CAPACITACION CANCER DE MAMA Y SALUD MENTAL-ENTORNO COMUNITARIO
N°4145.020.14.84.542

Informe capacitación cáncer de mama entorno comunitario sobre detección temprana de cáncer de mama en el marco del curso de vida adultez y vejez, la salud mental para entorno comunitario desde sus cuidados emocionales. GRUPO CORAZONES TIERNOS modalidad familiar- de la comuna 12 – Barrio sindical.

1. Datos generales
   Fecha: 22- noviembre del 2022
   Lugar: PRESENCIAL –
   Dirección: caseta comunal sindical
   Horario: 08:30 am– 10 :30 am

   Integrantes: María Claudia Pereira Acosta-Contratista - Luz Mirley Solís Sinisterra-Contratista-Heidy Marcela Ortiz Escobar -Auxiliar de enfermería modalidad familiar Fundacoba, ver listado de asistencia.

Objetivo: Realizar intervención de educación para la salud sobre detección temprana de cáncer de mama, a GRUPO CORAZONES TIERNOS modalidad familiar, en el marco del curso de vida Adultez y Vejez y la salud mental para el entorno comunitario desde sus cuidados emocionales.

2. Metodología aplicada: Se participó de manera presencial utilizando las siguientes intervenciones:

primer momento presentación y listado de asistencia.

segundo momento capacitación sobre detección temprana cáncer de mama y psico educación desde lo emocional

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

- Cáncer de Mama, abordando el tema desde la concepción que tiene la comunidad sobre la enfermedad, seguido de los Signos de Alarma tales como Presencia de masas o bultos en los senos o en las axilas, endurecimiento o hinchazón de una parte de las mamas, enrojecimiento o descamación en el pezón o las mamas Retracción (hundimiento) del pezón, salida de secreción por el pezón, en periodos

diferentes a la lactancia, cualquier cambio en el tamaño o forma de las mamas y dolor en cualquier parte de las mamas; factores de riesgo como ser mayor edad, historia familiar de Cáncer de Mama, entre el primer grado de consanguinidad (madre, hermana o hija), inicio del periodo menstrual en una edad temprana (antes de los 12 años), entrada a la menopausia en una edad tardía, maternidad relativamente tardía (tener hijos después de los 30 años), detención temprana para cáncer de mama, metas para cáncer de mama, sistemas de categorización. Como estrategias para hacer Detección Temprana, se resalta la importancia del Autoexamen de las mamas, desde la adolescencia, unos cinco a ocho días después del inicio del periodo menstrual, momento en el cual las mamas ya no están tan congestivas. La palpación de la mama debe cubrir toda la superficie de la glándula extendiéndose hasta la axila y el cuello; Las mujeres mayores de 20 años deben realizase realicen un examen clínico de la mama por lo menos cada tres años, y que una vez lleguen a los 40 años, aumenten la frecuencia del examen una vez al año. Hace énfasis especial en la importancia de hacer control de los factores de riesgo y de realizarse la mamografía como prueba de tamización, a partir de los 50 años y hasta los 69. Recordando la importancia de consultar al médico en caso de identificar alguna masa o cambio en el seno, así esta no genere dolor.

- Por último se socializa la resolución 1238 emitida por el ministerio de salud la cual busca prevenir y preservar la salud y disminuir los contagios de COVID o infecciones respiratorias por el alto número que hemos tenido durante el último mes por lo que aplica el uso obligatorio del tapabocas en los siguientes espacios: en espacios cerrados, instituciones de salud, trasportes masivos y estaciones del mío, terminal de transportes y aeropuerto, hogares de larga estancias para adultos mayores, personas con morbilidades con enfermedades de base como el VIH, cáncer entre otros, así mismo las personas que no se han vacunados, se refuerza la importancia de la vacunación COVID 19 se informan los puntos de vacunación disponibles en la ciudad de Cali, lavado de manos y medidas de bioseguridad, se refuerzan los síntomas de la viruela del mono

- 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.

- Se 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, a partir de esta orientación se les brinda un espacio de lluvia de ideas a los asistentes con la finalidad de saber que tato sabemos y a través de sus experiencias de vida poder abarcar la profundización del mismo, cuando ellos logran identificar sus propias emociones se hacen la elaboración de ejemplos y

pautas de cómo se pueden enfrentar un diagnóstico o una situación alterna que conlleva a dificultades de desequilibrio mental y emocional.

- Seguidamente se elabora una actividad lúdica que va relacionada con frases que se manejan desde los tiempos de nuestros padres y abuelos, permitiéndoles a los asistentes compartir ideas y vivenciar situaciones agradables que hacen ver desde diferentes puntos el significado que tiene la frase y como estas se aplica en el diario vivir, como los seres humanos partimos y actuamos de los “supuestos” y como estos muchas veces generan inconformidad, malestar, angustia o rabia frente a lo que los demás están socializando.

  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 solicita el diligenciamiento de encuesta de satisfacción para medir la satisfacción de la capacitación brindada.

CAPACITACION CANCER DE MAMA Y SALUD MENTAL-ENTORNO COMUNITARIO
N°4145.020.14.84.542

4. Compromisos:

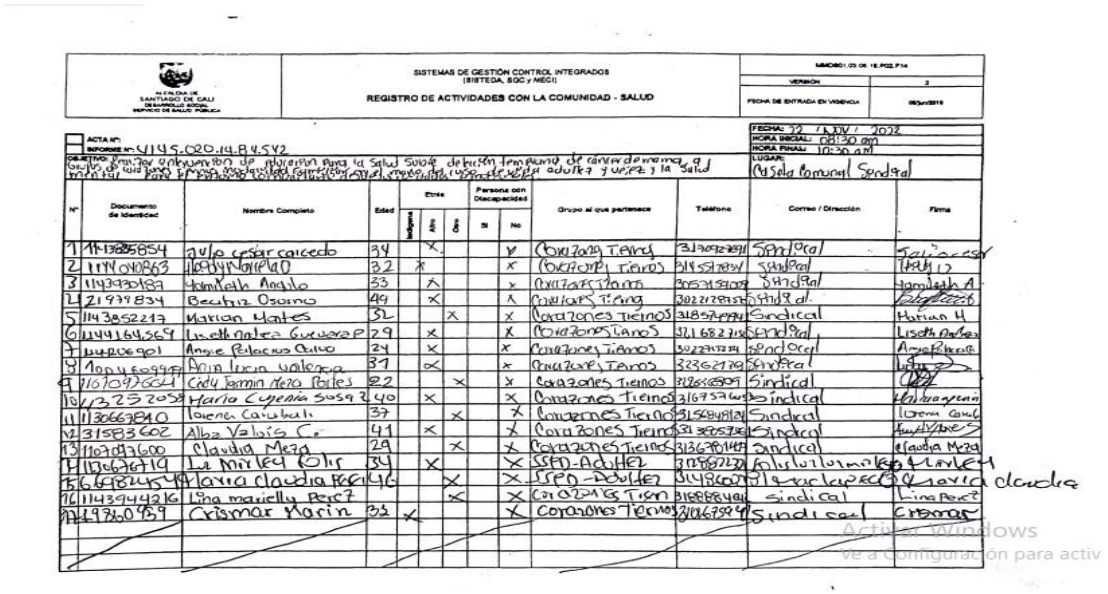
- Se solicita el diligenciamiento de asistencia presencial se anexa al informe
- Elaboración y envió de informe.
- Apoyo en actividades relacionadas con la promoción de la salud y prevención de la enfermedad, a solicitud y disposición del contratista.

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.

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



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

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD - SALUD

ACTA Nº: INFORME Nº: 4145.020.14.84.542

FECHA: 22 / NOV / 2022
HORA INICIAL: 08:30 am
HORA FINAL: 10:30 am
LUGAR: Casa Comunal Sprdgal

OBJETIVO: Socializar sintomatología del cáncer de mama, al grupo de adultez y vejez y la salud

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	1113885854	julio cesar caicedo	34		X			X	(ONCOZONA TIENDA	3136928911	SSPD/Cal	
2	1144040863	Yeidy Naranjo	32	X				X	(ONCOZONA TIENDA	3145578834	SSPD/Cal	
3	1143930189	Yamileth Angulo	33		X			X	ONCOZONAS TIENDA	3053458008	SSPD/Cal	
4	21979834	Beatriz Osorno	49		X			X	ONCOZONAS TIENDA	3022278358	SSPD/Cal	
5	1143852213	Marian Mates	32			X		X	ONCOZONES TIENDAS	3185749941	Sindical	
6	1144164569	Liseth Mateo Guevara	29		X			X	ONCOZONES TIENDAS	3116822158	SSPD/Cal	
7	1144206901	Angie Peñaranda Ortiz	24		X			X	ONCOZONES TIENDAS	3022317214	SSPD/Cal	
8	1004560955	Adin Lucia Valencia	31		X			X	ONCOZONES TIENDAS	3226217769	SSPD/Cal	
9	1107079664	Cindy Yamin Mejia Portes	22			X		X	ONCOZONES TIENDAS	3126685809	Sindical	
10	1143232058	Maria Eugenia Sossa	40		X			X	ONCOZONES TIENDAS	3167576405	Sindical	
11	1130667840	Yaeneth Caicedo	37			X		X	ONCOZONES TIENDAS	3150849104	Sindical	
12	31583602	Alba Valois C.	41		X			X	ONCOZONES TIENDAS	321 3805786	Sindical	
13	1107077600	Claudia Meza	29			X		X	ONCOZONES TIENDAS	3136781447	Sindical	
14	1130667819	Luz Mirley Solis	34		X			X	SSPD-ADULTEZ	3178872720	Salud Comunal	
15	66482454	Maria claudia Pereira	46			X		X	SSPD - ADULTEZ	3148600791	Salud Comunal	
16	1143944216	Lina marielly Perez				X		X	ONCOZONES TIENDAS	3168884401	Sindical	
17	1143980759	Cristian Marin	32	X				X	ONCOZONES TIENDAS	3106799491	Sindical	

ALCALDIA DE
SANTIAGO DE CALI

CAPACITACION CANCER DE MAMA Y SALUD MENTAL-ENTORNO COMUNITARIO
N°4145.020.14.84.542



