metro centro – Estadio Metropolitano.
- El Bosque (Camino Bosques de María).
- Las Palmas (Paso Las Palmas)

Los cinco puntos itinerantes se desplazaron por diferentes Colegios Distritales, tratanto de cubrir la mayor población de las diferentes localidades, según la necesidad individual previamente detectada y para poder abarcar más personas, que en esta fase busca seguir informando y sensibilizando a la comunidad acerca del proyecto, dándole mayor relevancia a éstos puntos itinerantes para poder cubrir más zonas en la ciudad, según la necesidad individual previamente detectada y para poder abarcar a más personas.

¡COLEGIOS QUE HAN SIDO BENEFICIADOS CON LA ESTRATEGIA DE VACUNA EMOCIONAL-HABLEMOS!

Colegio Distrital Sofía Camargo de Lleras
Colegio Distrital Jorge Nicolás Abello

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

Colegio Distrital José Martí
Institución Educativa Distrital Juan José Rondón
IED Rodolfo Llinas Riascos
Institución Educativa Distrital Concentración Cevillar
Colegio Distrital María Inmaculada
Colegio Nuestra Señora de las Nieves
Institución Educativa Distrital Cruzada Social
Institución Educativa Distrital Hogar Mariano
Institución Educativa Distrital Olaya
Institución Educativa Evardo Turizo
Colegio Liceo de Cervantes
Colegio Betania Norte
IED Calixto Álvarez

REENCONTRARSE
CENTRO TERAPÉUTICO

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

IED El Corazón del Santuario
Universidad de la costa CUC
IED Técnico el Santuario IED La Victoria
IED San José
IED SIMON BOLIVAR
Escuela Normal Superior la Hacienda.
IED Gabriel García Márquez
IED Madres Católicas
IED La Libertad
IED Codeba
IED Inocencio Chinca
IED Meira Delmar IED del Barrio Simon Bolivar

REENCONTRARSE
CENTRO TERAPÉUTICO

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

- IED Carlos Meisel
- IED El Silencio
- IED Sarid Arteta
- COTEDIBA
- IED Nueva Granada
- IED Gabriel Garcia Marquez
- IED Hilda Muñoz
- IED Santa Bernardita
- IED Marie Poussepin
- IED Salvador Entregas
- IED Jorge Isaac
- IED Distrital Boston
- IED EL Castillo de la Alboraya
- IED de Formación Integral
- IED Distrital La Unión
- IED Distrital Luz Del Caribe
- IED Distrital Maria Auxiliar

REENCONTRARSE
CENTRO TERAPÉUTICO

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir



IED SALVADOR ENTREGAS
DEL 8 al 15 de Junio



COLEGIO MARIE POUSSEPIN
DEL 24 de Mayo al 6 de Junio



REENCONTRARSE
CENTRO TERAPÉUTICO

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir



IED CASTILLO LA ALBORAYA
Del 6 de Junio al 23 de Junio



IED EL SILENCIO
Del 23 de Mayo al 2 de Junio



IED SARID ARTETA
Del 23 de Mayo al 7 de Junio



IED MEIRA DEL MAR
Del 18 de Mayo al 3 de Junio

REENCONTRARSE
CENTRO TERAPÉUTICO

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir



IED LA UNION
Del 16 de Junio al 23 de Junio



IED LUZ DEL CARIBE
Del 7 de Junio al 21 de Junio

Gestión realizada y socialización del programa en el Colegio Maria Auxiliadora Norte, IED Maria Auxiliadora, IED Jorge Isaac.







REENCONTRARSE
CENTRO TERAPÉUTICO

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

METODOLOGÍA

El proyecto se desarrollará mediante cuatro fases, durante este cuarto mes de la estrategia hemos trabajado en las 3 fases de manera simultanea de la siguiente manera:

FASE 1:

FASE DE ALISTAMIENTO: En esta fase se buscó informar sobre el proyecto y sensibilizar a la comunidad y líderes de opinión formales y no formales con el fin de posicionar la estrategia, con la intervención del Coordinador del Proyecto (médico psiquiatra), del Equipo Cientifico conformados por médicos psiquiatras, psicólogas y trabajadoras sociales. Se realizó divulgación en prensa. En los puntos itinerantes se requiere realizar esta fase de alistamiento cada vez que se mueve el punto. Esto se realiza con el fin de identificar la situación a intervenir y los usuarios de los centros de escucha o zona de orientación. Informar y sensibilizar a la comunidad educativa y en general con el fin de posicionar la estrategia Zona de Orientación o Centro de Escucha y así lograr apoyo institucional y comunitario que brinde unas mínimas condiciones para su implementación. Establecer acuerdos de trabajo con los líderes locales y actores involucrados dentro de los centros educativos (profesores, psicorientadores, coordinadores, rectores) asegurando que participen en el desarrollo de esta estrategia desde la planeación hasta la evaluación.

Durante el mes de Junio, se realizó la socialización del programa a los siguientes colegios, por medio de las visitas por parte de nuestras Psicólogas y trabajadoras sociales, y enviando la invitación a participar en el programa, por medio de correo electrónico a los rectores y psicoorientadores, para participar su interés y acogida en la misma:

- IED LA PRESENTACION
- IED JOSE EUSEBIO CARO
- IED DON BOSCO
- IED MARIA AUXILIADORA
- IED JORGE ISAAC
- COLEGIO MARIA AUXILIADORA NORTE
- IED EL CAMPITO
- IED OCTAVIO PAZ
- IED SAN GABRIEL
- IED MADRE MARCELINA

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

Debido a las vacaciones de mitad de año de los colegios distritales, se gestiono y socializó la estrategia centros comerciales tales como :

- Buenavita I y II
- Centro Comcercial Allegra
- Centro Comercial Unico
- Centro Comercial Panorama









REENCONTRARSE
CENTRO TERAPÉUTICO

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

Se realizaron reuniones con los diferentes jefes de los programas de la alcaldía con el fin de socilizar sus programa y trabajar mancomunadamente e intercambiar experiencias.









REENCONTRARSE
CENTRO TERAPÉUTICO

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

FASE 2:

FASE DE IMPLEMENTACIÓN

Tipo de intervención: Se ejecutó por 9 profesionales en psicología, quienes realizaron intervención individual breve centrada en soluciones apoyados por un equipo de 9 trabajadoras sociales y 2 auxiliares de punto, 2 operadores logísticos que se movilizaron por la ciudad para garantizar el suministro de los insumos, así como el lider de los puntos y la directora administrativa que estará ubicada en centro de acopio. Además, en los puntos no solo se hará el apoyo emocional sino que además se hará tamizaje de sintomas en enfermedades mentales con el fin de tener una base de datos (ver en anexos base de datosa de septiembre) que nos permita hacer el correcto direccionamiento de las personas e identificar de manera objetiva grados de severidad de su problemática. La función no es ser un centro de tratamiento ni una institución prestadora de servicios de salud. Hemos diseñado un invetario de pérdidas durante la pandemia por covid 19, además se aplicaran escalas validadas para detectar depresión, ansiedad y trastorno de estrés postraumático en las edades expuestas previamente (ver escalas en anexos). Este diseño de la intervención está guiado por un equipo de especialistas médico científicos y el apoyo de la coordinación logística y administrativa.

En este quinto mes participamos en actividades organizadas por la Alcaldia de Barranquilla, como fueron, salud al parque, encuentro de gestantes Colegio Maria Inmaculada. Adicionalmente estuvimos en la semana de la seguridad y salud en el trabajo organizada por la Empresa Grasco.

Adicional se realizaron actividades de información, educación y comunicación IEC:

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

Colegio Distrital Boston.
Mixto, estrato 4

Durante el espacio de comunicación “El poder para ser héroes de la vida” participaron 30 estudiantes entre los grados 9 y 10.

Desde el ingreso a la institución, se respiraba un ambiente de expectativa y tensión, ya que el colegio, como la mayoría en este periodo del año, centran su atención en evaluaciones y procesos para cerrar periodos. Se sumaba el hecho de que los estudiantes convocados al taller eran de la jornada vespertina y, como último punto, y más preocupante ese día se contaría con la presencia de la GESTORA SOCIAL, Silvana Puello, quien, con sus sentidas palabras al cierre, le dió un toque especial al evento.

El lugar designado para el evento, un salón de clases convencional, poco a poco se fue llenando con el ingreso de los estudiantes, a quienes habían hecho despertar temprano aquella mañana. Unos llegaban acelerados y confundidos. En sus rostros se reflejaba preocupación y dudas, las cuales buscaban aclararse entre ellos mismos ante una pregunta alguien entre susurro respondió: “y que una vaina de salud mental, ahora si… ”. Ante aquel panorama, uno podría imaginar que por la asistencia, serían recompensados con una nota. En el fondo del salón al lado de la puerta, sobresalía entre los jóvenes, una madre de familia quien acompañó a su hija esa mañana. La señora, desde su ingreso con mirada escrutadora, participaba de todo lo que ocurría. Parecía la vigilante del evento. Quizás esa era su misión, aunque al final con un testimonio envuelto en llanto, terminó siendo uno de los más impactados por el taller.

Se dió inicio a la actividad, rompiendo el hielo. Se hizo con el reconocimiento de lo valiosos que son los jóvenes, la etapa difícil que están viviendo, la cual los hace héroes de vida. Las sonrisas se reflejaban en sus rostros, unas escondidas tras los tapabocas y otras libres. Los chicos y chicas parecían sentirse alagados. El ambiente de dudas se tornó en uno de disposición y escucha. Se acomodaron en sus puestos, atentos a las palabras del “auxiliar de vuelo” que los acompañaba en aquel viaje hacia el reconocimiento de sus emociones. Hasta la doña, sentada al lado de la puerta, se vio relajada y sonriente.

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Durante la intervención del tallerista y con las experiencias de vidas compartidas, los asistentes se identificaron y participaban ante cada estímulo del expositor. Las expresiones en sus rostros y los gestos con la cabeza reflejaban que se cumplía el objetivo de aquel taller. Algunos de los puntos más importantes para destacar son cuando se abordó el tema de la comparación que hacen de ellos sus familiares y cuando les dicen que no sirven para nada. En este instante se vivía el clímax del taller, pero fue interrumpido con el arribo de las personalidades que se esperaban. Los jóvenes se sorprendieron con el personal comandado por la Gestora Social, quien vestía la camiseta de la campaña, y escoltados por tres funcionarios armados con cámaras fotográficas. Este día, ni los camarógrafos se libraron de participar.

Ante la mirada atenta de los jóvenes, la señora que vigilaba, la de la Gestora Social y otras importantes personalidades, se procedió con el taller. Llegó el momento donde los chicos y chicas, marcador y papel en mano, se disponían a plasmar en papel sus sentimientos, sus rabias, “las víboras que los atormentaban”, etc. Se despejó el lugar y se tiraron al piso para mayor comodidad. ¡OH sorpresa para los presentes! la Gestora Social despojándose de su investidura también se sentó en el piso y compartió con los jóvenes, como un par más. Vale la pena recordar que uno de los aspectos que hace exitoso este taller, es el ambiente de pares que se vive entre jóvenes y el personal capacitador.

En el momento de la exposición, salieron a relucir la impotencia que sienten los chicos ante el tema de la comparación y la falta de empatía por parte de familiares, profesores y compañeros. Una de las niñas participantes abrió las intervenciones, manifestando su experiencia. Llegó aburrida y esperaba un taller como ella expresó “pavoso” y terminó emocionada con lo vivido ese día. Finalizada la intervención de los jóvenes, se le dió espacio a algunas de las personalidades: la madre de familia, la Gestora social, la directora del programa la Dra. Daniela Isaac Christoph de Reencontrarse, etc.

Silvana Puello, Gestora Social, se dirigió a los jóvenes con unas palabras libres de protocolo. Habló de su experiencia en las visitas a su psicóloga y lo que le había servido a ella en los momentos de angustia o dificultad. Con voz entrecortada, declaró que una de las cosas aprendidas era que los problemas y angustias no escatiman edades, en cualquier momento de la vida uno se siente triste, enojado, decepcionado. Destacó que no deberían tener pena en expresarse y aceptar que se necesita de un profesional que le ayude a sobreponerse de las dificultades. Con su intervención, su voz dolida, el ambiente fue casi que sublime.

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

La madre de familia, la vigilante, también se expresó. Arrancó con tono de madre, agradecido, y seguro. Con cada palabra que salía de sus labios, su voz se quebraba. Dijo lo beneficioso de aquellos espacios, lo duro que le ha tocado en la vida al ser madre y padre de sus hijos y, ante la mirada de su hija y la de los presentes, fue incapaz de emular más palabras. Con un sollozo y unas lágrimas que gritaban por salir, su voz se apagó y entregó el micrófono.

Para cerrar con broche de oro, la Directora de la campaña Hablemos, la doctora Daniela, se presentó, sus palabras como profesionales fueron acertadas y pertinentes. durante su intervención, lo que no se pudo pasar por alto fue la impresión de los chicos y chicas al enterarse que aquella joven frente a ellos era la directora de aquella bonita campaña. Un WOW mayúsculo dejaron salir algunos de los presentes. Vale la pena agregar que las intervenciones de las personalidades fueron bien recibidas por los presentes, y se resalta que la emoción de las palabras de la Gestora reflejan que vamos por buen camino en esta labor. Alguien dijo: “sí a la doctora Silvana no le gusta, se va de una”. Aquella mañana no se fue de una sino que de una de dos y de tres se quedó, participó y disfrutó.

COLEGIO DISTRITAL BOSTON



Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

GESTORA SOCIAL, SILVANA PUELLO



Actividades psicoeducactivas

Así mismo se desarrolló el programa de actividades psicoeducativas para dar respuesta las necesidades detectada en cada institución educativa y a la comunidad en general. Se considera necesario seguir abordando los siguientes temas en las zonas de orientación educativas segund las necesidades de cada institución:

Tema I

DEPENDENCIA EMOCIONAL/ LOS LIMITES SALUDABLES DEL AMOR

Tema II

PREVENCIÓN DE CONDUCTAS SUICIDAS

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

Tema III

BULLYING VS EL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA

Tema IV

CONSUMO DE SUSTANCIA PSICOACTIVAS/ALCOHOL

Tema V

IMAGINARIO SOCIAL FRENTE A LA SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

Tema VI

ELABORACION DEL DUELO POR COVID

Tema VII

EXPECTATIVAS PROFESIONALES / IDENTIFICACION PROYECTOS DE VIDA

TEMATICAS PROGRAMA ¡HABLEMOS!

Proyección de temas a trabajar en el mes de Junio del 2022:

- Detectar Señales de abuso y Violencia intrafamiliar
- Reconocimiento e identificación de emociones primarias
- Dependencia Emocional
- Bullying Vs Autoestima

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Nota: ***Es importante aclarar que estos objetivos planteados se proyectaron para darles continuidad hasta el mes de julio del 2022. Solo cambian algunos de los específicos.***

OBJETIVO GENERAL

Promover espacios encaminados a abordar la salud mental; a través de la escucha activa, acompañamiento, asistencia, formación, capacitación y referenciación a otros servicios sectoriales e intersectoriales de la población del distrito de Barranquilla y la población migrante.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

- Orientar a la población educativa y a la comunidad de los puntos fijos sobre la importancia de trabajar en su salud emocional, una autoestima sana, y detectar signos de abuso y violencia tanto en el contexto escolar como el familiar que permitan empoderar a los estudiantes y solicitar ayuda oportuna para el manejo adecuado de este tipo de situaciones .
- Educar en el reconocimiento y gestión de emociones primarias para poder convivir con ellas sin que nos causen malestar extremo.
- Promover en el joven y el resto de la comunidad, habilidades para vivir y manejar adecuadamente situaciones de su entorno para así prevenir conductas de riesgo relacionadas con el suicidio
- Trabajar en las conductas de apego inseguro que aumentan la probabilidad de ser victima de abuso y violencia, fortaleciendo el autoconcepto y la independencia emocional.
- Identificar entre el amor sano y la dependencia emocional; mediante el reconocimiento de conductas insanas.
- Educar a la población en general a superar la dependencia emocional y los apegos insanos; mediante apoyo profesional.
- Orientar a la población en general; frente a la importancia de identificar conductas de riesgo asociadas al consumo de sustancias psicoactivas.

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

- Educar frente a la estructuración de factores de protección que los blinden ante la posibilidad de iniciar en el consumo de SPA.
- Realizar primero auxilios psicológicos en aquellas personas que presentan un estado de crisis para restablecer el mínimo ajuste funcional enlazándolas con sus aseguradoras para el seguimiento que requiere el caso
- Direccionar los casos de riesgo autolesivo por medio de la activación de la ruta o con los enlaces en las diferentes EPS para recibir una atención oportuna
- Abordar ante la alteración de la triada cognitiva; en la que se mantienen ideas negativas de sí mismos, del medio y del futuro.
- Trabajar en la modificación del estigma asociado a la búsqueda de ayuda oportuna evitando conductas autolesivas

DESARROLLO

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

El mes de Junio del presente año; se continúa abordando todo lo referente a la salud mental, y se instruye y orienta a la población abordada tanto en puntos fijos como en las diferentes Instituciones Educativas sobre estrategias de gestión y manejo de situaciones adversas y de la vida cotidiana que se convierten en detonadores de alteraciones emocionales, concientizando sobre la importancia que tienen las emociones y nuestro mundo interior como seres humanos ya que de la adecuada gestión de nuestros estímulos internos depende gran parte del éxito en cada proyecto de vida.

Dentro de las intervenciones realizadas se trabajo el siguiente contenido basado en el protocolo de terapia breve individual y grupal:

- Aumentar los vínculos humanos y tener tutores resilientes para que por medio del aprendizaje observacional adquiramos habilidades y competencias enfocadas a la búsqueda de solución de problemas
- Estrategias para modificar los sesgos atencionales, los sesgos de memoria y los sesgos perceptivos para favorecer un pensamiento más objetivo y funcional que se adapte a los diferentes cambios y situaciones que se enfrentan en el día a día y durante el camino de la vida.

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

- Producir autoverbalizaciones internas más racionales que ejerzan una influencia favorable en el estado de ánimo, modificando pensamientos negativos hacia si mismo, hacia los demás y hacia el futuro
- Evitar responder o tomar decisiones en momentos de Crisis o de ira aplicando la técnica tiempo fuera combinada con la estrategia de respiración diafragmática para impedir comportamientos autolesivos y/o heteroagresivos.
- Llevar a cabo una rutina de actividad física y esparcimiento para aumentar la producción de neurotransmisores como dopamina y serotonina encargados de la regulación del estado de ánimo la motivación y el aprendizaje
- Evitar el Exceso de autocritica y autoexigencia asociados a procesos de autoboicot detonadores de estados de ansiedad y depresión.

Se educa en los factores de protección del cerebro como el generar un propósito en la vida que este acorde con las características y habilidades de cada persona, evitando así pensamientos asociados a la perdida del sentido de la vida y el tedio vital, característica principal de personas que desarrollan pensamientos suicidas y en la identificación de otras señales o signos de alarma que en muchas ocasiones pasan desapercibidos, escalando en episodios más complejos que en muchas ocasiones finalizan con la conducta autolesiva.

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

Por medio de la aplicación de los tamizajes tanto en puntos fijos como en colegios se puede observar que hay mayor presencia de síntomas asociados a alteraciones emocionales en la población estudiantil que en la comunidad captada y que se acerca a los puntos fijos, lo anterior puede ser explicado porque a edades asociadas a la etapa de la adolescencia la corteza prefrontal, estructura encargada de las funciones ejecutivas y específicamente de la resolución de problemas, no ha terminado su proceso de formación y el ser humano es mucho mas vulnerable a influencias negativas y a presentar falencias en el proceso de búsqueda de soluciones, sumado a los estragos generados por la pandemia.

En la comunidad de los puntos fijos también podemos encontrar riesgos asociados a ciertas alteraciones emocionales como ansiedad, depresión entre algunas, pero con factores generadores distintos a los que se visualizan en los contextos escolares donde la predisposición a la afectación emocional por la aprobación o rechazo del grupo de pares es una de las características predominantes en esta etapa de la vida.

El objetivo primordial en las intervenciones breves realizadas tanto en puntos fijos como en las instituciones educativas es suministrar estrategias para la modificación de pensamientos disfuncionales que a su vez genera una reacción emocional desfavorable ante cualquier evento ocurrido asumiendo una posición activa en la búsqueda de la estabilidad emocional

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

y no una función determinista pasiva ante cualquier estimulo externo o incluso interno, este abordaje está basado en la psicología cognitiva , en los modelos de procesamiento de la información y en premisas filosóficas como “El hombre no se perturba a causa de las cosas si no de la interpretación que de ellas hace” Epicteto.

La prevención del desajuste en los pensamientos y el malestar causado por la irracionalidad de los mismos puede ocasionar una obstrucción para el camino de nuestra vida cotidiana y la autorrealización personal. (Riso, W 2004).

Para favorecer la expresión de sentimientos en los usuarios, se continúa abriendo espacios donde se promueva la apertura emocional, la verbalización de las emociones que en muchas situaciones se encuentran bloqueadas o somatizadas en manifestaciones orgánicas que generan un ciclo repetitivo, por lo tanto, se promueve la canalización de los sentimientos, emociones, pensamientos por medio de válvulas saludables de escape, generando alivio emocional en los usuarios.

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

COMUNIDAD EN GENERAL DE LOS PUNTOS FIJOS

- **Frente al Tema Detectar Señales de abuso y violencia intrafamiliar :**

Se inició la charla con una breve introducción explicando en qué consiste el programa de Hablemos seguido del motivo de la charla a dictar y la importancia de adquirir y complementar la información que se les brindará de la misma.

Los mismos participantes mencionaron lo frecuente que se ve en el país la violencia y abuso en las familias y lo importante de recalcar la problemática, reconocer las señales y solicitar ayuda como forma de prevención y protección.

Dentro de los signos y señales de Abuso y violencia se educó en la identificación de las siguientes conductas:

- Cuando la pareja resalta a todo momento los errores que la persona comente incluso los más pequeños
- Detectar que un ser querido mira a la pareja con temor y notas que evita enfadarlo
- Cuando la pareja impide o no permite o persuade para que no vea a amigos y familiares.
- Controla las salidas.
- Control total de la economía del hogar, no permite que se tenga acceso libre a ella.

Dentro de los tipos de violencia que se puede presentar se encuentran las siguientes:

- Abuso físico: Según la ley Contra la violencia intrafamiliar esta se define como acciones u omisiones que amenazan o lesionan la integridad física de una persona.

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

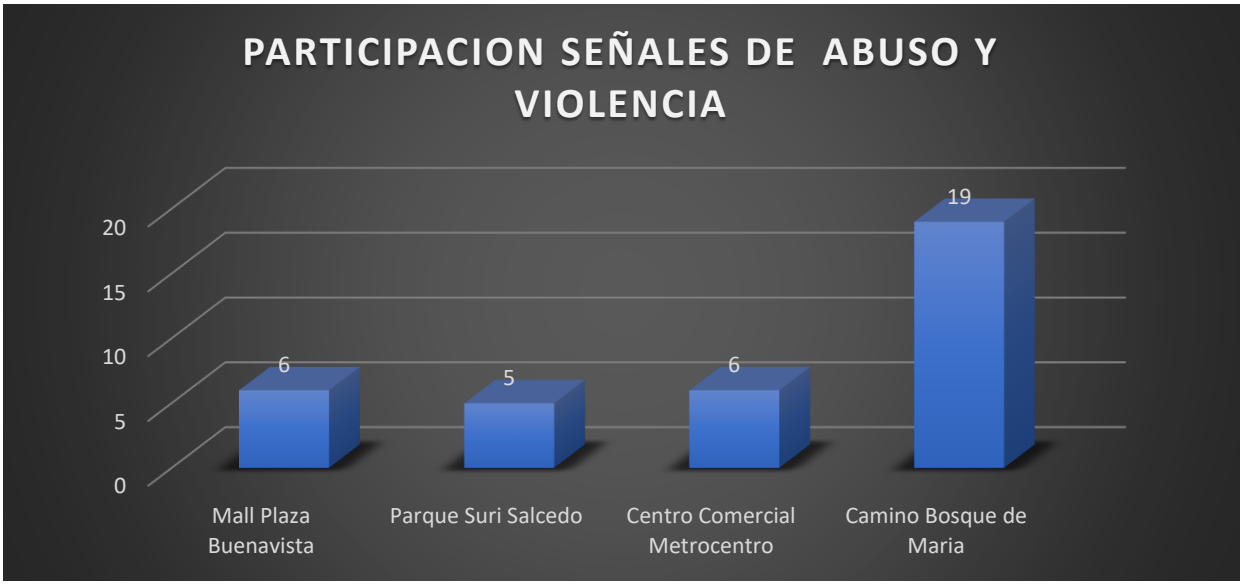
- Violencia Psicológica: Cualquier acción u omisión directa o indirecta cuyo objetivo es degradar acciones, comportamientos y creencias de otras personas por medio de la manipulación, intimidación, humillación entre otras.
- Violencia Sexual: Todo acto sexual en contra de la voluntad de la otra persona, comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, actos para comercializar y usar la sexualidad de un individuo mediante la coacción.
- Violencia Económica: Acción y omisión que afecte la atención adecuada de las necesidades de la familia o de un miembro de ella.
- Violencia de género: Discriminación y situación de desigualdad hacia cualquier género.
- Violencia contra los niños/as: Cualquier acción que vaya en contra de su integridad personal.
- Violencia en la escuela: Formas de abuso y discriminación entre escolares o de maestros hacia escolares y viceversa.

Al finalizar se brindó información de las herramientas, métodos y a qué entidades acudir para poder actuar y recibir ayuda en situaciones donde se presenten circunstancias violentas. También se abrió un espacio para la aclaración de dudas y responder algunas interrogaciones acerca del tópico.

PUNTO	LOCALIDAD	PARTICIPANTES	HOMBRES	MUJERES
Mall Plaza Buenavista	**RIOMAR**	**6**	**2**	**4**

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Parque Suri Salcedo	NORTE CENTRO HISTORICO	5	0	5
Centro Comercial Metrocentro	METROPOLITANA	6	1	5
Camino Bosque de Maria	SUR OCCIDENTE	19	6	10



Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

❖ **Reconocimiento e Identificación de emociones primarias:**

Frente el tema de las emociones se inicio explicando el concepto de la misma definido como sensaciones psicológicas que se alimentan de las experiencias de las personas y ejercen una influencia en la conducta del individuo que las experimenta. Reciben el nombre de primarias porque son universales e innatas en todo ser humano como (la alegría, tristeza, enfado, miedo, asco) ya que hay otro grupo de emociones llamadas secundarias que se consideran aprendidas y generan en la interacción con otras personas como la vergüenza, culpa, orgullo, entusiasmo, satisfacción etc.

Se explico que no existen emociones buenas o malas, solo existen emociones y que estas son respuestas normales y naturales ante el carácter del evento, Por ejemplo es normal sentir tristeza ante la perdida de un ser querido y experimentar esa emoción no es sinónimo de negatividad, ya que la naturaleza del evento la despliega, cada emoción cumple una función en nuestra vida y lo adecuado es la expresión de la misma ya que lo que no expresamos de forma adecuada se somatiza.

Dentro de las estrategias suministradas para la adecuada gestión de las mismas se explicó

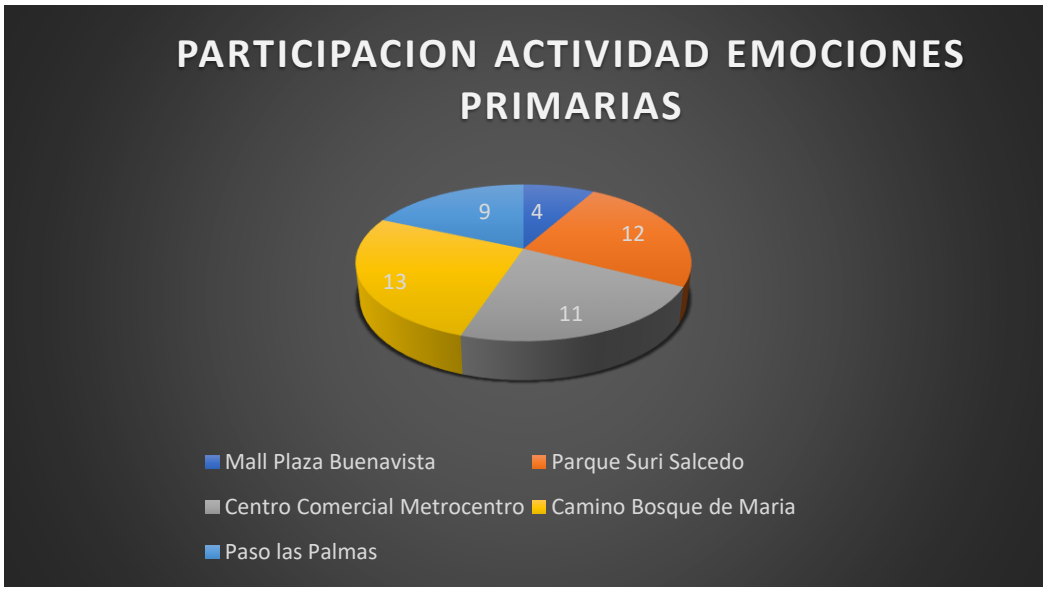
- ✓ la reestructuración cognitiva, entendida como la modificación de pensamientos irracionales generadores de reacciones emocionales que ocasionan malestar emocional.
- ✓ Poner en palabras lo que sentimos y aplicar el asertividad cuando percibimos que nuestros derechos fundamentales se están viendo afectados
- ✓ Evitar centrarse únicamente en el resultado y centrarse en el esfuerzo realizado
- ✓ Practicar Técnicas basadas en Mindfulness- Atención plena -para disminuir estados de miedo y ansiedad.

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

- ✓ Reinterpretar los “fracasos” o errores verlos como oportunidades de aprendizaje no como fracasos

PUNTO	LOCALIDAD	PARTICIPANTES	HOMBRES	MUJERES	NIÑOS
Mall Plaza Buenavista	RIOMAR	4	1	3	
Parque Suri Salcedo	NORTE CENTRO HISTORICO	12	4	8	
Centro Comercial Metrocentro	METROPOLITANA	11	6	5	
Camino Bosque de Maria	SUR OCCIDENTE	13	3	8	2
Paso las Palmas	SUR ORIENTE	9	3	6	

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com



COMUNIDAD EDUCATIVA (ESTUDIANTIL- CUERPO DOCENTE Y DISCIPLINARIO)

En el mes de Junio se continúa trabajando en los entornos escolares con temáticas que dan respuesta a las necesidades emocionales de los estudiantes y orientando a Maestros y padres sobre el manejo de situaciones cotidianas y estados de crisis emocional que se puedan presentar.

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

Se continua con la aplicación de tamizajes a los estudiantes con el fin de conocer el estado emocional de cada menor y los riesgos y sintomatología asociada a posibles alteraciones emocionales que pueden estar presentando internamente , para ello se realizan dinámicas asociadas a la aplicación de los test y procesos de sensibilización que favorezcan la confianza y honestidad en sus respuestas; resaltando la importancia que tienen sus emociones, pensamientos, expectativas y experiencias de vida, proporcionando espacios para la expresión de los mismos e informando en la importancia de desarrollar inteligencia emocional y continuar modificando el estigma asociado a la búsqueda de ayuda y reconocimiento de estados emocionales desfavorables.

Se continúa detectando la necesidad de fortalecer en los siguientes aspectos en las diferentes Instituciones Educativas:

- La necesidad de apoyar a los psicorientadores de las Instituciones con otros profesionales de salud mental que estén permanentemente en los Colegios con el objetivo de trabajar en las diferentes problemáticas emocionales que se presentan a nivel escolar y lograr un mayor alcance de la población
- Realizar programas de capacitación a psicorientadores y docentes en la importancia de la salud mental en estudiantes y en el fortalecimiento de competencias asociadas a la empatía, la validación de emociones, comunicación asertiva, resolución de conflictos y en temas como Bullying, violencia sexual, consumo de sustancias, desmotivación hacia el estudio entre algunos temas.
- Los docentes conozcan la ley 1098 del 2006 (ley de infancia y adolescencia) entendiendo al colegio y los docentes como garantes de los derechos de los menores que allí se encuentran

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

- Adicional a lo anterior se considera de vital importancia encontrar una respuesta oportuna en aquellos organismos encargados de la gestión de estados con riesgo autolesivo ya que aún se presentan casos donde no se logra obtener la respuesta que se requiere y en el tiempo que se necesita frente a casos de riesgo vital.

❖ **Charla de Identificación de señales de abuso y violencia:**

Se trabajo en el reconocimiento de conductas y señales tanto verbales como no verbales asociadas a la vulneración de derechos y afectación de la integridad de los estudiantes en los diferentes contextos donde se desenvuelven (familia, colegio, relaciones afectivas, maestros grupos de pares y amistades)

Educando además en la modificación de formas habituales pero desadaptativas de trato hacia los demás que refuerzan conductas de agresión y maltrato orientando en las conductas alternativas funcionales y de respeto hacia el otro, favoreciendo procesos de empatía y sensibilización interpersonal con el fin de disminuir el índice de comportamientos intimidantes entre estudiantes.

A su vez también se abordo las diferentes formas de Violencia:

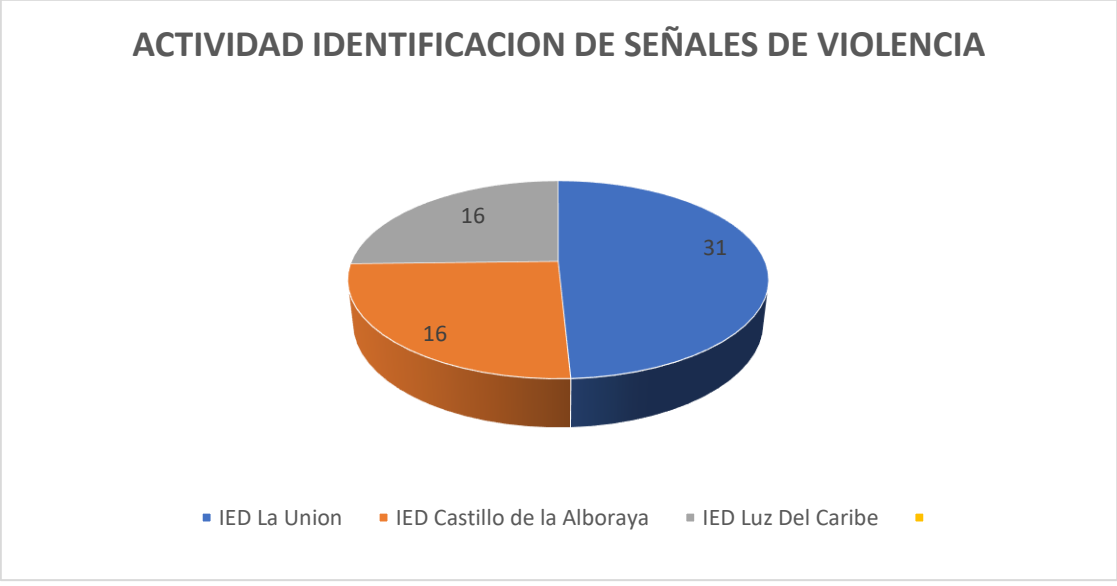
- Abuso físico: Según la ley Contra la violencia intrafamiliar esta se define como acciones u omisiones que amenazan o lesionan la integridad física de una persona.
- Violencia Psicológica: Cualquier acción u omisión directa o indirecta cuyo objetivo es degradar acciones, comportamientos y creencias de otras personas por medio de la manipulación, intimidación, humillación entre otras.
- Violencia Sexual: Todo acto sexual en contra de la voluntad de la otra persona, comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, actos para comercializar y usar la sexualidad de un individuo mediante la coacción.
- Violencia Económica: Acción y omisión que afecte la atención adecuada de las necesidades de la familia o de un miembro de ella.

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

- Violencia de género: Discriminación y situación de desigualdad hacia cualquier género.
- Violencia contra los niños/as: Cualquier acción que vaya en contra de su integridad personal.
- Violencia en la escuela: Formas de abuso y discriminación entre escolares o de maestros hacia escolares y viceversa.

Brindando información sobre las entidades y organismos donde se debe acudir para darle fin a cualquier tipo de abuso.

COLEGIO	LOCALIDAD	PARTICIPANTES	HOMBRES	MUJERES
IED LA Union	SUR ORIENTE	31	22	9
IED Castillo de la Alboraya	SUR ORIENTE	16	10	6
IED Luz Del Caribe	SUR ORIENTE	26	17	9



Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

- **Reconocimiento e Identificación de Emociones Primarias:**

Este tema se trabajo por medio de dinámicas asociadas a preguntas orientadas a conocer las percepciones individuales y colectivas sobre las emociones y estrategias personales de afrontamiento con el objetivo de educar en la modificación de formas inadecuadas de percepción y gestión de emociones y facilitando recursos para la canalización y expresión favorable de las mismas.

Preguntas como ¿A quien acudes cuando tienes un problema? - ¿De qué forma manejas el enojo?- Habla de las diferentes emociones que has sentido en el transcurso de tu vida- ¿Consideras que las emociones son buenas o malas?- Habla de las canciones que escuchas cuando te sientes triste-¿ Cual es la forma adecuada para solucionar un conflicto?, fueron algunas de las preguntas formuladas por medio de tarjetas entregadas a los estudiantes.

el concepto de la misma definido como sensaciones psicológicas que se alimentan de las experiencias de las personas y ejercen una influencia en la conducta del individuo que las experimenta. Reciben el nombre de primarias porque son universales e innatas en todo ser humano como (la alegría, tristeza, enfado, miedo, asco) ya que hay otro grupo de emociones llamadas secundarias que se consideran aprendidas y generan en la interacción con otras personas como la vergüenza, culpa, orgullo, entusiasmo, satisfacción etc.

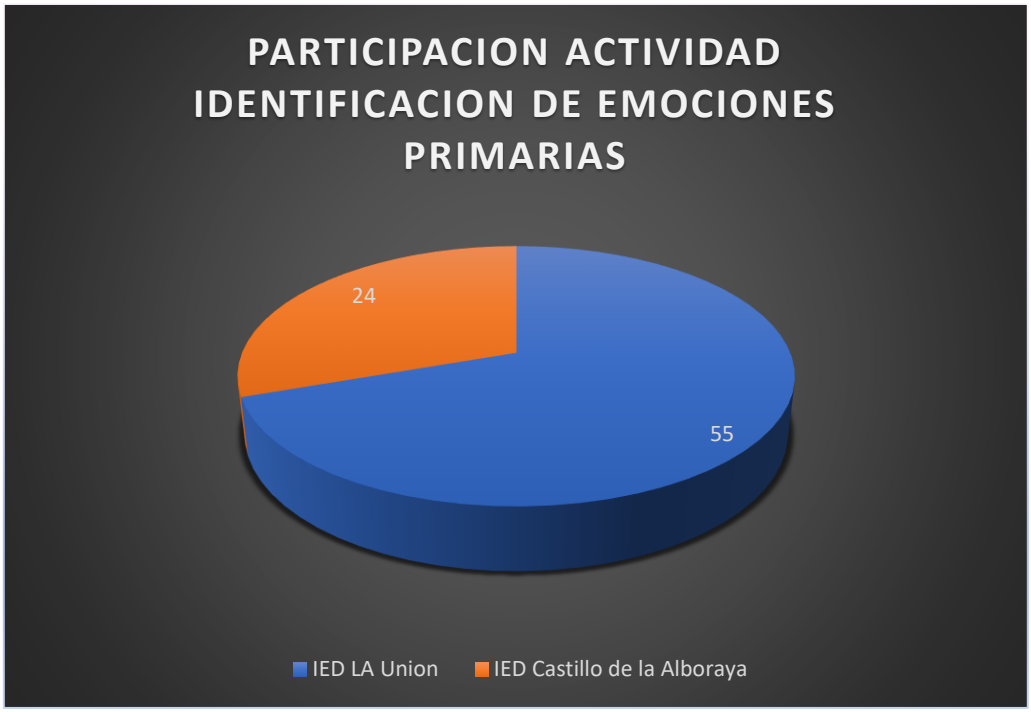
Dentro de las estrategias suministradas para la adecuada gestión de las mismas se explicó

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

- ✓ la reestructuración cognitiva, entendida como la modificación de pensamientos irracionales generadores de reacciones emocionales que ocasionan malestar emocional.
- ✓ Poner en palabras lo que sentimos y aplicar el asertividad cuando percibimos que nuestros derechos fundamentales se están viendo afectados
- ✓ Evitar centrarse únicamente en el resultado y centrarse en el esfuerzo realizado
- ✓ Practicar Técnicas basadas en Mindfulness- Atención plena -para disminuir estados de miedo y ansiedad.
- ✓ Reinterpretar los "fracasos" o errores verlos como oportunidades de aprendizaje no como fracasos
- ✓ Visualización: Imaginar cada paso de lo que queremos lograr como si ya estuviera alcanzado conectándonos con la emoción que genera, como estrategia para gestionar el miedo.
- ✓ Aplicación de la metáfora de la ranita sorda y la del cazador y el mamut.

COLEGIO	LOCALIDAD	PARTICIPANTES	HOMBRES	MUJERES
IED LA Unión	SUR ORIENTE	55	28	27
IED Castillo de la Alboraya	SUR ORIENTE	24	13	11

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com



- **Dependencia Emocional:**

Se educo a la población estudiantil en las señales o signos de una relación insana que se presenta cuando Obstaculizan tu autorrealización: no hay motivo para que el amor que se siente por la pareja impida el desarrollo de talentos y habilidades personales. Cuando vulneran tus principios personales o valores: Hay cosas fundamentales en la que no se debe ceder como el respeto y la dignidad.

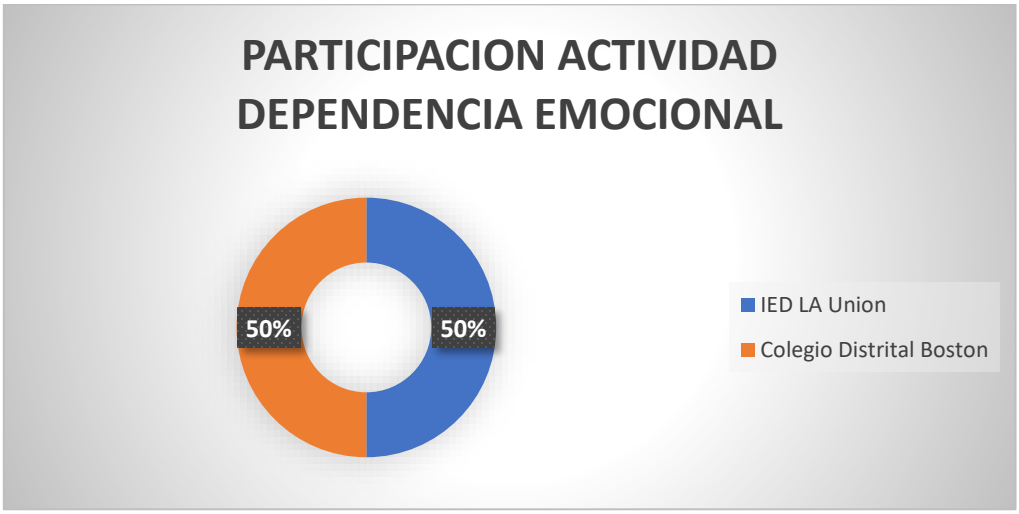
Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir

Cuando nos convertimos en un instrumento para satisfacer a otros, nadie puede utilizarnos y convertirnos en instrumento sin nuestro consentimiento.

“El amor saludable es aquel que se mantiene dentro de los límites razonables de la convivencia inteligente y tranquila y que discurre sin tanto tropiezos ni tanta disputa”(Riso, W 2012)

COLEGIO	LOCALIDAD	PARTICIPANTES	HOMBRES	MUJERES
IED LA Unión	SUR ORIENTE	31	14	17
Colegio Distrital Boston	N. CENTRO HISTORICO	31	10	21



REENCONTRARSE
CENTRO TERAPÉUTICO

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

- Bullying Vs Autoestima

  Frente a esta temática se indagan preconceptos en los estudiantes al respecto, encontrando términos y expresiones apropiadas acerca del tema, posteriormente se educó a la comunidad estudiantil explicando que Bullying hace referencia a toda forma de acoso, intimidación de tipo verbal, física y emocional generada por uno o varios acosadores hacia una o varias víctimas y que frente el escenario de intimidación también hay unos espectadores que pueden o no reforzar el comportamiento de agresión, ya sea por temor a ser blanco de acoso de igual forma o porque también coinciden con el generador de agresión por la presencia de pensamientos de tipo irracional que dirigen su conducta.

  Se trabajó hacia el fortalecimiento de la autoestima definida como toda valoración favorable y realista de la persona hacia sí misma, apoyada en elementos como el autoconcepto, la autoimagen, la autoeficacia y el autorefuerzo. El fortalecer la autoestima genera una forma de afrontamiento sano ante situaciones de agresión, ya que se hace uso de la comunicación asertiva, de un manejo adecuado del conflicto por parte de la víctima, evitar pensamientos de minusvalía que puedan

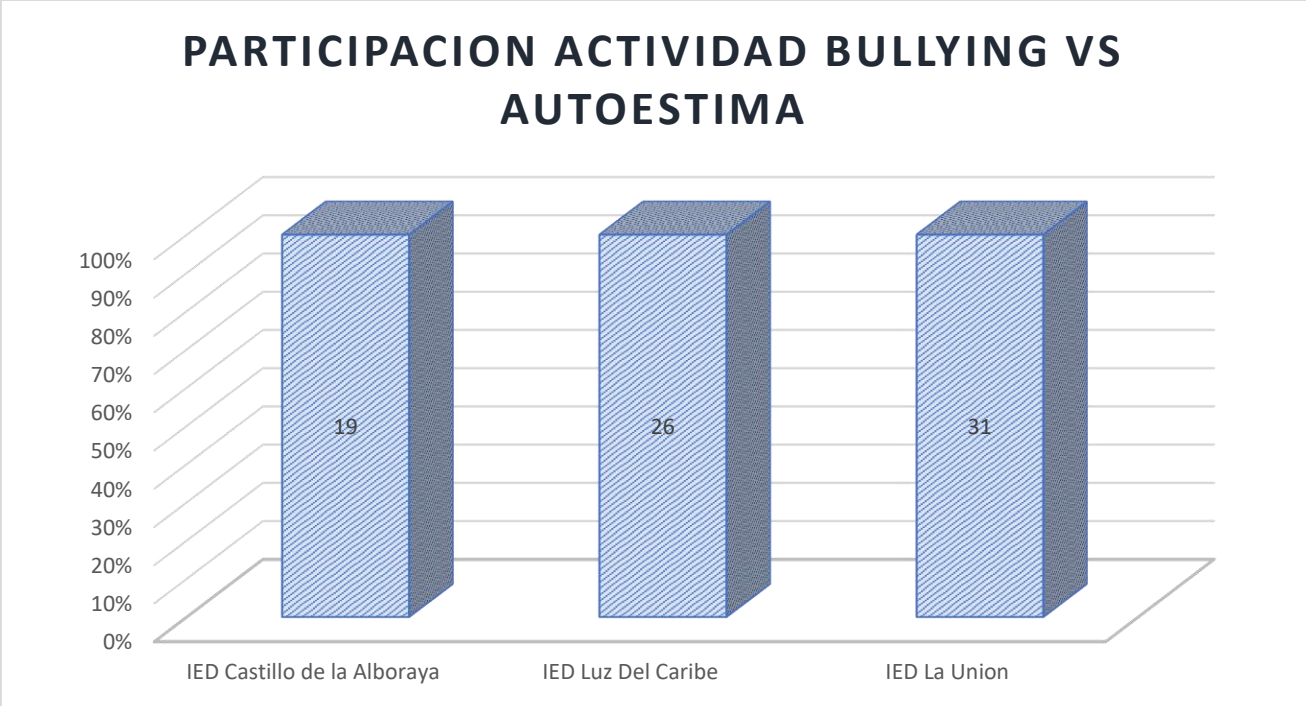
Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

provocar inferencias inadecuadas sobre su valía personal que generen conductas autolesivas.

De esta misma forma al trabajar en una buena autoestima hacia el acosador, este no ve como necesario usar a otros para descargar conflictos internos o para replicar un posible maltrato del que este esté siendo víctima en casa.

COLEGIO	LOCALIDAD	PARTICIPANTES	HOMBRES	MUJERES
IED Castillo de la Alboraya	SUR ORIENTE	19	11	8
IED Luz Del Caribe	SUR ORIENTE	26	17	9
IED La Union	SUR ORIENTE	31	22	9

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com



ASISTENCIA Y PARTICIPACION

La propuesta de Vacuna Emocional, ¡Hablemos! Cuenta con 9 puntos; 5 fijos y 4 itinerantes ubicados en las diferentes Localidades de la ciudad. Los 4 puntos itinerantes están presentes en diferentes instituciones distritales ; realizando la tamización de los estudiantes de los grados octavo, noveno, decimo y once y posterior abordaje individual y grupal.

La asistencia de la población en general a las diferentes actividades psicoeducativas fue importante, las cuales se programaron y desarrollaron los días 16, 20,25 y 26 de Junio de del presente año (2022) en horarios establecidos en las diferentes localidades de Barranquilla. Estos espacios

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Psicoeducativos tuvieron gran acogida, asistencia y participación, conservando y guardando todas las medidas y protocolos de bioseguridad.

Aplicación de tamizaje acorde a lineamientos establecidos en la Resolución No. 0518, de la siguiente manera:

1. Prueba AUDIT a la población con sospecha de patrones de consumo problemático de alcohol. Test de Audit: El AUDIT fue desarrollado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un método simple de screening del consumo excesivo de alcohol y como un apoyo en la evaluación breve.1,2 Puede ayudar en la identificación del consumo excesivo de alcohol como causa de la enfermedad presente. Proporciona un marco de trabajo para la intervención dirigida a los bebedores de riesgo, para que puedan reducir o abandonar el consumo de alcohol y, con ello, evitar las consecuencias perjudiciales de su consumo. El AUDIT también ayuda a identificar la dependencia de alcohol y algunas consecuencias específicas del consumo perjudicial. (tomado de: https://www.who.int/substance_abuse/activities/en/AUDITmanualSpanish.pdf)

2. Prueba ASSIST (Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas) a la población con sospecha de patrones de consumo problemático. Test assist: la prueba fue diseñada para ser utilizada en el ámbito de la atención primaria de salud, donde el consumo dañino de sustancias entre los usuarios puede no ser detectado o empeorar. La versión 3.1 de la prueba ASSIST consiste en un cuestionario en versión de papel y lápiz dirigido a los usuarios de sustancias y que debe ser administrado por un profesional de la salud. El cuestionario consta de ocho preguntas y llenarlo toma aproximadamente entre 5 y 10 minutos. El diseño de la prueba es culturalmente neutral, por lo que puede utilizarse en una gran variedad de culturas para detectar el consumo de multiples sustancias.(Tomado de:https://www.who.int/substance_abuse/activities/assist_screening_spanish.pdf)

3. Prueba SRQ para la detección temprana de trastornos mentales en adolescentes y adultos. Es una escala auto-aplicada o llenada por el personal de salud que permite identificar sintomatología actual o que se ha presentado durante los últimos 30 días. El SRQ ha sido diseñado por la Organización Mundial de la Salud con la finalidad de ampliar la detección y

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

atención de los problemas de salud mental en los servicios de atención primaria, especialmente en países en desarrollo. (Tomado de: http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v79n3/a03v79n3.pdf)

4. Prueba RQC para la detección temprana de trastornos mentales en niños y niñas. El RQC es un instrumento de tamizaje que debe Responder la persona adulta responsable del niño, niña o adolescente y consta de diez preguntas que se responden Sí o No. No requiere ningún entrenamiento especial para diligenciarse. Investiga síntomas actuales o historia de problemas. Está diseñado para niños entre 5 y 15 años. Es un cuestionario de síntomas para niños, que identifica signos y síntomas de interés en Salud Mental. (Tomado de: RQC, organización internacional para migraciones).

Además de las escalas de tamización exigidas por la resolución 0518 del 2015, aplizamos escalas mas especificas para patologías mentales como lo son: Hamilton para ansiedad y depresión en niños y adolescentes, GAD 7, PHQ 9, escala de TEPT en pacientes hospitalizados por COVID 19 y un invetario de pérdidas diseñado por un comité de expertos de la IPS Reencontrarse.

En las intervenciones realizadas en las instituciones educativas; se pudo trabajar con los grados de once, décimo, noveno y octavo; espacios educativos en los cuales se pudo hacer conversatorios sobre temáticas como la importancia de la autoestima vs el bullyng; específicamente ante la importancia de mantener una adecuada inteligencia emocional, y como asumir un rol responsable ante el evento en el que nos percatemos de que una persona pueda estar siendo violentada psicológica, emocional y socialmente. El trabajo no solo se implementó en los estudiantes, sino en aquellos docentes que se encontraban interesados en cómo manejar una situación como esta. Adicional a esto, se dieron recomendaciones puntuales frente a la violencia intrafamiliar y como activar una ruta de apoyo o ayuda ante dicha situación, reforzando la ley de infancia y adolescencia (Ley 1098 del 2006) y quienes son los garantes de las mismas. Es importante recalcar, que también se les educó frente al reconocimiento de las emociones; especialmente las negativas y cómo darles manejo correcto; mediante actividades de role-play.

El Centro Terapéutico Reencontrarse la ha apostado a la salud mental durante muchos años en todo el distrito de Barranquilla; procurándola desde diferentes contextos, escenarios, e identificando riesgos perennes tanto en los espacios micro sociales y meso sociales, reconociendo que se deben realizar acciones encaminadas a la promoción y prevención de eventos negativos latentes en los entornos; que afectan, dañan, vulneran y minimizan la salud mental de un ser. Se reconoce el valor e impacto positivo que tiene en la comunidad cuando se dan los espacios para las intervenciones integrales, que tienen por objeto disminuir la incidencia y prevalencia de eventos que afectan la

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

salud de las personas, las familias y comunidades y trabajar en el mejoramiento de su calidad de vida.

Por lo anterior; todo el equipo de vacuna emocional, organizó y definió las temáticas de acorde a las necesidades subyacentes posterior al evento del Covid -19, para educar a la comunidad en las herramientas para hacer frente a una variable inevitable como lo son las situaciones adversas que se pueden presentar en la vida de todo ser humano. En la ejecución de este programa de promoción y prevención de las enfermedades mentales; mediante los talleres psicoeducativos, con personal idóneo para educar, guiar y direccionar; se pudo evidenciar que, en la mayoría de las personas en la ciudad de Barranquilla, no están preparadas para responder ante eventos negativos, ya que se observa un mal manejo de las emociones, baja tolerancia a la frustración; y la presencia de creencias erróneas sobre la resolución de conflictos. Finalmente; se lograron los objetivos trazados por el equipo terapéutico de Vacuna Emocional, ajustándolo a las necesidades precisas de la institución educativa en la que se ubicó el centro de escucha.

Ver escalas al final del documentos.

*En cuanto a este punto se debe resaltar que la asistencia de este tercer mes de MAYO tuvimos un total de: 8614 personas. En lo que va en todo el trimestre hay un total de 22.392 personas que han sido atendidas en los centros de escucha.

NÚMERO DE PARTICIPANTES POR MES:

Febrero: 3471 personas

Marzo: 4.876 personas

Abril: 5.431 personas

Mayo: 8.614 personas

Junio: 7.626 personas

Soportes a entregar de la fase: informe de tamizajes aplicados y canalización y seguimiento al diagnóstico y atención de los casos reportados por el tamizaje con riesgo alto.

*Ver en anexo de evidencias base de datos de excel:

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

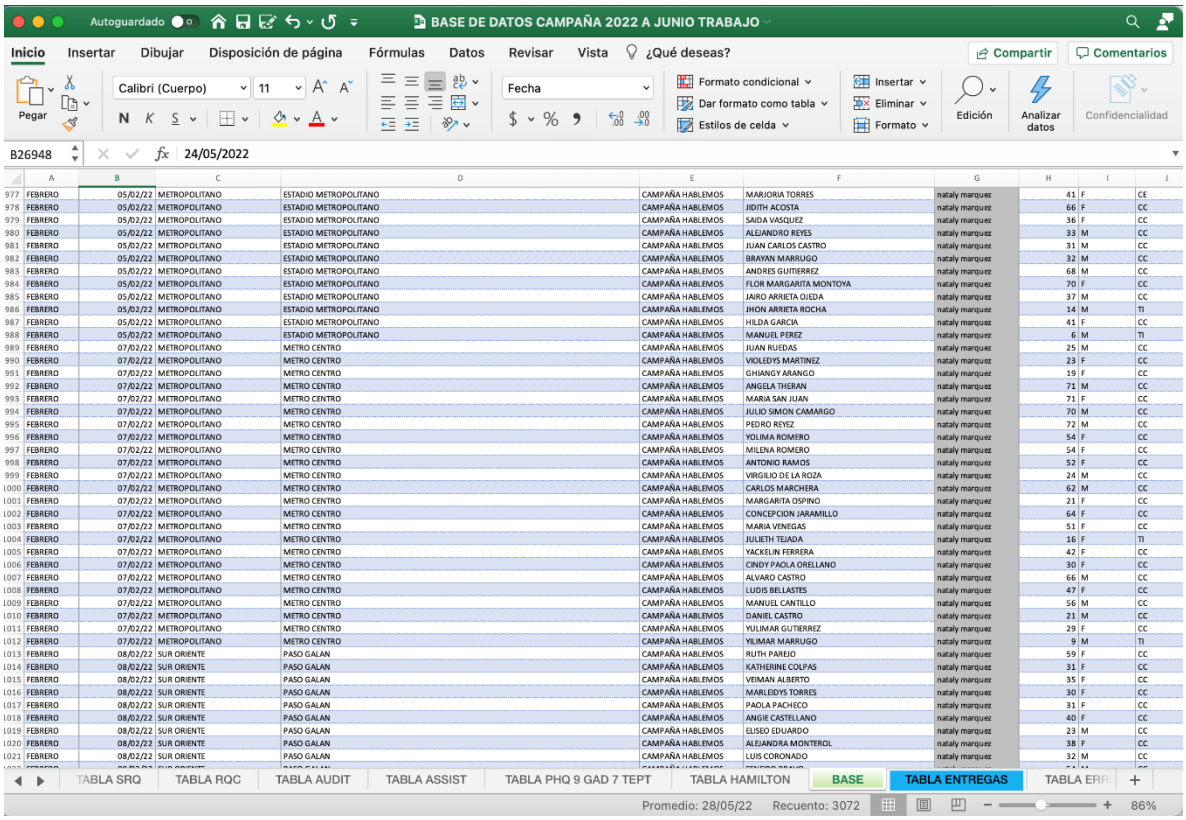


Foto: captura de pantalla de la base de datos que se encuentra en archivo de Excel anexo.

FASE 3:

REMISIÓN Y ARTICULACION INTERINSTITUCIONAL

A través de una red integrada entre el equipo médico científico de psiquiatras y psicólogos, el coordinador del proyecto (médico psiquiatra) y el coordinador administrativo, con el apoyo de la secretaria de salud y la red de prestadores de las diferentes empresas promotoras de salud, se hará el direccionamiento de las personas según las necesidades y problemática individual detectada en la fase 2. Además de fortalecer la interconectividad de los sectores para dar

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

respuesta oportuna a las necesidades y problemáticas individuales acompañados por los informes y recolección de datos suministrados por el analista de datos.

Canalización a servicios de salud:

*Servicio Amigables.

*Promoción y Prevención.

*Articulación con otros planes de beneficios.

*Acciones de Salud Pública, acciones de atención psicosocial.

*Servicios de tratamiento al consumo por parte de las EAPB.

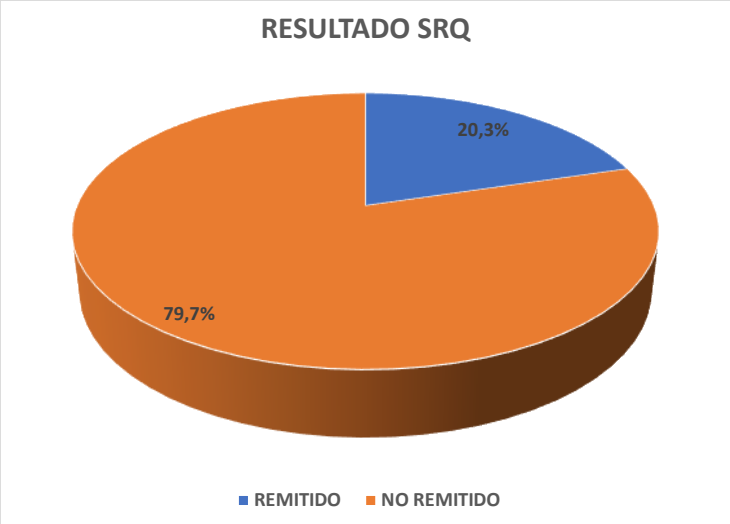
Se realizó reunión con los referentes de salud del distrito con el fin de crear una ruta única para atención de conducta suicida. Se diferenció la ruta para la ideación, plan estructurado y no estructurado e intento de suicidio fallido.

Cuando: una vez realizada la intervención individual.

En la tabla siguiente se evidencia el resultado objetivo que se obtuvo con la escala SRQ la cual fue diseñada por la organización mundial de la salud con la finalidad de ampliar la detección de los problemas de salud mental actual o que se ha presentado durante los últimos 30 días. Esta escala consta de 28 preguntas dicotómicas (sí o no), se suman las respuestas afirmativas y si la suma es 11 o mas de la 1 a la 20 o si alguna pregunta de la 21 a la 28 se responde de manera afirmativa se debe remitir al paciente para recibir valoración médica o psicológica según el hallazgo.

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir





REENCONTRARSE
CENTRO TERAPÉUTICO

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir



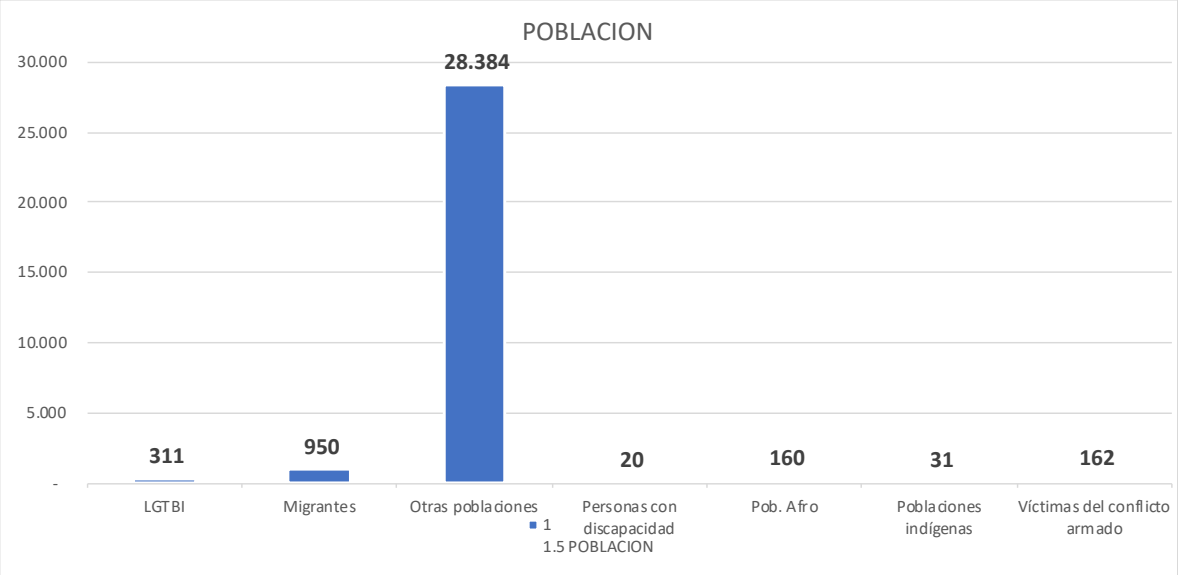
Tal y como se evidencia en las graficas anteriores, la prevalencia de sintomatología afectiva es bastante relevante, sobretodo porque estas personas con sintomatología ansiosa o depresiva es la que tiene mas riesgo de conducta suicida. No obstante, esto no indica que todo el que tenga sintomatología afectiva, necesariamente vaya a tener ideación o planes suicidas.

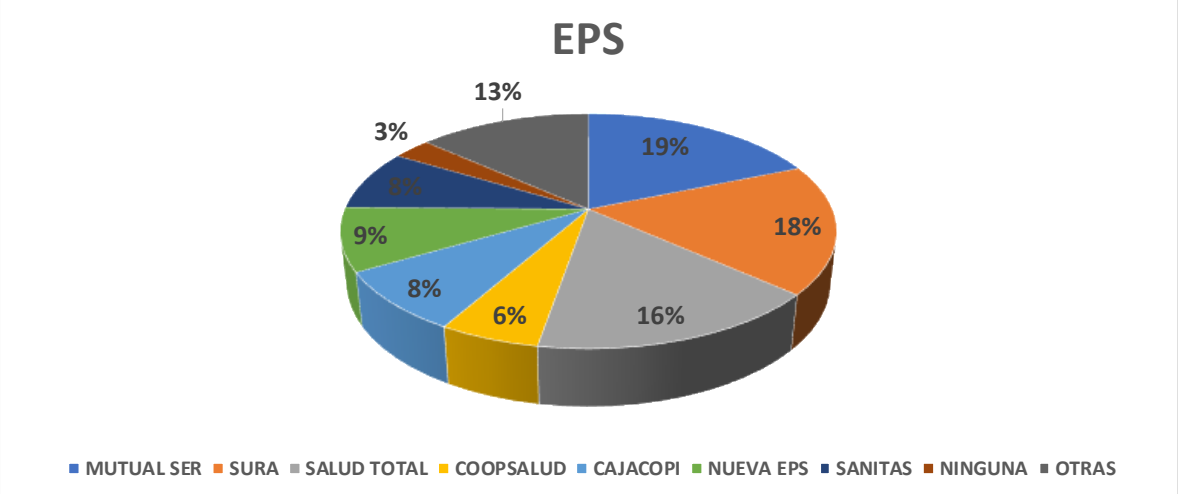
En cuanto al perfil sociodemográfico en este mes se evidencia lo siguiente:

11.5 POBLACION	1ra INFANCIA	ADOLESCENTE	ADULTO	ADULTO MAYOR	INFANTE	Total general
LGTBI		287	18		6	311
Migrantes	34	314	526	24	52	950
Otras poblaciones	384	12974	11999	1609	1418	28.384
Personas con discapacidad	1	4	11	4		20
Pob. Afro		109	37	5	9	160
Poblaciones indígenas		17	14			31
Víctimas del conflicto armado		46	103	6	7	162
Total general	**419**	**13751**	**12708**	**1648**	**1492**	**30.018**

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Salud mental para un mejor vivir





FASE 4:
FASE DE SISTEMATIZACIÓN
El analista de datos elabora informe de seguimiento y sistematización de la experiencia a través de base de datos con tablas dinámicas y gráficos, que permitirán evidenciar los casos de alta vulnerabilidad y de alto riesgo para la Salud Mental, identificando oportunidades de mejora en los diversos ámbitos donde interactúa el centro de escucha y mediante el seguimiento a los casos canalizados a las diferentes EPS.

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com

Soportes a entregar de la fase: informe gráfico con el consolidado sistematizado de la experiencia basado en los resultados y datos de la intervención. Dado que apenas va el primer mes de la estrategia, se entrega informe preliminar con la información recolectada en este segundo mes de la estrategia.

- ✓ Talento humano de la IPS Reencontrarse
  Psicología

  Trabajo social

  Auxiliares de punto

  Coordinador Logistico

  Coordinador administrativo

  Equipo científico

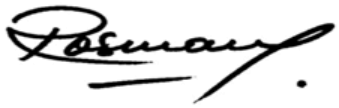
  Data Manager

  Analista de datos

  Coordinador científico
- ✓ Evidencias (se encuentran en CD anexo)
- ✓ Conclusiones de este cuarto mes de estrategia

Nuestro compromiso es con la salud mental de los colombianos. Seguimos trabajando en la salud mental de los barranquilleros.

Atentamente,



Rosmary Christoph Rosales

Gerente

Tel: (+5) 359 6770
Carrera 45 N° 84-197 Barranquilla
reencontrarse@ips-reencontrarse.com
www.reencontrarse.com