ALCALDIA DE
SANTIAGO DE CALI

INFORME DE GUIA COMUNITARIA EN PRIMEROS AUXILIOS GRUPO PILOTO
N°4145.020.14.84.429

Informe capacitación sobre como trabajar en el impacto negativo de las personas al momento de una crisis a través de facilitar u orientar la asistencia a mediano o largo plazo si fuera necesario en primeros auxilios, a grupo DE ADULTOS MAYORES DEL BARRIO LAS CEIBAS comuna 7.

1. Datos generales
   Fecha: 29- septiembre- del 2022
   Lugar: presencial
   Dirección: salón de la asociación del adulto mayor comuna 7
   Horario: 02:00 pm– 04 :00 pm

   Integrantes: María Claudia Pereira Acosta-Contratista - Luz Mirley Solís Sinisterra – Contratista- Nohemí Izquierdo - ver listado de asistencia.

Objetivo: Realizar intervención de educación en el impacto negativo de las personas al momento de una crisis a través de facilitar u orientar la asistencia a mediano o largo plazo si fuera necesario a través de los primeros auxilios psicológicos, a grupo de ADULTOS MAYORES DE LAS CEOBAS del Barrio las Ceibas comuna 07.

2. Metodología aplicada: Presentación de los profesionales de la secretaria de salud del grupo funcional Adultez y vejez, la psicóloga María Claudia Pereira, la enfermera jefe Nohemí Izquierdo, se pide autorización para tomar listado de asistencia y soporte fotográfico del encuentro. Seguidamente se da paso a la presentación de la charla en donde interviene la enfermera jefe sobre una situación vivenciada en encuentro anterior y que va asociada al tema a tratar, dando conocimiento del tema para referencia, sobre primeros auxilios psicológicos en la salud mental.

   - primer momento presentación y listado de asistencia.
   - segundo momento ejercicio por grupos para definir cualidades de grupos.
   - tercera actividad lúdica con referencia a la salud mental y las emociones
   - cuarta Retroalimentación y lluvia de ideas de la actividad ejecutada.

3. Desarrollo de la jornada:

La contratista Nohemí Izquierdo informa al grupo la importancia de identificar las cualidades positivas que tienen cada uno de las personas y como a partir del respeto y de la concientización del otro se pueden evitar problemas y malos entendidos para nuestra propia salud y la interacción con los demás.

Inicia el proceso de sensibilización y de capacitación haciendo énfasis en los siguientes temas:

- Se realiza intervención psicosocial, se hace retroalimentación de las intervenciones generadas el año pasado para que los adultos mayores lograran centrarse en la psi coeducación que se realizaría frente a la parte de la salud mental y emocional a partir de las enfermedades, la pandemia y otros eventos asociados a las situaciones que generan desequilibrio emocional y físico.

- María Claudia Pereira Acosta Psicóloga- empieza asociando las emociones desde como yo las identifico, que es para mí una emoción y como yo manifiesto mis emociones en relación a los demás.
- Seguidamente se elabora una actividad lúdica que va relacionada con el valor que se tiene uno mismo “el cofre y su tesoro”, a partir de aquí se le pasa a cada uno de los asistentes el cofre se abre y se le pregunta que ve dentro de ese tesoro y que representa; se realiza retroalimentación en donde se hace consiente a las personas de la importancia y el significado que nos damos a nosotros mismos.
- Luego se empieza a dar explicación para entrarse en el tema de primeros auxilios psicológicos dando paso a una lluvia de ideas sobre el concepto para empezar a construirlo y trabajar sobre los saberes de los asistentes.

- Que es salud mental

La salud mental puede ser definida como el estado de equilibrio entre una persona, su entorno social y cultural, que garantiza un nivel alto de participación en actividades laborales, intelectuales y de relaciones con los otros, donde se alcanzan altos niveles de bienestar y calidad de vida. Generalmente se relaciona el término “salud mental “al de “salud o estado físico”, definiendo a la salud mental de la siguiente manera: un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.” OSM°.

INFORME DE GUIA COMUNITARIA EN PRIMEROS AUXILIOS GRUPO PILOTO
N°4145.020.14.84.429

1. Importancia de la salud mental

Como ya se mencionó, la salud mental se relaciona con todas las facetas del individuo, como lo es el raciocinio, las emociones, el pensamiento, las decisiones y el comportamiento frente a diferentes situaciones de la vida cotidiana, relaciones e interacción con las demás personas y el contexto en el que se encuentra.

También determina cómo manejar el estrés, como afrontar situaciones difíciles, convivir con otras personas y tomar decisiones importantes. La ausencia o presencia de la salud mental se presenta y observa en todas las etapas de la vida, desde la niñez, pasando por la adolescencia, hasta llegar a la adultez.

2. Alteraciones de la salud mental: síntomas y alertas.

Las alteraciones en la salud mental no siempre son evidentes, en muchos casos se tratan de síntomas silenciosos, por lo que debemos estar alerta a algunos elementos que pueden desencadenar problemas o trastornos asociados a la salud mental tales como:

Sufrimiento: los eventos traumáticos producto de violencia social o de género, violencia intrafamiliar y otras expresiones de violencia, tienen efectos importantes en la salud mental de las personas, conllevan a la falta de confort y un malestar creciente en el individuo, que alimenta el dolor y el sufrimiento.

Conducta mal adaptativa: la no interacción de las personas en ambientes familiares, escolares, laborales, sociales, la dificultad para adaptarse a diferentes contextos, puede proporcionar consecuencias como no afrontar los problemas de manera exitosa, no ajustarse a los cambios dentro de las exigencias del entorno, a tener conflictos con el contexto en el que se encuentra y por esta razón la persona puede experimentar de forma constante estados de frustración.

Pérdida de control: el control en la salud mental, se refiere a lo predecible que puede ser o mostrarse una persona con respecto a su conducta a través del tiempo; determina la capacidad para anticipar la reacción de una persona ante un evento determinado. Una persona con control de sí misma es muy predecible: pero para que exista este control, debe de actuar de una manera racional y con un propósito. La pérdida del autocontrol es característica de la persona, como coloquialmente se les conoce “con carácter explosivo “lo cual también puede asociarse con episodios de angustia, agresión y violencia.

3. Atención o prevención

Es importante mencionar que la atención de la salud mental no se refiere solo a los aspectos de atención posterior al surgimiento de desórdenes o trastornos en las personas que los padecen, sino que corresponden a la prevención de los mismos con la promoción de un ambiente sociocultural sano, donde aspectos como la autoestima, las relaciones interpersonales y otros elementos que deben venir ya sea desde la educación del hogar en las etapas tempranas de la niñez y de la juventud son desarrollados y potencializados por las personas.

Esto quiere decir, que la atención a los problemas o trastornos asociados a la salud mental, no solo deben de preocupar a los expertos tales como psiquiatras y psicólogos, también debe de ser un tema de responsabilidad en la formación dentro del núcleo familiar de cada hogar, de un ambiente de convivencia sana en el lugar donde se vive, de la responsabilidad asumida por los medios de comunicación, del contexto escolar, los espacios de trabajo y estudios en general.

4. Promoción de la salud

La salud mental es responsabilidad de todos, y debe partir del principio que “todas las personas tienen necesidades de salud mental no solo aquellas a las que les han sido diagnosticadas condiciones deficientes de salud mental”. Cuando hablamos de promoción, nos referimos a un término que cubre una variedad de estrategias que buscan minimizar los problemas generados por situaciones, o trastornos asociados a la salud mental. En otras palabras, la promoción en salud mental, son estrategias donde todos participamos en busca del bienestar personal y colectivo, y que puede ser vista desde tres niveles:

Nivel individual: motivar los recursos propios de la persona por medio se estímulos en el auto – estima, la resolución de los propios conflictos, el asertividad en áreas como la paternidad, el trabajo o las relaciones interpersonales.

Nivel comunitario: una creciente y cohesionada inclusión social, desarrollando las estructuras de ayuda que promueven la salud mental en los lugares de trabajo, estudio y en la ciudad.

Nivel oficial: el estado de cada nación comprometido en planes que reduzcan las barreras socio- económicas promoviendo oportunidades en igualdad de acceso a los servicios de salud pública por parte de los ciudadanos más vulnerables a esta orden.

Que son primeros auxilios psicológicos

La meta primordial de los primeros auxilios psicológicos en la salud mental contempla la ayuda que se presta a una persona que está experimentando una sintomatología de un problema o trastorno mental hasta que la persona pueda ser atendida, llevada al servicio médico correspondiente y/o ayuda comunitaria y profesional.

INFORME DE GUIA COMUNITARIA EN PRIMEROS AUXILIOS GRUPO PILOTO
N°4145.020.14.84.429

Es importante mencionar que los primeros auxilios en salud mental pueden ser proporcionados por cualquier persona, siempre y cuando haya recibido el entrenamiento correspondiente.

Palabras claves: intervención, crisis, primeros auxilios psicológicos, afrontamiento, restablecimiento.

2. Que entendemos por primeros auxilios psicológicos

Son las primeras acciones enfocadas a aliviar el sufrimiento emocional de la persona dado como reacción a una determinada situación estresante para lo mismo.

3. Para que sirven los primeros auxilios psicológicos (manejo de las personas y sus procesos)

Ayudan a restablecer el estado emocional de la persona ante una crisis.
síntomas que aparecen más frecuentemente en las personas que atraviesan por una crisis:

- Sentimientos de cansancio y agotamiento
- Sentimientos de desamparo
- Sentimientos de inadecuación
- Sentimientos de confusión
- Síntomas físicos
- Sentimientos de ansiedad
- Desorganización del funcionamiento en sus relaciones laborales
- Desorganización del funcionamiento en sus relaciones familiares
- Desorganización del funcionamiento en sus relaciones sociales
- Desorganización en sus actividades sociales

Por último, se pudo visualizar dentro de la actividad el agrado, el compromiso, la comunicación y participación dentro del mismo logrando un espacio de escucha de alegría y sobre todo de ejecutar ejercicios para su salud mental.

Preguntas: se brinda espacio para preguntas donde se aclaran dudas se motiva a la comunidad en la continuidad de replicar la información en todos los entornos que ellos circulen como el comunitario y hogar.

Finalmente se hace un cierre con la retroalimentación y evaluación para identificar el impacto generado, o el mejoramiento ante la actividad ejecutada; se queda con la invitación para un próximo encuentro según las fechas a definir o intervenciones a realizar.

ALCALDIA DE
SANTIAGO DE CALI

INFORME DE GUIA COMUNITARIA EN PRIMEROS AUXILIOS GRUPO PILOTO
N°4145.020.14.84.429

- Se solicita el diligenciamiento de asistencia, se anexa al informe
- Elaboración y envió de informe.

Atentamente,

MARIA CLAUDIA PEREIRA ACOSTA
Equipo funcional Adultez y Vejez.
Secretaria de Salud Pública Cali

LUZ MIRLEY SOLIS SINISTERRA
Equipo Funcional Adultez y Vejez
Secretaria de Salud Pública Cali.

ALCALDIA DE
SANTIAGO DE CALI

INFORME DE GUIA COMUNITARIA EN PRIMEROS AUXILIOS GRUPO PILOTO
N°4145.020.14.84.429

LISTADO DE ASISTENCIA COMPUESTO POR UN (1) FOLIOS Y REGISTRO FOTOGRAFICO.

ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI
DESARROLLO SOCIAL
SERVICIO DE SALUD PUBLICA

SISTEMAS DE GESTIÓN CONTROL INTEGRADOS
(SISTEDA, SGC y MECI)

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD - SALUD

MMDS01.03.06.15.P02.F14

VERSIÓN: 7

FECHA DE ENTRADA EN VIGENCIA: 05/abril/2018

ACTIVIDAD:
INFORME Nº: 4145.020.14.84.429
OBJETIVO: Trabajar en el impacto negativo de las personas al momento de una crisis a través de facilitar una orientación a través de los primeros auxilios psicológicos.

FECHA: 29 / Sept / 2022
HORA INICIAL: 02:00 pm
HORA FINAL: 04:00 pm
LUGAR: Asociación Adulto Mayor comuna 7.

Nº	Documento de Identidad	Nombre Completo	Edad	Etnia: Indígena	Etnia: Afro	Etnia: Otro	Persona con Discapacidad: Si	Persona con Discapacidad: No	Grupo al que pertenece	Teléfono	Correo / Dirección	Firma
1	25268093	Ana clara Sanchez	75			X		X	Vida y Salud	3934778197		
2	38[illegible]01	Patricia [illegible]	50		X			X	Bella Aurora	[illegible]	[illegible]	
3	31833978	Graciela moreno	68	X				X	bella aurora	3114411825	CLLE 3A C3-15	
4	29341181	alba edilia	61			X		X	bella aurora	CC[illegible]	[illegible]	
5	3225738	aurora pelaez	93			X		X	Club de la salud	3133591803	[illegible]	
6	31235186	Flor maria daza	74			X		X	Club de la salud	602223	[illegible]	
7	25150793	IVZ MARINA HERNANDEZ DE FEO	77			X	X		ESTRELLAS DE LAS CEIBAS	3122576910		
8	31843265	Carmen Rosa Bermudez	67			Y		X	Estrellas de las Ceibas	3122020078	[illegible]	
9	31277058	Rosabel Granobles	68	X				X	ESTRELLAS LAS CEIBAS	3233[illegible]		
10	7744180782	STIWAR DIAZ GRANOBLES	78			X		X		3233748587	Calle 68 N 71 24	
11	31896436	claudia arbelaez H	59			X	X		estrellas C	3760554		
12	41635081	Luz Stella Lozano H	67			X		X	Estrellas de las Ceibas	3205166442		
13	31832963	Colombia Cardona B	64						Estrellas de las Ceibas	3128199495	Km 3 P 623 62-21	
14	31291576	Isabel Borrero S	67			X		X	Estrellas ceibas	3163108977	Kro 7A Bis	

Elaborado por: Sandra Patricia Morales Suárez	Cargo: Técnica Área Salud	Fecha: 05/abril/2018	Firma:
Revisado por: Jorge Alirio Holguin Ruiz	Cargo: Médico General	Fecha: 05/abril/2018	Firma:
Aprobado por: Alexander Durán Peñafiel	Cargo: Secretario de Despacho	Fecha: 05/abril/2018	Firma:

Archivar Miembros



ALCALDIA DE
SANTIAGO DE CALI

INFORME DE GUIA COMUNITARIA EN PRIMEROS AUXILIOS GRUPO PILOTO
N°4145.020.14.84.429







INFORME DE GUIA COMUNITARIA EN PRIMEROS AUXILIOS GRUPO PILOTO
N°4145.020.14.84.429





