FACTORES PROTECTORES DE LA SALUD-ENTORNO COMUNITARIO

N°4145.020.14.84.466

Informe proceso de empoderamiento comunitario tercera sección 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 segunda sección. a grupo ADULTOS MAYORES LA MILAGROSA- zona oriente de la comuna 13 – Barrio Poblado I.

1. Datos generales
   Fecha: 18- octubre del 2022
   Lugar: PRESENCIAL –polideportivo Poblado I
   Dirección: Carrera 29C #43 a -00
   Horario: 08:30 am– 10:30 am

   Integrantes: María Claudia Pereira Acosta-Contratista - Luz Mirley Solís Sinisterra – Fanny Ramírez coordinadora grupo de adultos mayores LA MIAGROSA, ver listado de asistencia.

Objetivo: Realizar intervención de educación para la salud sobre detección temprana de cáncer de mama, a grupo de ADULTOS MAYORES LA MILAGROSA, dentro del proceso de Empoderamiento comunitario 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, 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.

FACTORES PROTECTORES DE LA SALUD-ENTORNO COMUNITARIO
N°4145.020.14.84.466

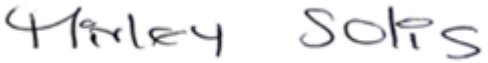
4. Compromisos:

    - 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.
    - Se recomienda continuar con la actividad física y la alimentación saludable.

Atentamente,



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



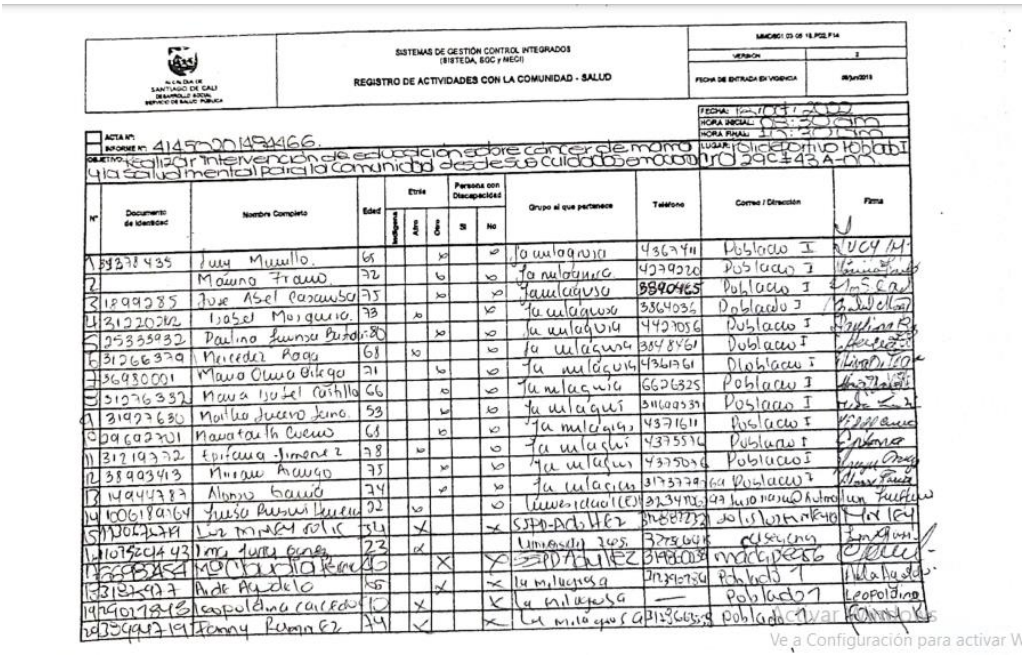
LUZ MIRLEY SOLIS SINISTERRA
Equipo Funcional Adultez y Vejez
Secretaria de Salud Pública Cali.

ALCALDIA DE
SANTIAGO DE CALI

FACTORES PROTECTORES DE LA SALUD-ENTORNO COMUNITARIO

N°4145.020.14.84.466

LISTADO DE ASISTENCIA COMPUESTO POR DOS (2) FOLIOS Y REGISTRO FOTOGRAFICO.



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

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD - SALUD

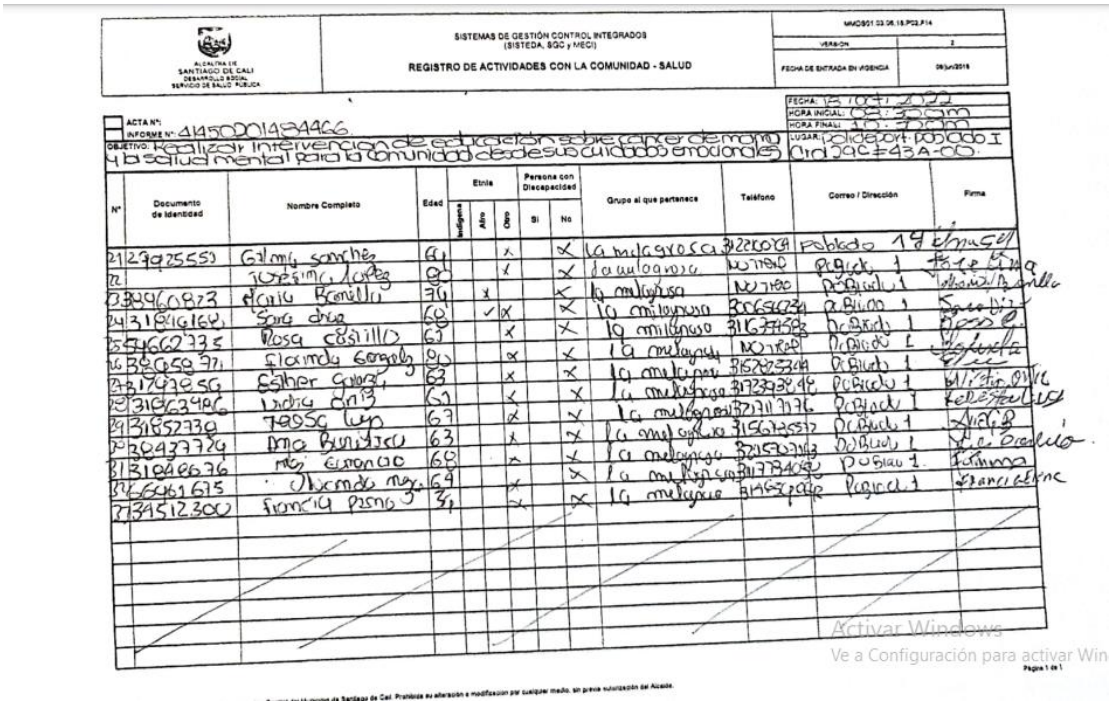
ACTA N°: INFORME N°: 4145020149844166

OBJETIVO: Realizar intervención de educación sobre cancer de mama y la salud mental para la comunidad desde sus cuidados emocionales

FECHA: 15/10/2022 HORA INICIAL: 08:30am HORA FINAL: 10:30am LUGAR: Polideportivo Pobado I Cra 29C #43A-00

N°	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	38878435	Luz Murillo	65			x		x	la milagrosa	4367411	Poblado I	
2		Mauro Franco	72			6		x	la milagrosa	4379220	Poblado I	
3	1299285	José Abel Casanova	75			x		x	la milagrosa	3804965	Poblado I	
4	31220262	José Mosquera	78		x			x	la milagrosa	3864036	Poblado I	
5	25335932	Paulina Lucia Bedoya	80			x		x	la milagrosa	4427056	Poblado I	
6	31266370	Mercedes Rojas	68		x			x	la milagrosa	3848561	Poblado I	
7	36930091	Maria Olivia Ortega	71			6		x	la milagrosa	4361961	Poblado I	
8	31976332	Maria Isabel Portilla	66			6		x	la milagrosa	6626325	Poblado I	
9	31927630	Matilde Lucero Lemo	59			6		x	la milagrosa	3116093591	Poblado I	
10	29602701	Maria Edith Cuero	68			6		x	la milagrosa	4371611	Poblado I	
11	31219372	Epifania Jimenez	78		x			x	la milagrosa	4375516	Poblado I	
12	38903413	Miriam Arango	75			6		x	la milagrosa	4375076	Poblado I	
13	14944783	Alonso Bravo	74			6		x	la milagrosa	3173774961	Poblado I	
14	1061879164	Julio Cesar Lucero	22		6			x	la milagrosa	3234703297	Poblado I	
15	31906274	Luz Mary Solis	74		x			x	SISTA-ACTIVIDAD	3168077321	Poblado I	
16	1107526143	Mary Luna Perez	23		x			x	Universidad Javeriana	3175606015	Poblado I	
17	38685454	Mercedes Ramirez	70			x	x		SISTA-ACTIVIDAD	3148600381	Poblado I	
18	31892497	Aide Agudelo	55			x		x	la milagrosa	3137967364	Poblado I	
19	29017918	Leopoldina Caicedo	70		x			x	la milagrosa	—	Poblado I	
20	38594719	Fanny Ramirez	74		x			x	La milagrosa	3113660558	Poblado I	

Ve a Configuración para activar W



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

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD - SALUD

ACTA N°: INFORME N°: 4145020149844166

OBJETIVO: Realizar intervención de educación sobre cancer de mama y la salud mental para la comunidad desde sus cuidados emocionales

FECHA: 15/10/2022 HORA INICIAL: 08:30am HORA FINAL: 10:30am LUGAR: Polideportivo Pobado I Cra 29C #43A-00

N°	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
21	29792555	Gilma Sanchez	64			x		x	la milagrosa	3122000124	poblado 1	
22		Josefina Lopez	80			x		x	la milagrosa	NO TIENE	Poblado 1	
23	38946073	Aguila Bonilla	76		x			x	la milagrosa	NO TIENE	Poblado 1	
24	31916164	Sara Diaz	68		x			x	la milagrosa	3205624734	Poblado 1	
25	54662735	Rosa Castillo	67			x		x	la milagrosa	3116774588	Poblado 1	
26	38859971	Flaminia Gonzalez	80			x		x	la milagrosa	NO TIENE	Poblado 1	
27	31792856	Esther Guiraldo	63			x		x	la milagrosa	3152823648	Poblado 1	
28	31963948	Lucia Cruz	67			x		x	la milagrosa	3173939946	Poblado 1	
29	31852739	Teresa Lucy	67			x		x	la milagrosa	3117117776	Poblado 1	
30	38937724	Ana Bautista	63			x		x	la milagrosa	3156725512	Poblado 1	
31	31904676	Mercedes Eraso	68			x		x	la milagrosa	3215903768	Poblado 1	
32	66961615	Olivia Muñoz	64			x		x	la milagrosa	3117840592	Poblado 1	
33	39512300	Francia Pisso	39			x		x	la milagrosa	3145592918	Poblado 1	

Activar Windows
Ve a Configuración para activar Win

...de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

FACTORES PROTECTORES DE LA SALUD-ENTORNO COMUNITARIO

N°4145.020.14.84.466





ALCALDIA DE
SANTIAGO DE CALI

FACTORES PROTECTORES DE LA SALUD-ENTORNO COMUNITARIO

N°4145.020.14.84.466



