| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 8**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: VIOLENCIA INTRAFAMILIAR** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCUATIVA MILCIADES CANTILLO.** | |
| **FECHA: 4 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 8 AM** | **HORA FINAL: 9 AM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Identificar los factores causantes de la violencia intrafamiliar
- Especificar causas de la violencia intrafamiliar y de cómo influye en la salud de manera absoluta, además de daños psicológicos
- Describir a fondo de qué manera está afectando la violencia intrafamiliar a la sociedad y como se ve afectada la salud de la comunidad.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 8. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL OCTAVO TALLER: **VIOLENCIA INTRAFAMILIAR** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |

**DESARROLLO DEL TEMA**

El día 4 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO** con el propósito de implementar el octavo taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema VIOLENCIA INTRAFAMILIAR Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **VIOLENCIA INTRAFAMILIAR.**

La violencia familiar o intrafamiliar como ahora se le llama ya que ocurre dentro del núcleo de las familias, es un crimen que se entiende como la agresión o daño que se comete en el hogar a algún miembro de la familia, por alguien de la misma. Este delito ha existido por años en nuestro país; recordemos que el machismo es un factor fundamental para que estos hechos violentos ocurran y en ocasiones de tales agresiones puede tipificarse como homicidio.

La violencia intrafamiliar es algo más extenso en ello se incluye tanto a la mujer como a los menores de edad, hombres, enfermos y ancianos. Para lo cual nos enfocaremos más en las mujeres y menores; en estos últimos años se ha venido dando una serie de programas y leyes en defensa de los derechos del niño y la mujer sin embargo, ¿eso nos asegura el bienestar? ¿Acaso estos programas y leyes bastaran para cerrar los maltratos físicos y psicológicos que se producen día a día contra ellos?

Es necesaria una protección legal, pero es urgente que nuestra sociedad adquiera nuevos y mejores hábitos de crianza y convivencia. Aun en la posibilidad de parecer alarmistas, es necesaria una re-educación en cuanto al trato familiar, el que lamentablemente para muchos está caracterizado por la violencia, el rechazo y la indiferencia.

Para lograr el cambio de esta situación se requiere en un inicio, el replanteamiento de los papeles del padre y la madre frente a los hijos, con el fin de que estos últimos en un futuro respondan a las expectativas de sus progenitores.

Debemos ir, entonces en busca de las causas que son la semilla de un ambiente familiar hostil y que consecuentemente producen una educación errónea en nuestros niños. Si no tomamos conciencia cada uno de nosotros de la violencia que se genera en nuestra casa, trabajo, en la calle o en donde sea que convivamos, no podremos contribuir a que cese tanta violencia en este país tan reprimido.

**TIPOS DE VIOLENCIA**

La violencia se puede manifestar de diferentes maneras y diversos contextos.

La clasificación utilizada en el Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud divide a la violencia en tres grandes categorías según el autor del acto violento:

Violencia dirigida contra uno mismo.

Violencia interpersonal.

Violencia colectiva.

La violencia interpersonal se divide en dos subcategorías:

a. Violencia intrafamiliar o de pareja: en la mayor parte de los casos se produce entre miembros de la familia o compañeros sentimentales, y suele acontecer en el hogar, aunque no exclusivamente.

b. Violencia comunitaria: se produce entre individuos no relacionados entre sí y que pueden conocerse o no; acontece generalmente fuera del hogar.

**TIPOS DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR**

La violencia intrafamiliar tiene diferentes caras de acuerdo a quienes son los que usan la violencia y hacia quienes es dirigida esta, y adquiere distintas formas dependiendo del tipo de maltrato que se cometa (Asamblea General de la Naciones Unidas 2006).

a. Según a quién va dirigida

Violencia conyugal

Maltrato infantil

Violencia cruzada

Maltrato a ancianos

b. Según la forma de la violencia

Violencia Física: Está representada por el empleo de la fuerza física, realizada en forma de golpes, empujones, patadas y lesiones, provocadas con distintos objetos o armas.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo de la actividad los alumnos expresaron la importancia de trabajar este tipo de temas, debido al alto índice de muertes originadas en el país a causa de la violencia que se vive hoy en dia al interior de las familias colombianas.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| NORIS RAMIREZ | Psicorientadora | Noris Ramirez |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE MILCIADES CANTILLO de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO |
| **FECHA** | 4 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del octavo taller VIOLENCIA INTRAFAMILIAR para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





ALCALDIA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022

FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

DIMENSION: CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL

TEMA: Violencia Intrafamiliar Taller N= 8

CENTRO DE ESCUCHA: I.E. Milciades Castillo

FECHA: 4 Noviembre 2022

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requiere Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | POD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Zharick | Echeverria L. | 7.066.877.957 | 3002097743 | villa Fuente calle 46 #25a20 | | | | cajacopi | | x | | | | | | | | x | zharick E.L. |
| Karol | Romero | 1067602448 | 317 | Don Carmelo | 16 | | | sanitas | | ✓ | | | | | | | | | |
| Greys | Gonzalez | 1066869144 | 3014349160 | El Oasis | 15 | | | nueva eps | | ✓ | | | | | | | | x | Karol Romero |
| Clara Sara | Saraca Avila | 1052047738 | 3003376 | San Fernando | 16 | | | Coosalud | | x | | | | | | | | x | Greys |
| Jinitri Maileth | Ibarra de Hoyos | 1003480140 | 3178725 | Ub. Bellavista | 15 | | | Mutual Ser | | + | | | | | | | | * | clara, |
| Carlos Andrei | Londoño Teheran | 1065603452 | 3157853960 | Emgave! | | 15 | | coosalud | | ✓ | | | | | | x | | | Jinitri, ibarra, |
| Juan David | Martinez Ella | 1002890340 | 3015786271 | Nuevo Milenio | | 15 | | Nueva EPS | | ✓ | | | | | | | | x | Carlos Andrei Londoño |
| Yeska ~~Galindo~~ | Galindo Avila | 1060607776 | | Nuevo Milenio | 16 | | | Coosalud | | x | | | | | | | | x | Juan David Martinez |
| Maria Angelica | Maldonado Villero | 1067007791 | 3008301240 | nuevo Mile | 17 | | | cajacopi | | x | | | | | | | | x | Yeska Galindo Avila |
| Lina Marcela | Jimenez Martinez | 1065593586 | 3123432306 | Villafuente | 16 | | | coosalud | | ✓ | | | | | | x | | | Maria Angelica |
| Jose Gabriel | Baya Florez | 1065600841 | 3152384916 | ~~Don Carmelo~~ | | 15 | | Nueva eps | | ✓ | | | | | | | | x | Lina Marcela |
| Tatiana Isabel | Oliveros Perez | 1067606593 | 3023520303 | Nuevo Milenio | x | | | ~~Cajacopi~~ | | ✓ | | | | | | | | x | ~~Jose Gabriel~~ |
| Yoxgeli's Pisciella | Pisciella Diaz | 1003408094 | 3135324818 | Las Flores | x | | | Sanitas | | — | | | | | | | | x | ~~Tatiana Isabel~~ |
| Luis Antonio | Suarez Diaz | 1067595004 | 3044272211 | Divino Niño | | x | | caja copi | | ✓ | | | | | | | | | Yoxgeli's Pisciella |
| Dayanis Andrea | Anaya Valencia | 1065601862 | 3242909113 | Campal | x | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | x | |
| Milis Daniela | Perez Pantoja | 1066 [illegible] | 3103 [illegible] | Nogales | x | | | Sanitas | | ✓ | | | | | | | | x | Dayanis |
| Alexamar | Rubido Moreno | 25856660 | 3207376826 | Tierra Prometida | x | | | Nueva EPS | | + | | | | | | | | x | Milis Perez |
| Pedro Eduardo | Polo Herrera | 1065965681 | 3007399096 | Nuevo milenio | | x | | Asmedsalud | | ✓ | | | | | | | | x | Alexamar Rubido |
| Yisel Carolina | Buitrago Trillos | 1005694212 | 3242527147 | Nuevo milenio | x | | | Caja Copi | | ✓ | | | | | | | | x | |
| Helenic Yisell | Rivas Coronado | 1066875285 | 3045 [illegible] | Maria Camila | x | | | sanitas | | ✓ | | | | | | | | x | Yisel Buitrago |
| | | | | | | | | Nueva EPS | | ✓ | | | | | | | | x | Helenic Rivas |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 9**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: PREVENCION DE ABUSO SEXUAL** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA MILCIADES CANTILLO.** | |
| **FECHA: 8 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 9 AM** | **HORA FINAL: 10 AM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Sensibilizar y brindar herramientas para la prevención, detección y primera respuesta ante situaciones de abuso sexual hacia niños, niñas y adolescentes.
- Identificar medidas que puedan prevenir el abuso sexual en las instituciones/organizaciones educativas / deportivas / hogar etc.

ORDEN DEL DIA:

9. SALUDO DE BIENVENIDA

5.IMPLEMENTAR EL NOVENO TALLER: **PREVENCION DE ABUSO SEXUAL** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO.

6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA.

DESARROLLO DEL TEMA

El día 8 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO** con el propósito de implementar el noveno taller formativo en Vigias de Salud Mental, donde abordamos el tema **PREVENCION DE ABUSO SEXUAL** Se desarrolla el taller implementando una metodologia activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **PREVENCION DE ABUSO SEXUAL.**

**¿Qué es, cómo prevenir y cómo actuar ante la violencia sexual en NNA?**

El abuso sexual es una de las agresiones más severas contra la integridad física y psicológica de niñas, niños y adolescentes. Por su derecho a vivir una vida libre de violencias, las personas adultas debemos actuar ante un posible caso en nuestro entorno.

Durante la niñez y adolescencia se sientan las bases físicas, mentales y emocionales de cada persona. En esta edad se conoce el propio cuerpo, se adquieren hábitos para la etapa adulta, se aprenden habilidades matemáticas, de lenguaje, socialización y se descubre el mundo exterior de la mano de las personas adultas que están a su alrededor.

No obstante, para muchas niñas, niños y adolescentes no siempre esos aprendizajes implican la construcción de relaciones positivas con las personas adultas responsables de sus cuidados, ya que en muchos casos son víctimas de violencias que pueden dejar huellas difíciles e incluso imposibles de borrar en sus vidas. Este es el caso de la niñez y adolescencia que ha sufrido de algún tipo de violencia sexual.

**¿qué es la violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes?**

Es todo contacto y/o actividad sexual entre una niña, niño, adolescente y una persona que ejerce una posición de poder sobre él o ella, sin su consentimiento o valiéndose de amenazas, violencia física, psicológica u obteniendo su consentimiento por medio de engaños.

Ésta se configura con acciones de naturaleza sexual, que además de comprender la invasión física del cuerpo humano, pueden incluir actos que no involucren penetración o incluso contacto físico alguno, como forzarles a realizar comportamientos eróticos, ver imágenes pornográficas o exponerles a ver relaciones sexuales de otras personas.

El abuso sexual es una de las agresiones más violentas contra la integridad física, psicológica y emocional; cuando éste se manifiesta, afecta de forma significativa y vulnera a una serie de derechos universales que están interconectados y entre los que destacan: el derecho a la paz, a la educación, a la protección de la salud, a la seguridad social y por supuesto a una vida libre de violencias.

**RECOMENDACIONES PARA PREVENIR LA VIOLENCIA SEXUAL:**

- La comunicación familiar es la mejor forma de prevención
- Enseñarles los riesgos que existen a través de internet y redes sociales
- No poner en duda su palabra

**Signos y síntomas físicos**

- Laceración o moretones en el área genital
- Dolor o molestias en la vulva, vagina, ano

- Retención de heces o heces verdosas
- Hemorragia rectal o vaginal en niñas prepúberes
- Infecciones urinarias recurrentes y/o transmisión sexual embarazo

**Signos y síntomas mentales o emocionales**

- Problemas emocionales: miedos, fobias, depresión, ansiedad, baja autoestima, culpa, conductas suicidas, autolesiones.
- Problemas cognitivos: conductas hiperactivas, problemas de atención y concentración, descenso en el rendimiento académico.
- Problemas de relación: disminución en la cantidad de amistades, aislamiento social.
- Problemas funcionales: pesadillas, pérdida del control de esfínteres.
- Trastornos de la conducta alimentaria: anorexia (evitan la comida, la restringen severamente o sólo comen cantidades muy pequeñas), bulimia (comportamientos para compensar el exceso de comida, como vómitos forzados, uso exagerado de laxantes o diuréticos, ayunos, ejercicio excesivo) y el trastorno por atracón (pierden el control sobre lo que comen).
- Conducta sexualizada: masturbación compulsiva, imitación de actos sexuales, uso de vocabulario sexual inadecuado.

Es importante señalar que estos signos y síntomas serán diferentes en cada niña, niño o adolescente y varían de acuerdo con la edad, el sexo y su contexto; también es importante mencionar que en general se presenta más de un signo o síntoma de forma simultánea.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación pudieron identificar factores que pueden incurrir en abuso sexual en NNA.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| NORIS RAMIREZ | Psicorientadora | Noris Ramirez |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIOS CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE MILCIADES CANTILLO de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO. |
| **FECHA** | 8 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del noveno taller ABUSO SEXUAL para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





ALCALDIA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022

FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL — **TEMA:** Prevención de Abuso sexual Taller N° 9

**CENTRO DE ESCUCHA:** I. E Milciades Cantillo — **FECHA:** 9 Noviembre 2022

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requiere Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Dayanis Andrea | Araya Valencia | 1065601862 | 3242938493 | Garupal | X | | | Sanitas | | ✓ | | | | | | | | X | Dayanis |
| Milis Daniela | Perez Pantan | 1066270653 | 3103842226 | Mayales | X | | | Nueva EPS | | ✓ | | | | | | | | X | Milis Perez |
| Luis Antonio | Suárez Díaz | 1067595004 | 3044272211 | Divino Niño | | X | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | X | Luis Suárez |
| Alexamar | Pulido Moreno | 2585660 | 3207376826 | Tierra Prometida | X | | | Asmedsalud | | X | | | | | | | | X | Alexamar Pulido |
| Pedro Eduardo | Polo Venencia | 3007399076 | 1065568681 | Nuevo milenio | | X | | Caja copy | | ✓ | | | | | | | | X | |
| Luz Eliana Lopez | Lopez Duran | 1082350474 | 3137105603 | Villa Fuente | X | | | Salud total | | X | | | | | | | | X | Luz eliana lopez |
| Yisel Carolina | Buitrago Trillos | | 3242527147 | Nuevo milenio | X | | | Cajacopi | | X | | | | | | | | X | Yisel Buitrago. |
| Tatiana Isabel | Oliveros Perez | 1067606593 | 3023522030 | Nuevo Milenio | X | | | Sanitas | | X | | | | | | | | X | Tatiana Oliveros |
| Jose Tobias | Borja Florez | 1065600841 | 3152584916 | ——— | | X | | Famisanar | | ✓ | | | | | | | | X | Jose Borja |
| Maria Victoria | Cardenas Teran | 1066283970 | 3215411144 | Manuelita | X | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | | Maria Cardenas |
| Maria Virginia | Cabrera Manrugo | 1142918842 | 3053005017 | La Primavera 1 | X | | | Caja copy | | ✓ | | | | | | | | X | Maria Virginia |
| Camilo Andres | Mendoza Mendez | 1067714974 | 3105385320 | chiriqui | | X | | Asmedsalud | | — | | | | | | | | X | Camilo Mendoza |
| Helenis Yisell | Rivera Caceres | 1066875289 | 3128260156 | Mari camila sur | X | | | Nueva EPS | | X | | | | | | | | X | Helenis Yisell |
| Carlos Eduardo | Cardeno Tchevron | 1065603482 | 3159253980 | Emanuel | | X | | Nueva EPS | | — | | | | | | | | X | Carlos Eduardo Cardeno |
| Juan Camilo | Torres Fontalvo | 1065609140 | 3003162506 | Davis | | X | | Sanitas | | — | | | | | | | | X | Juan Camilo Torres Fontalvo. |
| Alvaro J. | Gonzalez T | | 3154426546 | Emanuel | | X | | Nueva EPS | | X | | | | | | | | Y | Alvaro J |
| Ivan David | Martinez Tellez | | 3045796741 | Nuevo Milenio | | X | | Coosalud | | X | | | | | | | | X | Ivan David Martinez |
| Shairth Gairaño | Navarro. | | 3147073366 | Fatamo | X | | | Caja copy | | — | | | | | | | | X | Shairth Gairaño. |
| Any yaisir | Arrieta M | 1067599332 | | Mayales | X | | | Asmed Salud | | — | | | | | | | | X | Any Arrieta |
| Luisa Fernanda | Bermudez T | 1065597663 | 3122938198 | Don Carmelo | X | | | Sanidad Militar | | — | | | | | | | | X | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 10**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA MILCIADES CANTILLO.** | |
| **FECHA: 10 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 10 AM** | **HORA FINAL: 11 AM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Analizar los factores más importantes que pueden desencadenar el maltrato infantil en las familias.
- Identificar los efectos que produce en los niños que han sido maltratado por su grupo familiar y/o la sociedad.

ORDEN DEL DIA:

10. SALUDO DE BIENVENIDA

5.IMPLEMENTAR EL DECIMO TALLER: **PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL CON** ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO.

6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA.

DESARROLLO DEL TEMA

El día 10 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO** con el propósito de implementar el décimo taller formativo en Vigias de Salud Mental, donde abordamos el tema **PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIOS CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL.**

La violencia es negativa en cualquier forma. La violencia vulnera los derechos de quien sufre una agresión puesto que cualquier acto violento va en contra de la dignidad de las personas. Conviene precisar que existen distintos tipos de violencia porque un acto de violencia no sólo puede ser físico sino también, psicológico.

Dentro del maltrato infantil se clasifican distintos tipos de maltrato infantil, por ejemplo, es una falta de responsabilidad no atender debidamente a un niño de acuerdo a sus necesidades, por ejemplo, la desatención de las competencias que son inherentes a la paternidad es una muestra de violencia. Privar a los niños de alimentos o de cuidados de salud es una forma de violencia. En los casos en los que existe violencia de género, la situación también suele salpicar a los niños que viven en un entorno de negatividad, de miedo y violencia. La violencia infantil es aquella que pone en riesgo la salud y la vida de los pequeños.

A rasgos generales, el maltrato infantil puede producirse en entornos de confianza como el hogar, la escuela o la familia. La violencia física produce en el niño consecuencias que van más allá de la infancia en forma de pesadillas, problemas de alimentación, sentimiento de culpa, miedos irracionales, ansiedad, problemas de relaciones sociales, desconfianza... En ocasiones, las personas que han sido víctimas de violencia en la niñez también repiten esquemas violentos en la etapa adulta porque han interiorizado ese modelo de comportamiento. La autoestima del niño se deteriora al sentirse herido y humillado.

Los problemas de violencia infantil también pueden estar asociados con el consumo de drogas o alcohol.

La prevención del maltrato infantil es una responsabilidad ciudadana porque cualquier persona puede denunciar una situación de violencia. Para ello, conviene no restar peso a la violencia verbal porque también es una forma de agresión muy hiriente que deja secuelas a largo plazo.

La violencia debe de ser castigada porque el agresor vulnera los derechos de la víctima que oculta lo sucedido como consecuencia del miedo.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Para concluir el tema desarrollado los estudiantes determinaron que la forma de prevenir o disminuir el maltrato infantil en nuestra sociedad es crear leyes contundentes en la protección al menor, el máximo castigo a los culpables de cualquier abuso o maltrato a los menores de edad y dar capacitación y concientizar a toda la humanidad que para tener una mejor sociedad al futuro debes formar correctamente los hombres del mañana.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| NORIS RAMIREZ | Psicorientadora | Noris Ramirez |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE MILCIADES CANTILLO de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO. |
| **FECHA** | 10 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del décimo taller PREVENCION DEL MALTRATO INFANTIL para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:** I. E Milciades Castillo
**TEMA:** Prevención de Maltrato Infantil — Taller N: 10
**FECHA:** 10 Noviembre 2022

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Milis Daniela | Pérez Pantón | 1066.210655 | 3105842226 | Mayales | X | | | | | | | | | | | | | X | Milis Perez. |
| Luis Eduardo | Gómez Calderón | 1.066.867.741 | 3235779569 | El Prado | | X | | Nueva EPS | | | | | | | | | | X | Luis Gómez |
| Camilo A. | Mendoza M. | 1067149143 | 3105385320 | chiriaqui | | X | | Asmedsalud | | | | | | | | | | X | Camilo Mendoza. |
| Any Maisir | Arrieta M. | 1067594352 | 3106341874 | Mayales | X | | | Asmedsalud | | | | | | | | | | X | Any Arrieta |
| Shairth Nicol | Caravito N | | 3147073336 | Paramo | X | | | Asmedsalud | | | | | | | | | | X | Shairth Caravito |
| Andrea Bainos | Baino Calderon | 1065591323 | 3046368558 | Milenio | X | | | Nueva Eps | | | | | | | | | | | Andrea Bainos |
| Yeska michell | Galindo A | 1065607776 | | Milenio | X | | | | | | | | | | | | | X | Yeska Michell galindo |
| Ivan David | Martinez Tella | | 3045026071 | Milenio x 3 | | X | | Coosalud | | | | | | | | | | X | Ivan David Martinez |
| Clara Isabel | Perez Morales | 1052040254 | 3146350075 | San Fernando | X | | | Dusatacun | | | | | | | | X | | X | Clara Isabel Perez Morales. |
| Mery Gonzalez | Torres | 1067594427 | 3242572449 | Emmanuel | X | | | Salud total | | | | | | | | X | | X | Mery Gonzalez |
| Clara Sofia | Soraca Davila | 1052047738 | 3003376146 | sanfernando | X | | | Mutual ser | | | | | | | | | | X | Clara Soraca |
| Pedro Eduardo | Pao Herencia | 1065565681 | 3007399076 | Nuevo milenio | | X | | Caja Cory | | | | | | | | | | X | |
| Maria Angelica | Maldonado Vilero | 1067600791 | — | — | 1 | 7 | | Coosalud | | | | | | | | X | | | Maria Angelica |
| Pablo Andres | Acosta Mejia | 1065865429 | 3157195084 | Nuevo Milenio | | ~~X~~ | | Cupo copy | | | | | | | | | | X | |
| Jose Tobias | Goya Florez | 1065600891 | — | — | | X | | — | | | | | | | | | | V | Jose |
| Jeaith Maileth | Ibarra de Angel | — | [illegible] | — | X | | | | | | | | | | | | | X | Jeaith Ibarra |
| Luis Antonio | Suarez Diaz | 1067595004 | 3044272211 | Divino Niño | | X | | coosalud | | | | | | | | | | X | |
| Dayanis Andrea | Anaya Valencia | 1065601862 | 3242983918 | Ganpal | X | | | Sanitas | | | | | | | | | | X | Dayanis. |
| Alexander | Pulido Moreno | 2585660 | 3207376826 | Tierra Prometida | X | | | Asmedsalud | | | | | | | | | | X | Alexander Pulido. |
| Luis Fernan | Bermudez Tijo | 1065597663 | 3122938198 | Don Camelo | X | | | Sanidad Militar | | | | | | | | | | X | |

| | | |
|---|---|---|
| | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | |

## ACTA DE TRABAJO No. 11

| | | |
|---|---|---|
| TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER<br>TEMA: FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING | LUGAR: INSTITUCIÓN EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO. | |
| FECHA: 11 DE NOVIEMBRE 2022 | HORA DE INICIO: 8 AM | HORA FINAL: 9 AM |
| CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL | POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO. | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Explicar a la comunidad estudiantil, las graves consecuencias que puede generar a la salud la práctica del CUTTING.
- Difundir dentro de la comunidad estudiantil en que consiste el CUTTING, como se genera etc.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 11. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL DECIMO PRIMER TALLER: **FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING**CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |

DESARROLLO DEL TEMA

El día 11 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO** con el propósito de implementar el décimo primer taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING** Se desarrolla el taller implementando una metodologia activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigias de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING.

La palabra cutting en español significa corte. Este nombre se le ha dado a una nueva práctica que se está presentando actualmente en niños, jóvenes y adolescentes. Esta práctica consiste en realizarse autolesiones con objetos afilados; realizándose diferentes cortes, en zonas del cuerpo como: sus piernas, brazos, antebrazos y abdomen. Esto lo hacen con el fin de calmar la ansiedad y lograr canalizar sus emociones negativas. Lo grave del cutting es que lo hacen de forma silenciosa, los padres no lo notan, ya que los cortes suelen hacerlos en partes de su cuerpo que puedan tapar fácilmente con su ropa. Como padres debemos estar muy atentos, hasta la manera en cómo se visten nuestros hijos y vigilar muy bien su cuerpo, sin invadir su privacidad.

## ¿POR QUÉ EL CUTTING REPRESENTA UN ALIVIO PSICOLÓGICO?

Muchas de las situaciones donde los niños y jóvenes recurren al cutting; son aquellas que los agobian y que hacen que desborden sus emociones, especialmente la tristeza. El cutting es una forma que ellos descubren, para calmar la dificultad que encuentran al no saber manejar sus emociones.

Es importante tener en cuenta, que detrás de las causas del cutting existen problemas y conflictos previos a los que se han tenido que enfrentar; son niños que han sido abusados sexualmente, presenciado violencia intrafamiliar, sufrido bullying o acoso escolar, abandono por parte de sus familias; no saber manejar sus emociones de una forma adecuada.

El cutting tiene muchas consecuencias en la persona que lo practica, una especie de alivio; porque le permite al joven tener el control de su cuerpo. Ya que, al realizarse los cortes en el cuerpo, genera la liberación de endorfina; esta es una sustancia natural sintetizada por el cerebro y ayuda a calmar el dolor. De esta forma, cuando el cerebro segrega esta sustancia, el joven siente un alivio en el dolor; esto le permite evadirse de sus conflictos emocionales, pero solo por un momento, mientras pasa el dolor.

Este es solo un alivio pasajero; ya que inmediatamente deja de centrarse en su dolor físico, vuelve y aparece el dolor emocional, haciendo que se repita el ciclo.



7 **recomendaciones para prevenir el cutting**

- **1. El amor y la atención**
- **2. La comunicación**
- **3. El estrés**
- **4. Fomentar el tiempo en familia**
- **5. Fomentar las relaciones sociales**
- **6. El celular y el internet**
- **7. Manejo de las emociones**

**Los riesgos del cutting son:**

- **Infección:** el cortarse con navajas de uso común, navajas de los sacapuntas o cualquier objeto punzocortante y mantener la herida abierta, puede ocasionar una infección.
- **Baja Autoestima**: el atreverse a hacerse daño es ya un síntoma de baja autoestima, pero lejos de sentirse mejor, esta práctica te vuelve inseguro y no ayuda a superar ningún problema.
- **Adicción:** La autoflagelación puede generar adicción, y cuando cortarse brazos y piernas ya no es suficiente, vienen las quemaduras e incluso golpearse fuertemente contra la pared para provocarse daños más fuertes.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación identificaron algunos síntomas de que puede padecer una persona al practicar el CUTTING, así mismo reconocieron la importancia que es algo muy perjudicial para la salud de una persona.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| NORIS RAMIREZ | Psicorientadora | Noris Ramirez |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE MILCIADES CANTILLO de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO. |
| **FECHA** | 11 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del décimo primer taller FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:** I.E Milciades Cantillo

**TEMA:** Factores de Riesgo y Preventivos del cutting
**FECHA:** 11 Noviembre 2022 Taller N= 11

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Luis Antonio | Suárez Díaz | 1067595004 | 3044272211 | Divino Niño | | X | | coosalud | | ✓ | | | | | | | | X | |
| Maria Angelica | Maldonado Ulloa | 1067800191 | 3008301240 | Milenio | 1 | 7 | | coosalud | | ✓ | | | | | | X | | | Maria A |
| Arrieta Medrano | Any Yaisir | 1067594352 | 3208301245 | Mayales | X | | | Asmed salud | | ✓ | | | | | | | | X | ~~Any Arrieta~~ |
| Luis Eduardo | Gómez calderón | 1066867741 | 3235779569 | El Prado | | X | | Nueva EPS | | ✓ | | | | | | | | X | Luis Gómez |
| Zharick Yulieska | Echeverria L. | 7.666871951 | 3002097343 | Villa Fuente Calle 46 # 25a20 | 16 X | | | Asmed salud | X | | | | | | | | | X | Zharick E. L. |
| Camilo Andres | Mendoza Mendez | 1067744944 | 3105385320 | Chiriguaná | | X | | Asmed Salud | | X | | | | | | | | X | Camilo Mendoza |
| Maria Virginia | Cabrera Manrigo | 1142918842 | 3053005017 | La Primavera 1 | X | | | Caja CoPi | | — | | | | | | | | X | Maria Virginia |
| Yaigelis Esther | Pisela Diaz | 1006342830 | 3135241804 | Las Marias | X | | | caja copi | | — | | | | | | | | X | Yaigelis Pisela |
| Luisa Fernanda | Bermudez Tejo | 1065597663 | 3028388198 | San Carmelo | X | | | Sanidad Militar | | X | | | | | | | | X | Luisa. |
| Lina jimenez | Jimenez | 1065[illegible]6 | 3004132180 | San Carmelo | X | | | Sanitas | | X | | | | | | | | X | Lina. |
| Maria Cardenas | Tejeda Paez | 1066283970 | 3215411144 | Manuelita | X | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | X | Maria Cardenas |
| Yisel Buitrago | Trillos Casas | 1003450689 | 3242527147 | Nuevo Milenio | X | | | Sanitas | | ✓ | | | | | | | | X | Yisel Buitrago. |
| Tatiana Isabel | Oliveros P. | 1067606593 | 3023522030 | Nuevo Milenio | X | | | Sanitas | | ✓ | | | | | | | | X | ~~Tatiana~~ |
| Melani yisell | Rivera Coronado | 1066870[illegible] | 3045488756 | Maria Camila | X | | | Nueva EPS | | ✓ | | | | | | | | X | Melani |
| Luz Eliana | Lopez Duran | 1082350474 | 3137105603 | villafuentes | X | | | Salud total | | ✓ | | | | | | | | X | Luz Eliana |
| Clara sofia | Solano Davila | 1052041738 | 3003376646 | sanfelipe | X | | | Mutual ser | | ✓ | | | | | | | | X | Clara Solano |
| Pedro Eduardo | Polo Venencia | 1065565699 | 3007399016 | Nuevo milenio | | X | | Caja CoPi | | ✓ | | | | | | | | X | Pedro Polo |
| Maria Virginia | Cabrera Manrigo | 1142918842 | 3053005017 | La Primavera 1 | X | | | Caja CoPi | | — | | | | | | | | X | ~~Maria Virginia~~ |
| Yaigelis Esther | Pisela Diaz | 1006345784 | 3135241804 | Las Marias | X | | | caja copi | | — | | | | | | | | X | Yaigelis Pisela |
| Zharick Yulieska | Echeverria | 1066871951 | 3002097343 | Villa fuente | X | | | asmesalud | | • | | | | | | | | X | Zharick |
| Greys Juliana | Gonzalez | 1066869144 | 3014349160 | el oasis | X | | | Famisanar | | | | | | | | | | | Greys |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 12**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: COMUNICACION ASERTIVA** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO** | |
| **FECHA: 18 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 8 AM** | **HORA FINAL: 9 AM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Lograr una comunicación fluida, y consistente con los demás, respetando sus intereses y derechos.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 12. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL DECIMO SEGUNDO TALLER: **COMUNICACION ASERTIVA** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |
| DESARROLLO DEL TEMA |

El día de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO** con el propósito de implementar el décimo segundo taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **COMUNICACIÓN ASERTIVA** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigias de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **COMUNICACIÓN ASERTIVA.**

La comunicación asertiva es una forma de comunicar algo a alguien de manera honesta, sin herirle, ni perjudicar su persona. Este tipo de comunicación se puede trabajar para ir mejorándola poco a poco.

Esta forma de comunicación se caracteriza por el equilibrio y la diplomacia al compartir puntos de vista y defender los derechos propios. Pero, a la vez, tiene en cuenta las emociones y las creencias de los demás, respetándolas en todo momento. Por lo tanto, expresarse de forma asertiva significa tener la habilidad de decir lo que quieras decir, en el momento necesario y respetando las ideas de los demás.

## CARACTERÍSTICAS DE LA COMUNICACIÓN ASERTIVA

- ✓ Una de las principales características es que trata de mostrar los deseos de una persona o lo que anhela, pero siempre de manera educada y honesta.
- ✓ Se evitan los reproches personales, los ataques constantes o recurrir a informaciones hirientes que desacrediten a un individuo.
- ✓ No es una comunicación pasiva o que impida el exponer lo que verdaderamente se desea. La diferencia es que se comunica con honestidad, respeto y escogiendo las palabras más adecuadas para no generar conflicto.
- ✓ En la comunicación asertiva se busca el equilibrio para manifestar la opinión que uno tiene sin menospreciar a alguien.

Técnicas de la comunicación asertiva

Dada la importancia de la comunicación asertiva, enumeraremos algunas técnicas para mejorarla. Estas técnicas, todo sea dicho, pueden ser especialmente útiles en el trabajo:

- ✓ Es importante poner en práctica la escucha activa para atender la información y el mensaje que nos transmite la persona con la que se está conversando.
- ✓ Hablar en primera persona para exponer lo que uno siente es primordial. Esto evita echar la culpa de manera constante a alguien, sin asumir también las responsabilidades propias.
- ✓ Comunicarse sin exponer juicios de valor.
- ✓ No es recomendable juzgar ni encorsetar a alguien, ya que eso impide que se pueda poner en práctica una comunicación asertiva.
- ✓ Argumentar en lugar de exigir en primera instancia.
- ✓ Es importante exponer razones, motivos y argumentos que den valor a la comunicación.

## COMUNICACIÓN ASERTIVA EN LA CONDUCTA VERBAL

Para que nuestra comunicación verbal sea coherente con nuestra comunicación no verbal es importante analizar las siguientes recomendaciones:

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

1. Cuando estemos en una conversación evitar cruzar los brazos, procurar estar en una posición de apertura.

2. No interpretar los gestos o movimientos de nuestro interlocutor, es preferible que indaguemos antes de suponer.

3. Observar nuestro tono de voz; si este es coherente con el mensaje.

4. Mantener el contacto visual de una manera muy sutil, mientras escuchamos y mientras hablamos, esto denota interés y fortalece las relaciones, ya que demuestra empatía.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación concluyeron que la asertividad es autoafirmación e incluye componentes de tipo ético, tales como el respeto hacia sí y hacia las otras personas, pues parte del concepto de igualdad de derechos.
La comunicación asertiva facilita la expresión adecuada de pensamientos y sentimientos sin causar ansiedad, temor o agresión, por lo que favorece la libertad de ser, la autonomía, la madurez, la integridad del yo y la identidad propia.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| NORIS RAMIREZ | Psicorientadora | Noris Ramirez |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE MILCIADES CANTILLO de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO. |
| **FECHA** | 18 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del décimo segundo taller COMUNICACIÓN ASERTIVA para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

**ALCALDIA DE VALLEDUPAR**
**SECRETARIA LOCAL DE SALUD**
**ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA**
**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022**
**FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL**

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:** I E Milciades Castillo
**TEMA:** Comunicación Asertiva
**FECHA:** 18 Noviembre 2022 Taller N° 12

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Alexamar | Pulido Moreno | 2585660 | 3207376826 | Tierra Prometida | X | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | X | Alexamar Pulido |
| Any Yaisix | Arrieta Medina | 106[illegible]35c | | Mayales | X | | | Asmed Salud | | ✓ | | | | | | | | X | Any Arrieta |
| Luis Antonio | Suárez Díaz | 1067595004 | 3044272214 | Divino Niño | | X | | coosalud | | ✓ | | | | | | | | X | [illegible] |
| Maria Angelica | Maldonado Vides | 1067600741 | | mayales | 1 | 7 | | coosalud | | X | | | | | | L | | | Maria A. |
| ~~Alexamar~~ | ~~Pulido Moreno~~ | ~~2585660.~~ | ~~3207376826~~ | Tierra Prometida | X | X | | Asmedsalud. | | — | | | | | | | | X | ~~Alexamar Pulido~~ |
| Milis Daniela | Perez Ponton | 1066270653 | 3103892226 | Mayales Acc. | X | | | Nueva EPS | | ✓ | | | | | | | | X | Milis Perez. |
| Jose Tobias | Borja Florez | 1065600841 | 3152584946 | Saltamas | | X | | ~~nueva eps~~ | | X | | | | | | | | X | Jose |
| Jenifer Maleth | Ibarra de Arco | 1003489128 | 3176727571 | U. to. Villa Fuente | X | | | Coosalud | | X | | | | | | X | | | Jenifer Maleth |
| Karol Rom | Romero Z | 1067602946 | 3177298570 | Pancasmeio Cal 49 27-37 | X | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | X | Karol Romero. |
| Camilo Andres | Mendoza | 1067714914 | 3105385330 | Chiriti | | X | | Asmesalud | | ✓ | | | | | | | | X | Camilo Mendoza |
| Maria Virginia | Cabrera Monroy | 1142418842 | 3053005017 | La Primavera 1 | X | | | Caja Cop. | | ✓ | | | | | | | | X | Maria Virginia |
| Zharick Yulieth | Echeverria | 7.066.877 | 3200209773 | Villa Fuente Calle 46 #25020 | X | | | Asmed Salud | | X | | | | | | | | X | Zharick E. L. |
| Yargelis Esther | Pisela Diaz | 1003450340 | 3135268804 | Las Marias | X | | | caja cop. | | X | | | | | | | | X | Yargelis Pisela |
| Greys | Gonzalez | 1066869144 | 3014341160 | El Oasis | X | | | Famisanar | | · | | | | | | | | | Greys |
| Luisa Fernanda | Benavides Tigreros | 1065597663 | 3122938198 | Los Cerezos | X | | | Sanidad Militar | | — | | | | | | | | X | Luisa Fernanda |
| Tatiana Isabel | Oliveros Perez | 1067606593 | 3023522030 | nueva m. | X | | | Sanitas | | — | | | | | | | | X | ~~Tatiana~~ |
| Yisel Carolina | Beltrago Trillos | 1003890070 | 3242527147 | Nuevo Milenio | X | | | Sanitas | | · | | | | | | | | X | Yisel Beltrago |
| Melanie Yisell | Rivera Caraballo | 1066875289 | 3045488396 | Maria Camila Soto | X | | | Nueva EPS | | · | | | | | | | | X | Melanie Rivera |
| Luz Eliana | Lopez Duran | 1007890913 | 3137105603 | villafuente | X | | | Salud T. | | ✓ | | | | | | | | X | Luz Eliana. |
| Clara Soraca | Davila | 7052044738 | 3103376644 | sanfernando | X | | | mutual ser | | ✓ | | | | | | | | X | Clara |
| Luis Eduardo | Gomez Calderon | 1066867741 | 3235779569 | El prado | | X | | Nueva EPS | | | | | | | | | | X | Luis Gomez |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

## ACTA DE CIERRE VIGIAS EN SALUD MENTAL

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: INFORMATIVA** | **LUGAR: INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTLLO ACOSTA** | |
| **FECHA: 25 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 9:30 AM** | **HORA FINAL: 10:30 AM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION SAN JOAQUIN – PSICORIENTACION ESCOLAR** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- INFORMAR DE MANERA MINUCISA EL PROCESO FORMATIVO DE VIGIAS EN SALUD MENTAL.
- RECONCOER LOS LOGROS ALCANZADOS POR LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION INTERVENIDA EN EL PROCESO FORMATIVO DE VIGIAS EN SALUD MENTAL.

ORDEN DEL DIA:

1. SALUDO DE BIENVENIDA
2. SOCIALIZACION DE ALCANCES DURANTE LA FORMACION DE VIGIAS EN SALUD MENTAL.
3. CIERRE Y NOVEDADES

DESARROLLO DEL TEMA

El dia 25 de noviembre nos dimos cita en la Institución Educativa MILCIADES CANTILLO ACOSTA, con el propósito de informar a la psicorientadora de la institución intervenida los alcances y logros obtenidos durante el proceso de formación de vigías en salud mental, proceso que inicio el mes de septiembre y finaliza en el mes de noviembre con la clausura de grados.

A lo largo del desarrollo de la estrategia IMPLEMENTACION DE FORMACION DE VIGIAS EN SALUD MENTAL, se logró la formación de 20 estudiantes de esta institución de los grados 9º y 10º, dicha población recibió 12 sesiones, abordando temas importantes relacionados con la salud mental, entre ellos tenemos:

1. GENERALIDADES EN SALUD MENTAL
2. PRACTICAS CLAVES EN SALUD MENTAL
3. ACTORES SOCIALES Y ACTIVACION DE RUTAS
4. PRIMEROS AUXILIOS PSICOLOGICOS
5. DEPRESION
6. ANSIEDAD
7. PREVENCIÓN DE SUICIDIO
8. PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL
9. PREVENCION DE CUTTING
10. VIOLENCIA INTRAFAMILIAR
11. MANEJO DEL ESTRÉS
12. COMUNICACIÓN ASERTIVA

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIOS CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

De esta manera finalizamos las sesiones formativas en la estrategia Vigias En Salud Mental, se realiza clausura de finalización el día 25 del mes de noviembre del año 2022.

Para mayor constancia se firma por la psico orientadora de la institución intervenida y psicóloga del PIC- HEAD-SLS.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| NORIS RAMIREZ | Psicorientadora | Noris Ramirez. |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal una (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE MILCIADES CANTILLO de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA MILCIADES CANTILLO |
| **FECHA** | 23 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | CIERRE ESTRATEGIA DE FORMACION DE VIGIAS EN SALUD MENTAL |









| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 005**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: ANSIEDAD (FACTORES DE RIEGO Y DE PREVENCION)** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |
| **FECHA: 28 DE OCTUBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 10 AM** | **HORA FINAL: 11 AM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Aprender y comprender qué es la Ansiedad, como se manifiesta y sus efectos.
- Aprender a identificar la relación entre las emociones negativas y los pensamientos.
- Aprender a modificar los pensamientos para manejar las emociones negativas.
- Ejercitar habilidades que sirven para manejar eficazmente los problemas de la vida cotidiana.
- Aprender a manejarnos mejor en nuestras relaciones con nuestro entorno.

ORDEN DEL DIA:

1. SALUDO DE BIENVENIDA
2. IMPLEMENTAR EL QUINTO TALLER: **ANSIEDAD (FACTORES DE RIEGO Y DE PREVENCION)** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.
3. EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA.

DESARROLLO DEL TEMA

El día 28 de octubre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA** con el propósito de implementar el quinto taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **"ANSIEDAD (factores de riego y de prevención)".** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar "LA ANSIEDAD (factores de riego y de prevención).

La ANSIEDAD es una respuesta física y cognitiva adaptativa que ayuda a afrontar dificultades y a resolver problemas. Es, por tanto, una respuesta natural ante situaciones de estrés o que interpretamos como amenazantes. De forma frecuente conlleva sensaciones de nerviosismo por las preocupaciones y miedos que nos generan las situaciones vividas.

**Las CAUSAS de la ansiedad pueden ser:**

- Genéticas: Aun tratándose de una respuesta fisiológica natural y común a todas las personas, existe cierta predisposición genética a sufrirla.
- Circunstanciales: Cuando una situación nos genera un estrés elevado, puede derivar en que podamos sufrir ansiedad.
- Adicciones o consumo de sustancias: en muchas ocasiones la adicción se genera como una respuesta repetitiva en la búsqueda de aliviar el estrés, a modo de recompensa cerebral.

Como **FACTORES QUE PUEDEN AUMENTAR EL RIESGO** de padecer un trastorno de ansiedad pueden ser:

- Acumulación de estrés: El enfrentarse a eventos de gran importancia para la persona, o la acumulación de situaciones estresantes del día a día pueden desembocar en una ansiedad excesiva.
- Personalidad: ciertas personalidades que comportan mayores inseguridades, miedos, incertidumbre o variaciones pueden ser más propensas a sufrir estrés.
- Estrés debido a una enfermedad: los problemas de salud, debido a la preocupación por el tratamiento, o por el futuro, puede generar problemas de ansiedad.
- Herencia: al disponer de causas genéticas, el tener familiares consanguíneos que padecen trastornos de ansiedad puede suponer mayor propensión a sufrirlos.
- Trauma: experimentar un evento traumático aumenta las posibilidades de desarrollar trastorno de ansiedad en algún momento de la vida.
- Consumo de sustancias: el uso indebido, la abstinencia e incluso el consumo de drogas o alcohol pueden provocar o agudizar la ansiedad.

**Se desarrolla un taller exploratorio para trastorno de ansiedad.**

| Pregunta | SI | NO |
|---|---|---|
| ¿Ha experimentado alguno de estos síntomas en los últimos 6 meses continuos? | | |
| ¿Preocupación excesiva sobre varias actividades o situaciones diarias? | | |
| ¿Le resulta difícil controlar esa preocupación constante? | | |
| ¿Junto con las preocupaciones se asocian algunos de estos síntomas?: Intranquilidad | | |
| Fatigabilidad fácil | | |
| Inquietud o impaciencia | | |
| Dificultad para concentrarse o tener la mente en blanco | | |
| Tensión muscular | | |
| Alteraciones del sueño | | |
| ¿La preocupación o los síntomas mencionados afectan significativamente la vida laboral o social? | | |
| ¿Existe alguna condición médica que pueda explicar o generar estos síntomas? | | |
| ¿Los síntomas son el efecto del consumo de alguna sustancia psicoactiva? | | |

| COMPROMISOS Y CONCLUSIONES |
|---|
| Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Con el avance de las temáticas desarrolladas, se puede evidenciar el interés por parte del alumnado, los cuales participan activamente y de manera abierta a los temas, a treves de ellos se puede ver que han pasado por ese tipo de situaciones y no le han dado el manejo adecuado por desconocimiento. |

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de octubre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE PRUDENCIA DAZA de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA |
| **FECHA** | 28 DE OCTUBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del quinto taller **"ANSIEDAD (FACTORES DE RIEGO Y DE PREVENCION)"** para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |







| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

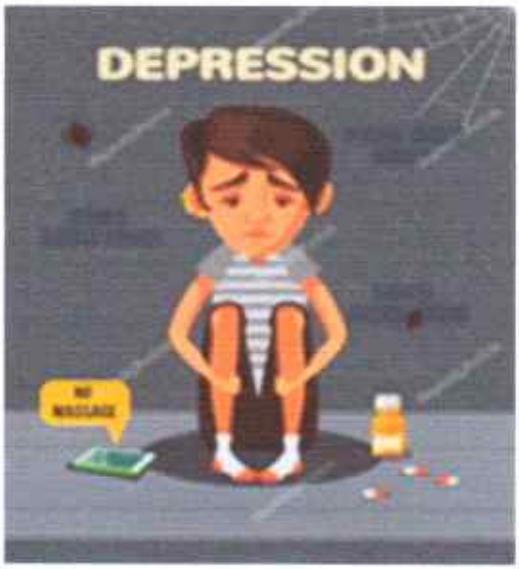
**ACTA DE TRABAJO No. 6**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: DEPRESION (FACTORES DE RIEGO Y DE PREVENCION)** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA PRUDENCIA DAZA** | |
| **FECHA: 3 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: AM** | **HORA FINAL: AM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Brindar herramientas de afrontamiento para situaciones que puedan desencadenar una depresión fuerte.
- identificar algunos signos y síntomas de la depresión.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 6. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL QUINTO TALLER: **DEPRESION (FACTORES DE RIEGO Y DE PREVENCION) CON** ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |
| DESARROLLO DEL TEMA |

El día 3 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA** con el propósito de implementar el sexto taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **DEPRESION (FACTORES DE RIEGO Y DE PREVENCION)**. Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **DEPRESION (FACTORES DE RIEGO Y DE PREVENCION).**

La depresión es actualmente una enfermedad muy frecuente. Los datos conocidos desde hace años indican que esta enfermedad representa cifras de auténtica pandemia y que en el año 2030 será la principal fuente de discapacidad en todo el mundo; la depresión comporta una importante discapacidad de la persona que la tiene y una gran afectación de su entorno.

Ansiedad y depresión, dos síntomas muy comunes presentes en la adolescencia, situación que genera múltiples retrasos académicos, afectivos y conductuales.

**ALGUNOS FACTORES DE RIESGO SON:**

- Sexo: es más frecuente entre las mujeres de edades entre los 12 y los 55 años, sin diferencias fuera de este intervalo de edad.
- Edad: es más habitual en personas de entre 18 y 44 años. Según la edad existen diferencias respecto a los síntomas más habituales. Por ejemplo, en los niños son más frecuentes las quejas físicas (dolor de cabeza, dolor abdominal), la irritabilidad y el aislamiento social, mientras que en los adolescentes se asocia a trastornos de conducta, trastornos de la conducta alimentaria y abuso de sustancias. En personas mayores suelen ser frecuentes las quejas físicas y los síntomas cognitivos (sensación de pérdida de memoria, falta de atención y concentración).
- Estado civil: es más frecuente en personas con un estado civil de soltería, separación o divorcio.

Consumo de sustancias: el consumo de sustancias tóxicas como el alcohol, incluso en cantidades moderadas, es un factor de riesgo.

- Comorbilidad: padecer otros trastornos mentales puede predisponer también a la depresión, como los trastornos de ansiedad. Por otro lado, las enfermedades físicas, como la migraña, las enfermedades cardíacas, la diabetes, los problemas tiroideos y otras enfermedades endocrinas, pueden aumentar el riesgo de depresión.
- Factores sociales: vivir situaciones estresantes crónicas, la falta de recursos económicos y de apoyo familiar o estar en situación de desempleo. Las personas de grupos socioeconómicos más desfavorecidos tienen mayor riesgo de depresión.
- Factores psicológicos y acontecimientos adversos: haber sufrido experiencias traumáticas durante la infancia puede predisponer a algunos trastornos mentales, entre ellos, la depresión. Los acontecimientos vitales adversos, como los problemas familiares, de pareja o en el trabajo, aunque no se consideran necesarios ni suficientes para provocar una depresión como tal, cuando se suman y se mantienen en el tiempo, pueden generar estrés y ansiedad, y llegar a afectar al estado de ánimo. Determinados rasgos de personalidad, así como la tendencia a tener pensamientos negativos, también pueden constituir un factor de riesgo.
- Factores genéticos: los familiares de primer grado de pacientes con trastorno depresivo mayor tienen el doble de posibilidades de presentar depresión que la población general. Esta proporción también es importante en los de segundo grado.

## Factores de riesgo implicados en la depresión agrupados por diferentes categorías etiológicas

| Categoría de factores | Factores implicados |
|---|---|
| Factores genéticos | • Genotipo 5-HTTLPR<br>• Epigenética gen-ambiente |
| Factores biológicos | • Edad, sexo<br>• Cambios hormonales: estrógenos, andrógenos, progestágenos<br>• Posparto<br>• Alteración sistemas adrenérgico, serotoninérgico y dopaminérgico<br>• Alteración ritmo circadiano (melatonina)<br>• Alteración sistema inmunológico (autoinmunidad)<br>• Comorbilidad de enfermedades físicas |
| Comorbilidad psicológica y personalidad | • Personalidad neuroticismo-depresivo<br>• Comorbilidad ansiedad<br>• Consumo adictivo sustancias |
| Eventos vitales estresantes | • Factores estresantes infancia: maltrato, pérdida ser querido<br>• Duelo por pérdida ser querido<br>• Falta de trabajo<br>• Estrés laboral y mobbing<br>• Percepción discriminación |
| Condiciones sociales | • Bajo nivel cultural<br>• Dificultades económicas<br>• Vivir solo/a con mayor vulnerabilidad y vivir bien acompañado/a (no vulnerabilidad)<br>• Aislamiento comunitario<br>• Ecología del desarrollo social |

| COMPROMISOS Y CONCLUSIONES |
|---|
| Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación identificaron algunos síntomas de la depresión en personas cercanas y que no sabían que podría tratarse del tema tan complejo como ellos mismo lo denominaron; lo que de alguna manera gratifica y nos permite seguir desarrollando temáticas tan importantes para los adolescentes capacitados. |

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| ALVARO VALENCIA | Psicorientador | Alvaro Valencia |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE PRUDENCIA DAZA de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA |
| **FECHA** | 3 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del sexto taller DEPRESION **(FACTORES DE RIEGO Y DE PREVENCION).** para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |






HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL

**TEMA:** Depresión Factores De Riesgo y De Prevención.

**CENTRO DE ESCUCHA:** I.E PRUDENCIA DAZA

Taller Nº 6

| FECHA | NOMBRES Y APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD | | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN | | | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | F | M | | | VIN | SUB | CONTR | | | | | | | | |
| 3 NOV | Viviana Castillo. | 1.067.601.680 | 3217345685 | Coosalud | X | | | Cajacopi. | | | | | | | | | | X | Viviana Castillo. |
| 3 NOV | Cristian Gomez | 1065633986 | 3003196171 | Asmosalud | | X | | Cajacopi. | | | | | | | | | | X | |
| 3 NOV | Xiomara Halo | 1065589243 | 3134730282 | Cajacopi | X | | | Dusakawi | | | | | | X | | | | | |
| 3 NOV | Olga Sofia Gamboa | 1066887713 | 3116841027 | Calle 30 # 4 12 villa del rosario | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | Olga Sofia Gamboa S. |
| 3-11 | Maria Jose Contreras Cuneo | 1121331288 | 3005765553 | La Santa | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | Maria Contreras. |
| 3-11 | Reiner Andres Peluque N | 7061604765 | 3022795205 | Pescaito | | X | | Cosalud | | | | | | | | | | | Reiner Peluque |
| 3-11 | Yisell K. Sierra G. | 1066604678 | 3217780682 | El Oke | | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | Yisell Karina S. |
| 3-11 | Michael Cohen | 1066295585 | 3128891255 | Doña clara | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | X | Michael Delmar Cohen |
| 3/11 | Mariana Balaguera | 1066281862 | 3095246292 | Simon Bolivar | X | | | Sanitas | | | | | | | | | | | ~~MB~~ - 902 |
| 3/11 | Mario Jole Guerra | 1067600045 | 3172397402 | Maria Paula | X | | | Nuevo EPS | | | | | | | X | | | | 102 |
| 3-11 | Leidy Valentina mesa | 1004128357 | 3135586762 | Los Caciques | X | | | Salud total | | | | | | | | | | X | Leidy Valentina mesa 10°02 |
| 3-11 | Vanessa Peralta T. | 1065592793 | 3013439967 | Los Cocos | X | | | Preventiva | | | | | | | | | | | Vanessa Peralta 9°-10°02 |
| 3/11 | Gabriel David Diaz O. | 1065593792 | 3016432198 | Pescaito M-3 C-20 | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | | Gabriel - 904 |
| 3-11 | Fernando Quintero Angel | 1066070345 | 3006363337 | C1118N14-58 Gaitan | X | | | Sanitas | | | | | | | | | | | Fernando-904 |
| 3-11 | Lauren Trespalacios | 1066872160 | 3006329852 | Sicatale | X | | | Famisanar | | | | | | | | . | | | |
| 3-11 | Lya Margarita Cañon | 1066281790 | 3014254524 | San Martin | X | | | Famisanar | | | | | | | | . | | | Lauren 902 |
| 3-11 | Angely Castilla Quintero | 1067603316 | 3106277885 | Manzana 34 Casa 279 | | X | | Salud vida | | | | | | | | | | | Angely Castilla |
| 3-11 | Karen | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

## ACTA DE TRABAJO No. 7

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: MANEJO DE ESTRÉS** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA PRUDENCIA DAZA** | |
| **FECHA: 4 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: AM** | **HORA FINAL: AM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Tomar consciencia de los factores que producen estrés y sus consecuencias.
- Integrar métodos prácticos y efectivos que mejoren el bienestar y salud.
- Generar un plan de acción para una vida más sana y feliz.
- Conocer técnicas para manejo de estrés individual y colectivo.
- Experimentar técnicas que produzcan bienestar inmediato.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 7. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL QUINTO TALLER: **MANEJO DE ESTRÉS** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |

DESARROLLO DEL TEMA

El día 4 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA** con el propósito de implementar el séptimo taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema MANEJO DE ESTRÉS. Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **MANEJO DE ESTRÉS**

¿Alguna vez, en medio de mucho trabajo o problemas, sentiste cansancio, pero te costaba dormir? ¿Tuviste más ganas de comer de lo habitual o dolor muscular?

Todo esto ocurre por un mal manejo del estrés.

Aunque, en situaciones amenazantes, el estrés resulta útil para la supervivencia, en forma crónica es muy dañino: genera ansiedad, enfado, tristeza e incluso induce a las adicciones o al aislamiento social. Por eso es importante aprender a combatirlo.

¿Sabías que seis minutos de lectura reducen el estrés en un 68 % cantar estimula la respiración abdominal necesaria para relajarse?

El estrés es lo que usted siente cuando tiene más obligaciones de las que está acostumbrado. Cuando usted está estresado, el cuerpo responde como si estuviera en peligro. Produce hormonas que le aceleran el corazón, le hacen respirar más rápidamente y le dan una descarga de energía. Esto se llama reacción al estrés de lucha o huida.

Un poco de estrés es normal e incluso útil. El estrés puede ayudarle si necesita trabajar intensamente o reaccionar con rapidez. Por ejemplo, puede ayudarle a ganar una carrera o a terminar a tiempo un trabajo importante.

Sin embargo, si el estrés aparece con demasiada frecuencia o dura demasiado tiempo, puede tener efectos graves. Puede estar relacionado con dolores de cabeza, malestar estomacal, dolor de espalda y problemas para dormir. Puede debilitarle el sistema inmunitario, lo que hace más difícil combatir las enfermedades. Si usted ya tiene un problema de salud, el estrés podría empeorarlo. Puede hacer que se sienta de mal humor, tenso o deprimido. Sus relaciones podrían verse afectadas y es posible que a usted no le vaya bien en el trabajo o en la escuela.

**¿Qué puede hacer en relación con el estrés?**

Averigüe qué es lo que está causando estrés en su vida.
Busque maneras de reducir la cantidad de estrés en su vida.
Aprenda maneras saludables de aliviar el estrés y de reducir sus efectos perjudiciales.
¿Cómo puede medir su nivel de estrés?
A veces, es claro de dónde proviene el estrés.
Usted puede tener estrés durante un cambio importante en la vida, como la muerte de un ser querido, casarse o tener un bebé. Pero otras veces, la causa de su sensación de estrés podría no ser clara.

Es importante averiguar cuál es la causa de su estrés.
Todas las personas sienten el estrés y responden a él de maneras distintas.
Estar atento a su estrés puede ayudar.
Consiga un cuaderno y anote cuando algo le hace sentir estresado.
Luego, escriba cómo reaccionó y qué hizo para manejar el estrés.

Anotar cuándo siente estrés puede ayudarle a averiguar cuál es la causa de su estrés y cuánto estrés siente. Luego, puede tomar medidas para reducir el estrés o para manejarlo mejor.

**¿Cómo puede evitar el estrés?**

El estrés forma parte de la vida para la mayoría de las personas. Es posible que no pueda eliminar el estrés, pero puede buscar maneras de reducirlo.

Podría probar algunas de estas ideas:

Aprenda mejores maneras de manejar su tiempo.
Es posible que haga más con menos estrés si tiene un cronograma.
Piense acerca de cuáles son las cosas más importantes y hágalas primero.
Encuentre mejores maneras de sobrellevar las situaciones.
Observe cómo ha estado sobrellevando el estrés. Sea honesto con respecto a qué funciona y qué no. Piense en otras cosas que podrían funcionarle mejor.
Cuídese bien.
Descanse lo suficiente.
Coma bien.
No fume.
Limite la cantidad de alcohol que bebe.
Pruebe nuevas maneras de pensar.
Cuando note que está comenzando a preocuparse, intente detener los pensamientos. O anote sus preocupaciones e intente dejar de pensar en las cosas que no puede cambiar. Aprenda a decir "no".
Exprésese. No poder hablar sobre sus necesidades e inquietudes genera estrés y puede empeorar los sentimientos negativos. La comunicación asertiva puede ayudarle a expresar cómo se siente de una manera atenta y considerada.
Pida ayuda. Las personas que tienen una red sólida de familiares y amigos manejan mejor el estrés.
A veces, el estrés es demasiado para manejarlo sin ayuda. Hablar con un amigo o con un familiar podría ayudar, pero también puede convenirle consultar a un consejero.

Para el desarrollo del taller con la comunidad estudiantil se llevará a cabo una actividad de un pequeño taller, de esta manera aprenderán a identificar cuando están padeciendo episodios de ansiedad.

| | | |
|---|---|---|
| HEAD Hospital Eduardo Arredondo Daza E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**Instrucciones:**
De los siguientes síntomas, selecciona el grado experimentado durante los últimos 3 meses de acuerdo al semáforo presentado.

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---|---|---|---|---|---|
| Nunca | Casi nunca | Pocas veces | Algunas veces | Relativamente frecuente | Muy frecuente |

| | |
|---|---|
| Imposibilidad de conciliar el sueño. | 1 2 3 4 5 6 |
| Jaquecas y dolores de cabeza. | 1 2 3 4 5 6 |
| Indigestiones o molestias gastrointestinales. | 1 2 3 4 5 6 |
| Sensación de cansancio extremo o agotamiento. | 1 2 3 4 5 6 |
| Tendencia de comer, beber o fumar más de lo habitual. | 1 2 3 4 5 6 |
| Disminución del interés sexual. | 1 2 3 4 5 6 |
| Respiración entrecortada o sensación de ahogo. | 1 2 3 4 5 6 |
| Disminución del apetito. | 1 2 3 4 5 6 |
| Temblores musculares (por ejemplo tics nerviosos o parpadeos). | 1 2 3 4 5 6 |
| Pinchazos o sensaciones dolorosas en distintas partes del cuerpo. | 1 2 3 4 5 6 |
| Tentaciones fuertes de no levantarse por la mañana. | 1 2 3 4 5 6 |
| Tendencias a sudar o palpitaciones. | 1 2 3 4 5 6 |

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación identificaron algunos síntomas de la depresión en personas cercanas y que no sabian que podría tratarse del tema tan complejo como ellos mismo lo denominaron; lo que de alguna manera gratifica y nos permite seguir desarrollando temáticas tan importantes para los adolescentes capacitados.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| ALVARO VALENCIA | Psicorientador | Alvaro Valencia |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de septiembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE PRUDENCIA DAZA de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA. |
| **FECHA** | 4 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del séptimo taller MANEJO DE ESTRÉS. para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:** I. E Prudencia Daza
**TEMA:** Manejo de Estres Taller 7
**FECHA:** 4 de Noviembre 2022

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGEN | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Mariana | Balasnoa | 1066251362 | 3045246292 | Simon Bolivar | X | | | Sanitas | | | | | | | | | | | -902 |
| Maria Jose | Guerra M. | 1067600048 | 3172397402 | Mario Paula | X | | | Nueva EPS | | | | | | | X | | | | -902 |
| Lya Margarita | Cañas M. | 1066281790 | 3014254524 | San Martin | X | | | famisanar | | | | | | | | | | | Lya -902 |
| Lauren Trespalacio | Trespalacio | 1066872160 | 3006329837 | Sicarare | X | | | famisanar | | | | | | | | | | | Lauren 902 |
| Leidy Valentina | Mesa S | 1003480140 | 3135586762 | Los caciques | X | | | Salud total | | | | | | | | | | X | Leidy Valentina Mesa 10 |
| Vanessa Carolina | Peralta Tarra | 1065592293 | 3103435967 | Las Cocas | X | | | Preventiva | | | | | | | | | | | Vanessa -10-02 |
| Gabriel David | Diaz Ortega | 1065593792 | 3016432198 | Pescaito C-20 M-3 | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | | Gabriel 904 |
| Fernando | Quintero Angel | 1066870315 | 3006363331 | Cll 18N 19-58 Gaitan | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | | Fernando Quintero A.90 |
| Jisell Hanna | Sierra Gomez | 1067604678 | 3217780682 | El 9 de Marzo | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | Jisell Hanna Sierra. |
| Deiner Andres | Deluque Navarro | 1067604165 | 3022775205 | Pescaito | | X | | Coosalud | | | | | | | | | | | Deiner Deluqu |
| Olga Sofia Gongora | Gongora Soto | 1066873713 | 3116841027 | villa del rosario | X | | | cajacopi | | | | | | | | | | | Olga S. Gongora. S. |
| Maria Jose | Contreras C | 1121331228 | 3017576553 | La Garita | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | Maria Contreras. |
| Michael | Cohen Bracho | 1066795585 | 3178891255 | Doña Dora | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | X | Michael Ochman Cohen. |
| Angely Castilla | Quintero | 1067603316 | 3106279805 | Maria Eva | | X | | Salud vida | | | | | | | | | | | Angely Castilla |
| Viviana Castillo | Castillo | 1067601680 | 3217345885 | Coosalud | X | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 8**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: VIOLENCIA INTRAFAMILIAR** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |
| **FECHA: 8 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 8 AM** | **HORA FINAL: 9 AM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Identificar los factores causantes de la violencia intrafamiliar
- Especificar causas de la violencia intrafamiliar y de cómo influye en la salud de manera absoluta, además de daños psicológicos
- Describir a fondo de qué manera está afectando la violencia intrafamiliar a la sociedad y como se ve afectada la salud de la comunidad.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 8. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL OCTAVO TALLER: **VIOLENCIA INTRAFAMILIAR** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |

DESARROLLO DEL TEMA

El día 8 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** con el propósito de implementar el octavo taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema VIOLENCIA INTRAFAMILIAR Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito

en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **VIOLENCIA INTRAFAMILIAR.**

La violencia familiar o intrafamiliar como ahora se le llama ya que ocurre dentro del núcleo de las familias, es un crimen que se entiende como la agresión o daño que se comete en el hogar a algún miembro de la familia, por alguien de la misma. Este delito ha existido por años en nuestro país; recordemos que el machismo es un factor fundamental para que estos hechos violentos ocurran y en ocasiones de tales agresiones puede tipificarse como homicidio.

La violencia intrafamiliar es algo más extenso en ello se incluye tanto a la mujer como a los menores de edad, hombres, enfermos y ancianos. Para lo cual nos enfocaremos más en las mujeres y menores; en estos últimos años se ha venido dando una serie de programas y leyes en defensa de los derechos del niño y la mujer sin embargo, ¿eso nos asegura el bienestar? ¿Acaso estos programas y leyes bastaran para cerrar los maltratos físicos y psicológicos que se producen día a día contra ellos?

Es necesaria una protección legal, pero es urgente que nuestra sociedad adquiera nuevos y mejores hábitos de crianza y convivencia. Aun en la posibilidad de parecer alarmistas, es necesaria una re-educación en cuanto al trato familiar, el que lamentablemente para muchos está caracterizado por la violencia, el rechazo y la indiferencia.

Para lograr el cambio de esta situación se requiere en un inicio, el replanteamiento de los papeles del padre y la madre frente a los hijos, con el fin de que estos últimos en un futuro respondan a las expectativas de sus progenitores.

Debemos ir, entonces en busca de las causas que son la semilla de un ambiente familiar hostil y que consecuentemente producen una educación errónea en nuestros niños. Si no tomamos conciencia cada uno de nosotros de la violencia que se genera en nuestra casa, trabajo, en la calle o en donde sea que convivamos, no podremos contribuir a que cese tanta violencia en este país tan reprimido.

**TIPOS DE VIOLENCIA**

La violencia se puede manifestar de diferentes maneras y diversos contextos.

La clasificación utilizada en el Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud divide a la violencia en tres grandes categorías según el autor del acto violento:

Violencia dirigida contra uno mismo.

Violencia interpersonal.

Violencia colectiva.

La violencia interpersonal se divide en dos subcategorías:

a. Violencia intrafamiliar o de pareja: en la mayor parte de los casos se produce entre miembros de la familia o compañeros sentimentales, y suele acontecer en el hogar, aunque no exclusivamente.

b. Violencia comunitaria: se produce entre individuos no relacionados entre sí y que pueden conocerse o no; acontece generalmente fuera del hogar.

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

La violencia intrafamiliar tiene diferentes caras de acuerdo a quienes son los que usan la violencia y hacia quienes es dirigida esta, y adquiere distintas formas dependiendo del tipo de maltrato que se cometa (Asamblea General de la Naciones Unidas 2006).

a. Según a quién va dirigida

Violencia conyugal

Maltrato infantil

Violencia cruzada

Maltrato a ancianos

b. Según la forma de la violencia

Violencia Física: Está representada por el empleo de la fuerza física, realizada en forma de golpes, empujones, patadas y lesiones, provocadas con distintos objetos o armas.

| COMPROMISOS Y CONCLUSIONES |
|---|
| Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo de la actividad los alumnos expresaron la importancia de trabajar este tipo de temas, debido al alto índice de muertes originadas en el país a causa de la violencia que se vive hoy en día al interior de las familias colombianas. |

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| ALVARO VALENCIA | Psicorientador | Alvaro Valencia |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE PRUDENCIA DAZA. de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA. |
| **FECHA** | 8 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del octavo taller VIOLENCIA INTRAFAMILIAR para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





ALCALDIA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022

FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL

**CENTRO DE ESCUCHA:** I.E. PRUDENCIA DAZA

**TEMA:** VIOLENCIA INTRAFAMILIAR TALLER N: 8

**FECHA:** 8 NOV 2022

| | NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD | | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN | | | VICTIMA | PCD | INDIGEN | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | F | M | | | VIN | SUB | CON TR | | | | | | | | |
| 1082 | Leidy Valentina | Mesa Sanjuan | 1067600528 | 3135586762 | Los Caciques | X | | | Salud total | | | | | | | | | | X | Leidy Valentina Mesa |
| | Vanessa Carolina | Peralta Tovar | 1065592893 | 3013935967 | Los Cocos | X | | | preventiva | | | | | | | | X | | | Vanessa Peralta C |
| | Gabriel David | Diaz Ortega | 1065593792 | 3016432198 | Pescaito M-3 C-20 | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | | Gabriel Diaz |
| | Fernando | Quintero Angel | 1066810345 | 3006363337 | C/118N°14-58 Gaitan | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | | Fernando 9:09 |
| | Lya Margarita | Cañas M. | 1066281790 | 3014254524 | San Martin | X | | | | | | | | | | | — | | | Lya Margarita 9-02 |
| | Lauren | Trespalacios | | 3006329852 | Gigante | X | | | Famisanar | | | | | | | | | | | Lauren 902 |
| | Yisell Marina | Sierra Gomez | 1067604688 | 3217806682 | El 9 de Marzo | X | | | Caja Copi | | | | | | | | | | | Yisell Sierra 902 |
| | Deiner Andres | Peluque Navarro | 1067604765 | 3022775205 | Pescaito | | X | | Coosalud | | | | | | | | | | | Deiner Peluque |
| | Michael | Cuban Briando | 1067295585 | 3728877255 | Doña Lucero | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | X | Michael Delman Cuban |
| | Mariana | Balasnoa | 1066281802 | 3045246298 | Simon Bolivar | X | | | Sanitas | | | | | | | | | | | 902 |
| | Maria Jose | Guerra M. | 1067600045 | 3172301702 | Maria Paula | X | | | Nueva EPS | | | | | | | XX | | | | Mujk. 102. |
| | Maria Jose | Carreras C. | 1121331203 | 3002576553 | La Santa | X | | | caja copi | | | | | | | | | | | Maria Carreras. |
| | Olga Sofia | Gamarra Soto | 1066873713 | 3116241107 | villa del rosario | X | | | caja copi | | | | | | | | | | | Olga Sofia Gamarra S. |
| | Angely Yiseth | Castilla Quintero | 1067603316 | 3106277685 | Mayet 34-9-29 | | X | | Salud vida | | | | | | | | | | | Angely Castilla |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 9**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: PREVENCION DE ABUSO SEXUAL** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |
| **FECHA: 10 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 8 AM** | **HORA FINAL: 9 AM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Sensibilizar y brindar herramientas para la prevención, detección y primera respuesta ante situaciones de abuso sexual hacia niños, niñas y adolescentes.
- Identificar medidas que puedan prevenir el abuso sexual en las instituciones/organizaciones educativas / deportivas / hogar etc.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 9. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL NOVENO TALLER: **PREVENCION DE ABUSO SEXUAL** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |

DESARROLLO DEL TEMA

El día 10 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** con el propósito de implementar el noveno taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **PREVENCION DE ABUSO SEXUAL** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



- Retención de heces o heces verdosas
- Hemorragia rectal o vaginal en niñas prepúberes
- Infecciones urinarias recurrentes y/o transmisión sexual embarazo

**Signos y síntomas mentales o emocionales**

- Problemas emocionales: miedos, fobias, depresión, ansiedad, baja autoestima, culpa, conductas suicidas, autolesiones.
- Problemas cognitivos: conductas hiperactivas, problemas de atención y concentración, descenso en el rendimiento académico.
- Problemas de relación: disminución en la cantidad de amistades, aislamiento social.
- Problemas funcionales: pesadillas, pérdida del control de esfínteres.
- Trastornos de la conducta alimentaria: anorexia (evitan la comida, la restringen severamente o sólo comen cantidades muy pequeñas), bulimia (comportamientos para compensar el exceso de comida, como vómitos forzados, uso exagerado de laxantes o diuréticos, ayunos, ejercicio excesivo) y el trastorno por atracón (pierden el control sobre lo que comen).
- Conducta sexualizada: masturbación compulsiva, imitación de actos sexuales, uso de vocabulario sexual inadecuado.

Es importante señalar que estos signos y síntomas serán diferentes en cada niña, niño o adolescente y varían de acuerdo con la edad, el sexo y su contexto; también es importante mencionar que en general se presenta más de un signo o síntoma de forma simultánea.

| COMPROMISOS Y CONCLUSIONES |
|---|
| Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación pudieron identificar factores que pueden incurrir en abuso sexual en NNA. |

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| ALVARO VALENCIA | Psicorientador | Alvaro Valencia |

Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **PREVENCION DE ABUSO SEXUAL.**

**¿Qué es, cómo prevenir y cómo actuar ante la violencia sexual en NNA?**

El abuso sexual es una de las agresiones más severas contra la integridad física y psicológica de niñas, niños y adolescentes. Por su derecho a vivir una vida libre de violencias, las personas adultas debemos actuar ante un posible caso en nuestro entorno.

Durante la niñez y adolescencia se sientan las bases físicas, mentales y emocionales de cada persona. En esta edad se conoce el propio cuerpo, se adquieren hábitos para la etapa adulta, se aprenden habilidades matemáticas, de lenguaje, socialización y se descubre el mundo exterior de la mano de las personas adultas que están a su alrededor.

No obstante, para muchas niñas, niños y adolescentes no siempre esos aprendizajes implican la construcción de relaciones positivas con las personas adultas responsables de sus cuidados, ya que en muchos casos son víctimas de violencias que pueden dejar huellas difíciles e incluso imposibles de borrar en sus vidas. Este es el caso de la niñez y adolescencia que ha sufrido de algún tipo de violencia sexual.

**¿qué es la violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes?**

Es todo contacto y/o actividad sexual entre una niña, niño, adolescente y una persona que ejerce una posición de poder sobre él o ella, sin su consentimiento o valiéndose de amenazas, violencia física, psicológica u obteniendo su consentimiento por medio de engaños.

Ésta se configura con acciones de naturaleza sexual, que además de comprender la invasión física del cuerpo humano, pueden incluir actos que no involucren penetración o incluso contacto físico alguno, como forzarles a realizar comportamientos eróticos, ver imágenes pornográficas o exponerles a ver relaciones sexuales de otras personas.

El abuso sexual es una de las agresiones más violentas contra la integridad física, psicológica y emocional; cuando éste se manifiesta, afecta de forma significativa y vulnera a una serie de derechos universales que están interconectados y entre los que destacan: el derecho a la paz, a la educación, a la protección de la salud, a la seguridad social y por supuesto a una vida libre de violencias.

**RECOMENDACIONES PARA PREVENIR LA VIOLENCIA SEXUAL:**

- La comunicación familiar es la mejor forma de prevención
- Enseñarles los riesgos que existen a través de internet y redes sociales
- No poner en duda su palabra

**Signos y síntomas físicos**

- Laceración o moretones en el área genital
- Dolor o molestias en la vulva, vagina, ano

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE PRUDENCIA DAZA. de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA. |
| **FECHA** | 10 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del noveno taller ABUSO SEXUAL para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |







HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:** IE PRUDENCIA DAZA
**TEMA:** ABUSO SEXUAL TALLER Nº 9
**FECHA:** 10 NOV 2022

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requiere Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Maria Jose | Guerra Mendoza | 1067600485 | 3172391702 | Mariangulo | X | | | | | | | | | | X | X | | | Maria Jose G. |
| Vanessa C. | Peralta Torres | 1065582293 | 3013933967 | Los Cocos | X | | | | | | | | | | X | X | | | |
| Angely Ysith | Castilla Quintero | 1067603316 | 3106277885 | Mz 34 Lt 7a | | X | | Salud vida | | | | | | | | | | | Angely Castilla. |
| Fernando | Quintero Angel | 1066870345 | 3006363331 | Cll 18 N14-5 e | | X | | sanitas | | | | | | | | | | | Fernando Quintero A. |
| Gabriel David | Diaz Ortega | 1065593792 | 3016432198 | Rincon M-3 C-20 | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | | Gabriel David |
| Lya Margarita | Cañas Mora | 1066281790 | 3014254524 | San Martin | X | | | famisanar | | | | | | | | - | | | Lya Margarita |
| Lauren | Trespalacios | 1066312168 | 3215379631 | Sicarare | X | | | famisanar | | | | | | | | | | | Lauren Trespalacios |
| Mariana | Balasnoa | 1066028187 | 3045246925 | Simon Bolivar | X | | | sanitas | | | | | | | | | | | |
| Yisell | Sierra | 1067624678 | 3217780682 | Mz 70 | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | |
| Olga Sofia | Gangoras S. | 1066873718 | 3116841027 | villa del rosario | X | | | cajacopi | | | | | | | | | | | Olga S. Gangoras S. |
| Maria Jse | Contreras Correa | 1121332289 | 3042051335 | La Garita | X | | | Caja capi | | | | | | | | | | | Maria Contreras |
| Deiner Andres | Delugue Navarro | 1067604765 | 3022775705 | Pescaito | | X | | coosalud | | | | | | | | | | | Deiner Delugue |
| Michael | Cohen | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Lady Valentina | Mesa Sanjuan | 1067600528 | 3135586792 | Los Cocos | X | | | Salud total | | | | | | | | | | X | Leidy Valentina Mesa |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 10**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |
| **FECHA: 15 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 11 AM** | **HORA FINAL: 12 PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Analizar los factores más importantes que pueden desencadenar el maltrato infantil en las familias.
- Identificar los efectos que produce en los niños que han sido maltratado por su grupo familiar y/o la sociedad.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 10. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL DECIMO TALLER: **PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL CON** ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |

DESARROLLO DEL TEMA

El día 15 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** con el propósito de implementar el décimo taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | **SECRETARIA LOCAL DE SALUD**<br>**E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA**<br>**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022**<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL.**

La violencia es negativa en cualquier forma. La violencia vulnera los derechos de quien sufre una agresión puesto que cualquier acto violento va en contra de la dignidad de las personas. Conviene precisar que existen distintos tipos de violencia porque un acto de violencia no sólo puede ser físico sino también, psicológico.

Dentro del maltrato infantil se clasifican distintos tipos de maltrato infantil, por ejemplo, es una falta de responsabilidad no atender debidamente a un niño de acuerdo a sus necesidades, por ejemplo, la desatención de las competencias que son inherentes a la paternidad es una muestra de violencia. Privar a los niños de alimentos o de cuidados de salud es una forma de violencia. En los casos en los que existe violencia de género, la situación también suele salpicar a los niños que viven en un entorno de negatividad, de miedo y violencia. La violencia infantil es aquella que pone en riesgo la salud y la vida de los pequeños.

A rasgos generales, el maltrato infantil puede producirse en entornos de confianza como el hogar, la escuela o la familia. La violencia física produce en el niño consecuencias que van más allá de la infancia en forma de pesadillas, problemas de alimentación, sentimiento de culpa, miedos irracionales, ansiedad, problemas de relaciones sociales, desconfianza... En ocasiones, las personas que han sido víctimas de violencia en la niñez también repiten esquemas violentos en la etapa adulta porque han interiorizado ese modelo de comportamiento. La autoestima del niño se deteriora al sentirse herido y humillado.

Los problemas de violencia infantil también pueden estar asociados con el consumo de drogas o alcohol.

La prevención del maltrato infantil es una responsabilidad ciudadana porque cualquier persona puede denunciar una situación de violencia. Para ello, conviene no restar peso a la violencia verbal porque también es una forma de agresión muy hiriente que deja secuelas a largo plazo.

La violencia debe de ser castigada porque el agresor vulnera los derechos de la víctima que oculta lo sucedido como consecuencia del miedo.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Para concluir el tema desarrollado los estudiantes determinaron que la forma de prevenir o disminuir el maltrato infantil en nuestra sociedad es crear leyes contundentes en la protección al menor, el máximo castigo a los culpables de cualquier abuso o maltrato a los menores de edad y dar capacitación y concientizar a toda la humanidad que para tener una mejor sociedad al futuro debes formar correctamente los hombres del mañana.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Monica Villazón |
| ALVARO VALENCIA | Psicorientador | Alvaro Valencia |

SECRETARIA LOCAL DE SALUD
E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022
FORMATO–ACTA DE REUNION

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE PRUDENCIA DAZA. de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA. |
| **FECHA** | 15 DE NOVEIMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del décimo taller PREVENCION DEL MALTRATO INFANTIL para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |






ALCALDIA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022

FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL

**CENTRO DE ESCUCHA:** 1 E PRUDENCIA DAZA

**TEMA:** MAITRATO INFANTIL Taller N° 10

**FECHA:** 15 NOV 2022

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requiro Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Maria Jose | Guerra Mendoza | 1067[illegible]45 | 3172391702 | Mario Paul | X | | | Nuevo EPS | | | | | | | X | X | | | |
| Vanessa C. | Peralta Torres | 1065592293 | 3013933960 | (2) Cocos | X | | | Preventiva | | | | | | | | | | | |
| Angely Yiseth | Castilla Quintero | 1067603316 | 3106277880 | Mayales 34-47-95 | | X | | Salud vida | | | | | | | | | | | Angely Castilla. |
| Fernando Quintero A. | | 1066870345 | 3006363331 | C118N14-58 Gaitan | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | | Fernando Quintero A. |
| Gabriel David | Diaz Ortega | 1065593792 | 3016432198 | Pescaito M-3 C-20 | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | | Gabriel Diaz |
| Lya Margarita | Cañas Mora | 1066287790 | 3014254524 | San Martin | X | | | - | | | | | | | | | | | Lya Margarita |
| Lauren | Trespalacios | | 3215374631 | Sicarare | X | | | Famisanar | | | | | | | | | | | Lauren Trespalacios |
| Mariana | Balasnoa | 1066281892 | 3045246292 | Simon Bolivar | X | | | Sanitas | | | | | | | | | | | MA |
| Yisell N. | Sierra | 1067604678 | 3217806682 | Maite | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | Yisell Sierra. |
| Olga Sofia | Gompas S. | 1066873718 | 3116811077 | Villa del Rosario | X | | ■ | cajacopi | | | | | | | | | | | Olga Sofia Gompas S |
| Maria Jose | Contreras Carrillo | 1122337229 | 3142165135 | La Garita | X | | | cajacopi | | | | | | | | | | | Maria Contreras. |
| Deiner Andres | Delugue Navarro | 1064804765 | 3022778205 | Pescaito | | X | | coosalud | | | | | | | | | | | Deiner Delugue |
| Leidy Valentina | Mesa Sanjuan | 1067600528 | 3135586762 | los caciques | X | | | Salud total | | | | | | | | | | X | Leidy Valentina Mesa |
| Viviana | Castillo Castillo | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 11**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |
| **FECHA: 18 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 11 AM** | **HORA FINAL: 12 PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Explicar a la comunidad estudiantil, las graves consecuencias que puede generar a la salud la práctica del CUTTING.
- Difundir dentro de la comunidad estudiantil en que consiste el CUTTING, como se genera etc.

ORDEN DEL DIA:

11. SALUDO DE BIENVENIDA

5.IMPLEMENTAR EL DECIMO PRIMER TALLER: **FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING**CON ESTUDI PRUDENCIA DAZA. ATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.

6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA.

DESARROLLO DEL TEMA

El día 18 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** con el propósito de implementar el décimo primer taller formativo en Vigias de Salud Mental, donde abordamos el tema **FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING.

La palabra cutting en español significa corte. Este nombre se le ha dado a una nueva práctica que se está presentando actualmente en niños, jóvenes y adolescentes. Esta práctica consiste en realizarse autolesiones con objetos afilados; realizándose diferentes cortes, en zonas del cuerpo como: sus piernas, brazos, antebrazos y abdomen. Esto lo hacen con el fin de calmar la ansiedad y lograr canalizar sus emociones negativas. Lo grave del cutting es que lo hacen de forma silenciosa, los padres no lo notan, ya que los cortes suelen hacerlos en partes de su cuerpo que puedan tapar fácilmente con su ropa. Como padres debemos estar muy atentos, hasta la manera en cómo se visten nuestros hijos y vigilar muy bien su cuerpo, sin invadir su privacidad.

## ¿POR QUÉ EL CUTTING REPRESENTA UN ALIVIO PSICOLÓGICO?

Muchas de las situaciones donde los niños y jóvenes recurren al cutting; son aquellas que los agobian y que hacen que desborden sus emociones, especialmente la tristeza. El cutting es una forma que ellos descubren, para calmar la dificultad que encuentran al no saber manejar sus emociones.

Es importante tener en cuenta, que detrás de las causas del cutting existen problemas y conflictos previos a los que se han tenido que enfrentar; son niños que han sido abusados sexualmente, presenciado violencia intrafamiliar, sufrido bullying o acoso escolar, abandono por parte de sus familias; no saber manejar sus emociones de una forma adecuada.

El cutting tiene muchas consecuencias en la persona que lo practica, una especie de alivio; porque le permite al joven tener el control de su cuerpo. Ya que, al realizarse los cortes en el cuerpo, genera la liberación de endorfina; esta es una sustancia natural sintetizada por el cerebro y ayuda a calmar el dolor. De esta forma, cuando el cerebro segrega esta sustancia, el joven siente un alivio en el dolor; esto le permite evadirse de sus conflictos emocionales, pero solo por un momento, mientras pasa el dolor.

Este es solo un alivio pasajero; ya que inmediatamente deja de centrarse en su dolor físico, vuelve y aparece el dolor emocional, haciendo que se repita el ciclo.



**7 recomendaciones para prevenir el cutting**

- **1. El amor y la atención**
- **2. La comunicación**
- **3. El estrés**
- **4. Fomentar el tiempo en familia**
- **5. Fomentar las relaciones sociales**
- **6. El celular y el internet**
- **7. Manejo de las emociones**

**Los riesgos del cutting son:**

- **Infección:** el cortarse con navajas de uso común, navajas de los sacapuntas o cualquier objeto punzocortante y mantener la herida abierta, puede ocasionar una infección.
- **Baja Autoestima**: el atreverse a hacerse daño es ya un síntoma de baja autoestima, pero lejos de sentirse mejor, esta práctica te vuelve inseguro y no ayuda a superar ningún problema.
- **Adicción:** La autoflagelación puede generar adicción, y cuando cortarse brazos y piernas ya no es suficiente, vienen las quemaduras e incluso golpearse fuertemente contra la pared para provocarse daños más fuertes.

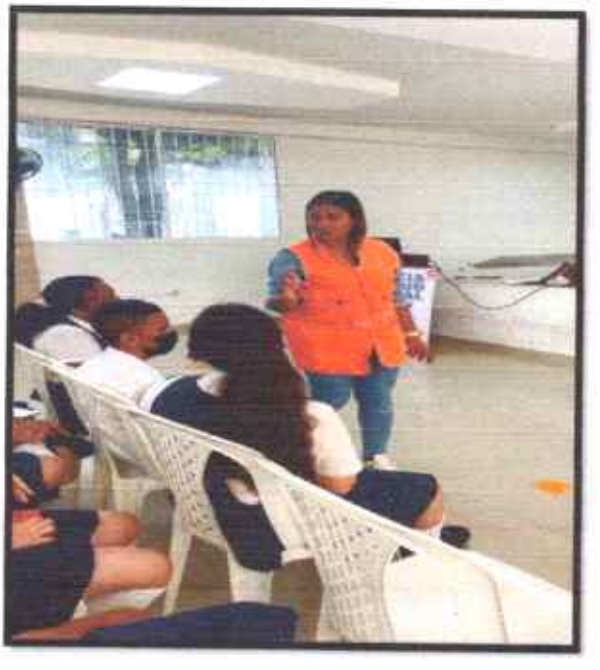
| COMPROMISOS Y CONCLUSIONES |
|---|
| Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación identificaron algunos síntomas de que puede padecer una persona al practicar el CUTTING, así mismo reconocieron la importancia que es algo muy perjudicial para la salud de una persona. |

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Monica Villazón |
| ALVARO VALENCIA | Psicorientador | Alvaro Valencia |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE PRUDENCIA DAZA. de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA. |
| **FECHA** | 18 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del décimo primer taller FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:** IE PRUDENCIA DAZA
**TEMA:** FACTORES PREVENTIVOS Y DE RIESGO Taller Nº 11 "CUTTING"
**FECHA:** 18 NOV 2022

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Maria Jose | Guerra Mendoza | 1067600045 | 3172511702 | Maria Paula | X | | | Nueva Eps | | | | | | | X | X | | | |
| Vanessa C. | Pinilla Torres | 1065597293 | 3013435904 | Los Cocos | X | | | Preventiva | | | | | | | | X | | | |
| Angely Ysabella | Castilla Quintero | 1067603316 | 3106277885 | Mayales 34-4-79 | | X | | | | | | | | | | | | | Angely Castilla. |
| Fernando | Quintero A. | 1066870545 | 3006363337 | CM18 N14-58 Gaitan | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | | Fernando Quintero A. |
| Gabriel David | Diaz Ortega | 1065593792 | 3016432198 | Pescaito M-3 C-20 | | X | | | | | | | | | | | | | Gabriel Diaz |
| Lya Margarita | Cañas Mora | 1066281790 | 3014254524 | San Martin | X | | | | | | | | | | | | | | Lya Cañas |
| Lauren | Trespalacios | | 3215537963 | Sicarare | X | | | Famisanar | | | | | | | | | | | Lauren Trespalacios |
| Mariana | Balaguera | 1066281862 | 3043249292 | Simon Bolivar | X | | | Sanitas | | | | | | | | | | | |
| Yisell | Sierra | 1067604683 | 3217780682 | 9 de Marzo | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | Yisell Sierra |
| Olga Sofia | Gongora S | 1066873713 | 3116911027 | Versalles | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | Olga S. Gongora S. |
| Maria Jose | Contreras Correa | 1122133228 | 3042165135 | La Garita | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | Maria Contreras |
| Reiner Andres | Pelugue Navarro | 1067604165 | 3022775205 | Pescaito | | X | | Coosalud | | | | | | | | | | | Reiner Pelugue |
| Leidy Valentina | Mesa Sanjuan | 1067600528 | 3135586762 | Los Caciques | X | | | Saludtotal | | | | | | | | | | X | Leidy Valentina Mesa |

| | | |
|---|---|---|
| | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | |

**ACTA DE TRABAJO No. 12**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: COMUNICACION ASERTIVA** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |
| **FECHA: 21 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 10:30 AM** | **HORA FINAL: 11:30 AM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Lograr una comunicación fluida, y consistente con los demás, respetando sus intereses y derechos.

ORDEN DEL DIA:

12. SALUDO DE BIENVENIDA



5.IMPLEMENTAR EL DECIMO SEGUNDO TALLER: **COMUNICACION ASERTIVA** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.

6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA.

DESARROLLO DEL TEMA

El día 21 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA.** con el propósito de implementar el décimo segundo taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **COMUNICACIÓN ASERTIVA** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.

Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **COMUNICACIÓN ASERTIVA.**

La comunicación asertiva es una forma de comunicar algo a alguien de manera honesta, sin herirle, ni perjudicar su persona. Este tipo de comunicación se puede trabajar para ir mejorándola poco a poco.

Esta forma de comunicación se caracteriza por el equilibrio y la diplomacia al compartir puntos de vista y defender los derechos propios. Pero, a la vez, tiene en cuenta las emociones y las creencias de los demás, respetándolas en todo momento. Por lo tanto, expresarse de forma asertiva significa tener la habilidad de decir lo que quieras decir, en el momento necesario y respetando las ideas de los demás.

## CARACTERÍSTICAS DE LA COMUNICACIÓN ASERTIVA

- ✓ Una de las principales características es que trata de mostrar los deseos de una persona o lo que anhela, pero siempre de manera educada y honesta.
- ✓ Se evitan los reproches personales, los ataques constantes o recurrir a informaciones hirientes que desacrediten a un individuo.
- ✓ No es una comunicación pasiva o que impida el exponer lo que verdaderamente se desea. La diferencia es que se comunica con honestidad, respeto y escogiendo las palabras más adecuadas para no generar conflicto.
- ✓ En la comunicación asertiva se busca el equilibrio para manifestar la opinión que uno tiene sin menospreciar a alguien.

Técnicas de la comunicación asertiva

Dada la importancia de la comunicación asertiva, enumeraremos algunas técnicas para mejorarla. Estas técnicas, todo sea dicho, pueden ser especialmente útiles en el trabajo:

- ✓ Es importante poner en práctica la escucha activa para atender la información y el mensaje que nos transmite la persona con la que se está conversando.
- ✓ Hablar en primera persona para exponer lo que uno siente es primordial. Esto evita echar la culpa de manera constante a alguien, sin asumir también las responsabilidades propias.
- ✓ Comunicarse sin exponer juicios de valor.
- ✓ No es recomendable juzgar ni encorsetar a alguien, ya que eso impide que se pueda poner en práctica una comunicación asertiva.
- ✓ Argumentar en lugar de exigir en primera instancia.
- ✓ Es importante exponer razones, motivos y argumentos que den valor a la comunicación.

## COMUNICACIÓN ASERTIVA EN LA CONDUCTA VERBAL

Para que nuestra comunicación verbal sea coherente con nuestra comunicación no verbal es importante analizar las siguientes recomendaciones:

1. Cuando estemos en una conversación evitar cruzar los brazos, procurar estar en una posición de apertura.

2. No interpretar los gestos o movimientos de nuestro interlocutor, es preferible que indaguemos antes de suponer.

3. Observar nuestro tono de voz; si este es coherente con el mensaje.

4. Mantener el contacto visual de una manera muy sutil, mientras escuchamos y mientras hablamos, esto denota interés y fortalece las relaciones, ya que demuestra empatía.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación concluyeron que la Asertividad es autoafirmación e incluye componentes de tipo ético, tales como el respeto hacia sí y hacia las otras personas, pues parte del concepto de igualdad de derechos.
La comunicación asertiva facilita la expresión adecuada de pensamientos y sentimientos sin causar ansiedad, temor o agresión, por lo que favorece la libertad de ser, la autonomía, la madurez, la integridad del yo y la identidad propia.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Monica Villazón |
| ALVARO VALENCIA | Psicorientador | Alvaro Valencia |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE PRUDENCIA DAZA. de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA. |
| **FECHA** | 21 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del décimo segundo taller COMUNICACIÓN ASERTIVA para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:** I E PROVIDENCIA DAZA
**TEMA:** COMUNICACION ASERTIVA TALLER N= 12
**FECHA:** 21 NOV 2022

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requiere Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Lauren | Trespalacios | 1066872160 | 3215337631 | Sicarare | X | | | famisanar | | | | | | | | | | | Lauren Trespalacios |
| Reiner Andrés | Pelugue Navarro | 1067604165 | 3022775205 | Pescaito | | X | | Coosalud | | | | | | | | | | | Reiner Pelugue |
| Olga Sofía | Gongora Soto | 1066873713 | 3116611027 | Villa del rosario | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | Olga S. Gongoras |
| María José | Cantillo Cantillo | 1121331224 | 3042165135 | La Gallera | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | María Cantillos |
| Leidy Valentina | Mesa Sanjuan | 1067600528 | 3135586162 | Los caciques | X | | | Salud total | | | | | | | | | | | Leidy Valentina Mesa |
| Vanessa C. | pevalto tovell | 1065592293 | 3013435967 | Los CoCos | X | | | preventiva | | | | | | | | | | | Vanessa Pealta |
| María José | Guerra riendo | 1065600045 | 3172317402 | Pescaito | X | | | Nueva EPS | | | | | | | X | | | | María Jose |
| Mariana | Balasnoa | 1066628182 | 3045246295 | Simon Bolivar | X | | | Sanitas | | | | | | | | | | | |
| Yisell | Sierra | 1067604689 | 3217806582 | Cajacopi | X | | | 9 de Marzo | | | | | | | | | | | Yisell Karina |
| Eya Margarita | Cañas Mora | 1066281790 | 3014254524 | San Martin | X | | | | | | | | | | | | | | Eya |
| Michael Cohen | Briando | | 3128891265 | Daza claro | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | X | Michael Cohen |
| Jemis A | Carvajalino | 1066283178. | 3022758 | M4 C30C | X | | | | | | | | | | | | | | Jemis Carvajalino |
| Aida Dayana | Carvajalino | 1066281390 | | M4 C30C | X | | | Nueva EPS | | | | | | | | | | | Aida Carvajalino |
| Sofia Isabel | banoxa bravo | [redacted] | 3224078701 | Sanita | X | | | Sanita | | | | | | | | | | | Sofia banoxa |
| Angely yiseth | Castilla Quintero | 1067603736 | 3106278885 | Mayales 4-79 | X | | | Saludvida | | | | | | | | | | | Angely Castilla |
| fernando Quintero | Angel | 7066870145 | 3005103331 | Cll 18 NA-58 | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | | Fernando Quintero A |
| Gabriel David | Diaz Ortega | 1065593792 | 3016432198 | Pescaito M3 C2 | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | | Gabriel Diaz |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

## ACTA DE CIERRE VIGIAS EN SALUD MENTAL

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: INFORMATIVA** | **LUGAR: INSTITUCION PRUDENCIA DAZA** | |
| **FECHA: 21 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 10:30AM** | **HORA FINAL: 11:30 AM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA – PSICORIENTACION ESCOLAR** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- INFORMAR DE MANERA MINUCISA EL PROCESO FORMATIVO DE VIGIAS EN SALUD MENTAL.
- RECONCOER LOS LOGROS ALCANZADOS POR LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION INTERVENIDA EN EL PROCESO FORMATIVO DE VIGIAS EN SALUD MENTAL.

ORDEN DEL DIA:

1. SALUDO DE BIENVENIDA
2. SOCIALIZACION DE ALCANCES DURANTE LA FORMACION DE VIGIAS EN SALUD MENTAL.
3. CIERRE Y NOVEDADES

DESARROLLO DEL TEMA

El día 21 de noviembre nos dimos cita en la Institución Educativa Prudencia Daza, con el propósito de informar al psicorientador de la institución intervenida los alcances y logros obtenidos durante el proceso de formación de vigías en salud mental, proceso que inicio el mes de septiembre y finaliza en el mes de noviembre con la clausura de grados.

A lo largo del desarrollo de la estrategia IMPLEMENTACION DE FORMACION DE VIGIAS EN SALUD MENTAL, se logró la formación de 20 estudiantes de esta institución de los grados 9º y 10º, dicha población recibió 12 sesiones, abordando temas importantes relacionados con la salud mental, entre ellos tenemos:

1. GENERALIDADES EN SALUD MENTAL
2. PRACTICAS CLAVES EN SALUD MENTAL
3. ACTORES SOCIALES Y ACTIVACION DE RUTAS
4. PRIMEROS AUXILIOS PSICOLOGICOS
5. DEPRESION
6. ANSIEDAD
7. PREVENCIÓN DE SUICIDIO
8. PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL
9. PREVENCION DE CUTTING
10. VIOLENCIA INTRAFAMILIAR
11. MANEJO DEL ESTRÉS
12. COMUNICACIÓN ASERTIVA

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

De esta manera finalizamos las sesiones formativas en la estrategia Vigias En Salud Mental, se realiza clausura de finalización el día 21 del mes de noviembre del año 2022.

Para mayor constancia se firma por la psico orientadora de la institución intervenida y psicóloga del PIC- HEAD-SLS.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón F. |
| ALVARO VALENCIA ZABALETA | Psicorientador | Alvaro Valencia |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal una (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE PRUDENCIA DAZA de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA PRUDENCIA DAZA |
| **FECHA** | 21 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | CIERRE ESTRATEGIA DE FORMACION DE VIGIAS EN SALUD MENTAL |









# ACTIVIDAD No. 2

DESARROLLAR AL 100% DE FORMA PERMANENTE LA ESTRATEGIA EDUCATIVA **"CUIDA TU SER"** DESDE EL ENFOQUE DEL COMPONENTE PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL Y LA CONVIVENCIA EN EL ENTORNO EDUCATIVO DIRIGIDA A POBLACIÓN DE PADRES E HIJOS ESCOLARIZADOS. (CENTROS DE ESCUCHA ACTIVOS PERMANENTEMENTE CON EQUIPO HUMANO FORTALECIDO).

HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**FECHA:** 28 de octubre 2022
**CENTRO DE ESCUCHA:** I.E San Joaquin

**TEMA:** Depresión "factores de riesgo y prevención"
taller N° 6

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGEN | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Diana | Penagos | 1017498857 | — | | X | | | Cajacopi | | ✓ | | | | | | | | X | |
| [illegible] | [illegible] | [illegible] | [illegible] | [illegible] | X | | | | | | | | | | | | | X | |
| Saul David | Carrillo | 1=3243543 | 3[illegible] | villa rosario | | X | | | | | | | | | | | | ✓ | |
| Liviany Ruiz | Michell Viera | 32.422.068 | 3245509906 | Los Músicos | X | | | | | | | | | | | | | X | |
| Juan Sebastian | Carrascal | 1.067.604[illegible] | 3[illegible] | Paraíso | | X | | Nueva EPS | | ✓ | | | | | | | | ✓ | |
| Jairo Fernando | Tarazona Diaz | 1.065.615.[illegible] | 3162338062 | 11 de Noviembre | X | | | Salud total | | ✓ | | | | | | | | X | |
| Ana Santana | C | 1067603678 | 3104218697 | Kennedy | X | | | Comisara | | - | X | | | | | | | | Ana Santana |
| Juan Sebastián | Barbas G. | 1066283942 | 3023542164 | La Castellana | | | | | | | | | | | | | | X | Juan Barbas |
| Steven Heyler | Hernandez | 1006760[illegible] | 3[illegible] | Centro | | | | | | | | | | | | | | X | |
| Michel polo | Polo | 1003284[illegible] | 3128[illegible] | San Joaquin | X | | | | | | | | | | | | | X | |
| valentina | Martinez | 1032[illegible] | 3117[illegible] | obrero | X | | | | | | | | | | | | | X | |
| Ricardo J. | Vasquez | 1003295432 | 3105432180 | santa Rita | | X | | | | | | | | | | | | X | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 11**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOAQUIN.** | |
| **FECHA: 18 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 3 PM** | **HORA FINAL: 4 PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Explicar a la comunidad estudiantil, las graves consecuencias que puede generar a la salud la práctica del CUTTING.
- Difundir dentro de la comunidad estudiantil en que consiste el CUTTING, como se genera etc.

ORDEN DEL DIA:

13. SALUDO DE BIENVENIDA

5.IMPLEMENTAR EL DECIMO PRIMER TALLER: **FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING**CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN.

6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA.

DESARROLLO DEL TEMA

El día 18 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOAQUIN.** con el propósito de implementar el décimo primer taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigias de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING.

La palabra cutting en español significa corte. Este nombre se le ha dado a una nueva práctica que se está presentando actualmente en niños, jóvenes y adolescentes. Esta práctica consiste en realizarse autolesiones con objetos afilados; realizándose diferentes cortes, en zonas del cuerpo como: sus piernas, brazos, antebrazos y abdomen. Esto lo hacen con el fin de calmar la ansiedad y lograr canalizar sus emociones negativas. Lo grave del cutting es que lo hacen de forma silenciosa, los padres no lo notan, ya que los cortes suelen hacerlos en partes de su cuerpo que puedan tapar fácilmente con su ropa. Como padres debemos estar muy atentos, hasta la manera en cómo se visten nuestros hijos y vigilar muy bien su cuerpo, sin invadir su privacidad.

## ¿POR QUÉ EL CUTTING REPRESENTA UN ALIVIO PSICOLÓGICO?

Muchas de las situaciones donde los niños y jóvenes recurren al cutting; son aquellas que los agobian y que hacen que desborden sus emociones, especialmente la tristeza. El cutting es una forma que ellos descubren, para calmar la dificultad que encuentran al no saber manejar sus emociones.

Es importante tener en cuenta, que detrás de las causas del cutting existen problemas y conflictos previos a los que se han tenido que enfrentar; son niños que han sido abusados sexualmente, presenciado violencia intrafamiliar, sufrido bullying o acoso escolar, abandono por parte de sus familias; no saber manejar sus emociones de una forma adecuada.

El cutting tiene muchas consecuencias en la persona que lo practica, una especie de alivio; porque le permite al joven tener el control de su cuerpo. Ya que, al realizarse los cortes en el cuerpo, genera la liberación de endorfina; esta es una sustancia natural sintetizada por el cerebro y ayuda a calmar el dolor. De esta forma, cuando el cerebro segrega esta sustancia, el joven siente un alivio en el dolor; esto le permite evadirse de sus conflictos emocionales, pero solo por un momento, mientras pasa el dolor.

Este es solo un alivio pasajero; ya que inmediatamente deja de centrarse en su dolor físico, vuelve y aparece el dolor emocional, haciendo que se repita el ciclo.



7 **recomendaciones para prevenir el cutting**

- **1. El amor y la atención**
- **2. La comunicación**
- **3. El estrés**
- **4. Fomentar el tiempo en familia**
- **5. Fomentar las relaciones sociales**
- **6. El celular y el internet**
- **7. Manejo de las emociones**

**Los riesgos del cutting son:**

- **Infección:** el cortarse con navajas de uso común, navajas de los sacapuntas o cualquier objeto punzocortante y mantener la herida abierta, puede ocasionar una infección.
- **Baja Autoestima**: el atreverse a hacerse daño es ya un síntoma de baja autoestima, pero lejos de sentirse mejor, esta práctica te vuelve inseguro y no ayuda a superar ningún problema.
- **Adicción:** La autoflagelación puede generar adicción, y cuando cortarse brazos y piernas ya no es suficiente, vienen las quemaduras e incluso golpearse fuertemente contra la pared para provocarse daños más fuertes.

| COMPROMISOS Y CONCLUSIONES |
|---|
| Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación identificaron algunos síntomas de que puede padecer una persona al practicar el CUTTING, así mismo reconocieron la importancia que es algo muy perjudicial para la salud de una persona. |

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Monica Villazon |
| LUIS ALFREDO PEREZ PEREZ | | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE SAN JOAQUIN. de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN. |
| **FECHA** | 18 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del décimo primer taller FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:**

**TEMA:** Taller Nº 11 "Factores de Riesgo y Prevención del Cutting"
**FECHA:** 13 NOV

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD | | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN | | | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | F | M | | | VIN | SUB | CON TR | | | | | | | | |
| Ivana | Guevara | 1121532133 | 3502529887 | Trinitarias | X | | | Dusakawi | | ✓ | | | | | | | | | Ivana Guevara |
| EMILY | MACEA V | 1068-138728 | 3216069287 | La alimeña | X | | | NUEVA EPS | | ✓ | | | | | | | | | EMILY MACEA |
| Juandavid | Drugew | 1066210940 | 3139412312 | Odecallejon | | X | | Tramitando | | ✓ | | | | | | | | | Juandavid drugew |
| Kendrys | Correa | 1019013288 | 3006940 | Villa Yanith | X | | | Cajacopi | | ✓ | | | | | | | | | Kendrys Correa |
| Jureth | Sierra Gamez | 1007881312 | 3016110317 | Chimichagua II | X | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | | Jureth |
| Luis Alfonso | Alvarino | 1003510383 | 3099863072 | Lorenzo | X | | X | Cajacopi | | X | | | | | | | | | Luis Alfonso |
| Karol Juliana | Ramirez Pérez | 1064110179 | 3127138988 | Leandro Ochoa | X | X | | Coosalud | | X | | | | | | | | | Karol Juliana |
| Shirlanta | Quintero | 1066612891 | 3116167726 | Alfonso Lopez | X | | | Dusakawi | | X | | | | | | | | | Shirlanta Quintero |
| Catalina Isabel | Martinez | 1066288210 | 3139199661 | Perijero | X | | | Salud total | | X | | | | | | | | | Catalina Isabel |
| Gianna Paola | Ojeda Daza | 1067749802 | 3225999 | Cañaguate | X | | | Coosalud | | X | | | | | | | | | Gianna Ojeda |
| Isabel | Mendoza | 1003891932 | 3006139 | Primero de Mayo | X | | | Salud total | | ✓ | | | | | | | | | Isabel Mendoza |
| Ricardo Jose | Vargas Cuello | 1003932800 | 3008982887 | Rosario | | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | | Ricardo |
| Alexsamaria | Redondo Castillo | 1067814118 | 3231307336 | Panama | | X | | Nueva EPS | | ✓ | | | | | | | | | Alexsamaria. |
| Andres | Siena | 1003880308 | 3005464 | Nueva Vida | | X | | Sanitas | | | X | | | | | | | | Andres Siena. |
| Jesus Alfonso | Pinedo | 1003884000 | 3008900 | Jorenzo | | X | | Cajacopi | | ✓ | | | | | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 12**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: COMUNICACION ASERTIVA** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA SAN JOAQUIN.** | |
| **FECHA: DE NOVIEMBRE 2022**<br>21 Nov - 2022 | **HORA DE INICIO: AM**<br>9:00 | **HORA FINAL: AM**<br>10:00 |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Lograr una comunicación fluida, y consistente con los demás, respetando sus intereses y derechos.

ORDEN DEL DIA:

14. SALUDO DE BIENVENIDA

5.IMPLEMENTAR EL DECIMO SEGUNDO TALLER: **COMUNICACION ASERTIVA** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN.

6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA.

DESARROLLO DEL TEMA

El día de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOAQUIN.** con el propósito de implementar el décimo segundo taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **COMUNICACIÓN ASERTIVA** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **COMUNICACIÓN ASERTIVA.**

La comunicación asertiva es una forma de comunicar algo a alguien de manera honesta, sin herirle, ni perjudicar su persona. Este tipo de comunicación se puede trabajar para ir mejorándola poco a poco.

Esta forma de comunicación se caracteriza por el equilibrio y la diplomacia al compartir puntos de vista y defender los derechos propios. Pero, a la vez, tiene en cuenta las emociones y las creencias de los demás, respetándolas en todo momento. Por lo tanto, expresarse de forma asertiva significa tener la habilidad de decir lo que quieras decir, en el momento necesario y respetando las ideas de los demás.

## CARACTERÍSTICAS DE LA COMUNICACIÓN ASERTIVA

- ✓ Una de las principales características es que trata de mostrar los deseos de una persona o lo que anhela, pero siempre de manera educada y honesta.
- ✓ Se evitan los reproches personales, los ataques constantes o recurrir a informaciones hirientes que desacrediten a un individuo.
- ✓ No es una comunicación pasiva o que impida el exponer lo que verdaderamente se desea. La diferencia es que se comunica con honestidad, respeto y escogiendo las palabras más adecuadas para no generar conflicto.
- ✓ En la comunicación asertiva se busca el equilibrio para manifestar la opinión que uno tiene sin menospreciar a alguien.

Técnicas de la comunicación asertiva

Dada la importancia de la comunicación asertiva, enumeraremos algunas técnicas para mejorarla. Estas técnicas, todo sea dicho, pueden ser especialmente útiles en el trabajo:

- ✓ Es importante poner en práctica la escucha activa para atender la información y el mensaje que nos transmite la persona con la que se está conversando.
- ✓ Hablar en primera persona para exponer lo que uno siente es primordial. Esto evita echar la culpa de manera constante a alguien, sin asumir también las responsabilidades propias.
- ✓ Comunicarse sin exponer juicios de valor.
- ✓ No es recomendable juzgar ni encorsetar a alguien, ya que eso impide que se pueda poner en práctica una comunicación asertiva.
- ✓ Argumentar en lugar de exigir en primera instancia.
- ✓ Es importante exponer razones, motivos y argumentos que den valor a la comunicación.

## COMUNICACIÓN ASERTIVA EN LA CONDUCTA VERBAL

Para que nuestra comunicación verbal sea coherente con nuestra comunicación no verbal es importante analizar las siguientes recomendaciones:

1. Cuando estemos en una conversación evitar cruzar los brazos, procurar estar en una posición de apertura.

2. No interpretar los gestos o movimientos de nuestro interlocutor, es preferible que indaguemos antes de suponer.

3. Observar nuestro tono de voz; si este es coherente con el mensaje.

4. Mantener el contacto visual de una manera muy sutil, mientras escuchamos y mientras hablamos, esto denota interés y fortalece las relaciones, ya que demuestra empatia.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación concluyeron que el asertividad es autoafirmación e incluye componentes de tipo ético, tales como el respeto hacia sí y hacia las otras personas, pues parte del concepto de igualdad de derechos.
La comunicación asertiva facilita la expresión adecuada de pensamientos y sentimientos sin causar ansiedad, temor o agresión, por lo que favorece la libertad de ser, la autonomía, la madurez, la integridad del yo y la identidad propia.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | |
| LUIS ALFREDO PEREZ PEREZ | Coordinador | |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE SAN JOAQUIN. de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN. |
| **FECHA** | 21 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del décimo segundo taller COMUNICACIÓN ASERTIVA para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:** Colegio San Joaquin
**TEMA:** Taller N° 12 "Comunicación Asertiva"
**FECHA:** 21 de Noviembre

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Andres | Sierra | 1066280267 | 3046346212 | Mirador de la sierra 2 | | X | | Sanitas | | | X | | | | | | | X | |
| Isabel | Mendoza | 1066281262 | 3011613877 | primero de mayo | X | | | salud total | | ✓ | | | | | | | | | Isabel |
| Alejamaria | Rosado Castillo | 1067812118 | 3233130236 | Panama | X | | | Cajacopi | | ✓ | | | | | | | | X | Zahya |
| Yadnel Sofia | Polo C | 1065594256 | 3128629780 | Fragosco de Agelia | X | | | Dusakawi | | ✓ | | | | | | | | + | |
| Valentina | Martinez B. | 1038101205 | 3104728548 | centro | X | | | Nueva EPS | | ✓ | | | | | | | | X | VMB |
| Gianna | ojeda | 1067598802 | 3225998936 | la Popa | X | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | X | Gianna ojeda. |
| Shiraita | Quintero | 1065672845 | 3016987785 | Alfonso lopez | X | | | Dusakawi | | ✓ | | | | | | | | X | Shiraita Quintero |
| Cristina | Martinez | 1066280810 | 3134394662 | Paraiso | X | | | Salud total | | ✓ | | | | | | | | X | Cristina Martinez |
| Ricardo Jose | Vasquez cuesta | 1003832484 | 3022982887 | Paraiso | | X | | Nueva EPS | | ✓ | | | | | | | | X | Ricardo |
| Luis Alfonso | Pitres Navarro | 1002973508 | 3043636832 | Lorenzo | | X | | Famisanar | | ✓ | | | | | | | | X | |
| Sabeissy Daniela | Cobos Quintero | 1065 880 559 | 3004328041 | los fundadores | X | | | Savitas | | ✓ | | | | | | | | | Sabeissy |
| Juliana Valentina | Penagos | 1014432651 | 3205088361 | Juli.Anapenagos 6gmail.com | X | | | Cagen | | - | | | | | | | | X | Juliana |
| Juan Sebastian | Barbas Gonzalez | 1066283942 | 3023542164 | La Castellana | | | | Salud total | | - | | | | | | | | | Juan Barbas |
| Maria Fernanda | Tarazona Duran | 1.067.605.615 | 3132332062 | 11 de noviembre | X | | | Salud total | | - | | | | | | | | X | Fernanda |
| Julieth Madeleine | Sierra Gomez | 1.065.845.342 | 3046746755 | Garupal II | X | | | Coosalud | | • | | | | | | | | X | |
| Kendris Dayana | Correa Vides | 1.019 03488 | 3006407840 | Villa Yaneth | X | | | Cajacopi | | ✓ | | | | | | | | X | |
| Ivanna D. | Guerra S. | 1.121.532773 | 3502524087 | Trinitarias | X | | | Dusakawi | | ✓ | | | | | | | | X | Ivanna Guerra |
| Juan David | Bruges B. | 1.06800004 | 3134433112 | Cesar | | X | | Famisanar | | ✓ | | | | | | | | | Juan David Bruges |
| Emily yulisa | Macea Villalba | 1.068.138.723 | 3216069784 | via al rincón | X | | | Nueva Eps | | ✓ | | | | | | | | | Emily Macea V |
| Karol Juliana | Ramirez | 1003804[illegible] | 3004[illegible] | [illegible] | ✓ | | | Salud[illegible] | | ✓ | | | | | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

## ACTA DE CIERRE VIGIAS EN SALUD MENTAL

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: INFORMATIVA** | **LUGAR: INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN** | |
| **FECHA: 21 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 3:30 PM** | **HORA FINAL: 4:30 PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION SAN JOAQUIN – PSICORIENTACION ESCOLAR** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- INFORMAR DE MANERA MINUCISA EL PROCESO FORMATIVO DE VIGIAS EN SALUD MENTAL.
- RECONCOER LOS LOGROS ALCANZADOS POR LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION INTERVENIDA EN EL PROCESO FORMATIVO DE VIGIAS EN SALUD MENTAL.

ORDEN DEL DIA:

1. SALUDO DE BIENVENIDA
2. SOCIALIZACION DE ALCANCES DURANTE LA FORMACION DE VIGIAS EN SALUD MENTAL.
3. CIERRE Y NOVEDADES

DESARROLLO DEL TEMA

El día 21 de noviembre nos dimos cita en la Institución Educativa SAN JOAQUIN, con el propósito de informar al coordinador de la institución intervenida los alcances y logros obtenidos durante el proceso de formación de vigías en salud mental, proceso que inicio el mes de septiembre y finaliza en el mes de noviembre con la clausura de grados.

A lo largo del desarrollo de la estrategia IMPLEMENTACION DE FORMACION DE VIGIAS EN SALUD MENTAL, se logró la formación de 20 estudiantes de esta institución de los grados 9º y 10º, dicha población recibió 12 sesiones, abordando temas importantes relacionados con la salud mental, entre ellos tenemos:

1. GENERALIDADES EN SALUD MENTAL
2. PRACTICAS CLAVES EN SALUD MENTAL
3. ACTORES SOCIALES Y ACTIVACION DE RUTAS
4. PRIMEROS AUXILIOS PSICOLOGICOS
5. DEPRESION
6. ANSIEDAD
7. PREVENCIÓN DE SUICIDIO
8. PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL
9. PREVENCION DE CUTTING
10. VIOLENCIA INTRAFAMILIAR
11. MANEJO DEL ESTRÉS
12. COMUNICACIÓN ASERTIVA

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | **SECRETARIA LOCAL DE SALUD**<br>**E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA**<br>**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022**<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

De esta manera finalizamos las sesiones formativas en la estrategia Vigias En Salud Mental, se realiza clausura de finalización el dia 21 del mes de noviembre del año 2022.

Para mayor constancia se firma por la psico orientadora de la institución intervenida y psicóloga del PIC- HEAD-SLS.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Monica Villazón |
| LUIS ALFREDO PEREZ PEREZ | Coordinador | |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal una (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE SAN JOAQUIN de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN |
| **FECHA** | 21 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | CIERRE ESTRATEGIA DE FORMACION DE VIGIAS EN SALUD MENTAL |









| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 7**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: MANEJO DE ESTRÉS** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA SAN JOAQUIN.** | |
| **FECHA: 3 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 3 PM** | **HORA FINAL: 4 PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Tomar consciencia de los factores que producen estrés y sus consecuencias.
- Integrar métodos prácticos y efectivos que mejoren el bienestar y salud.
- Generar un plan de acción para una vida más sana y feliz.
- Conocer técnicas para manejo de estrés individual y colectivo.
- Experimentar técnicas que produzcan bienestar inmediato.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 9. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL SEPTIMO TALLER: **MANEJO DE ESTRÉS** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |

DESARROLLO DEL TEMA

El día 3 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOAQUIN** con el propósito de implementar el séptimo taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **MANEJO DE ESTRÉS.** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigias de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **MANEJO DE ESTRÉS**

¿Alguna vez, en medio de mucho trabajo o problemas, sentiste cansancio, pero te costaba dormir? ¿Tuviste más ganas de comer de lo habitual o dolor muscular?

Todo esto ocurre por un mal manejo del estrés.

Aunque, en situaciones amenazantes, el estrés resulta útil para la supervivencia, en forma crónica es muy dañino: genera ansiedad, enfado, tristeza e incluso induce a las adicciones o al aislamiento social. Por eso es importante aprender a combatirlo.

¿Sabías que seis minutos de lectura reducen el estrés en un 68 % cantar estimula la respiración abdominal necesaria para relajarse?

El estrés es lo que usted siente cuando tiene más obligaciones de las que está acostumbrado. Cuando usted está estresado, el cuerpo responde como si estuviera en peligro. Produce hormonas que le aceleran el corazón, le hacen respirar más rápidamente y le dan una descarga de energía. Esto se llama reacción al estrés de lucha o huida.

Un poco de estrés es normal e incluso útil. El estrés puede ayudarle si necesita trabajar intensamente o reaccionar con rapidez. Por ejemplo, puede ayudarle a ganar una carrera o a terminar a tiempo un trabajo importante.

Sin embargo, si el estrés aparece con demasiada frecuencia o dura demasiado tiempo, puede tener efectos graves. Puede estar relacionado con dolores de cabeza, malestar estomacal, dolor de espalda y problemas para dormir. Puede debilitarle el sistema inmunitario, lo que hace más difícil combatir las enfermedades. Si usted ya tiene un problema de salud, el estrés podría empeorarlo. Puede hacer que se sienta de mal humor, tenso o deprimido. Sus relaciones podrían verse afectadas y es posible que a usted no le vaya bien en el trabajo o en la escuela.

**¿Qué puede hacer en relación con el estrés?**

Averigüe qué es lo que está causando estrés en su vida.
Busque maneras de reducir la cantidad de estrés en su vida.
Aprenda maneras saludables de aliviar el estrés y de reducir sus efectos perjudiciales.
¿Cómo puede medir su nivel de estrés?
A veces, es claro de dónde proviene el estrés.
Usted puede tener estrés durante un cambio importante en la vida, como la muerte de un ser querido, casarse o tener un bebé. Pero otras veces, la causa de su sensación de estrés podría no ser clara.

Es importante averiguar cuál es la causa de su estrés.
Todas las personas sienten el estrés y responden a él de maneras distintas.
Estar atento a su estrés puede ayudar.
Consiga un cuaderno y anote cuando algo le hace sentir estresado.
Luego, escriba cómo reaccionó y qué hizo para manejar el estrés.

Anotar cuándo siente estrés puede ayudarle a averiguar cuál es la causa de su estrés y cuánto estrés siente. Luego, puede tomar medidas para reducir el estrés o para manejarlo mejor.

**¿Cómo puede evitar el estrés?**

El estrés forma parte de la vida para la mayoría de las personas. Es posible que no pueda eliminar el estrés, pero puede buscar maneras de reducirlo.

Podría probar algunas de estas ideas:

Aprenda mejores maneras de manejar su tiempo.
Es posible que haga más con menos estrés si tiene un cronograma.
Piense acerca de cuáles son las cosas más importantes y hágalas primero.
Encuentre mejores maneras de sobrellevar las situaciones.
Observe cómo ha estado sobrellevando el estrés. Sea honesto con respecto a qué funciona y qué no. Piense en otras cosas que podrían funcionarle mejor.
Cuídese bien.
Descanse lo suficiente.
Coma bien.
No fume.
Limite la cantidad de alcohol que bebe.
Pruebe nuevas maneras de pensar.
Cuando note que está comenzando a preocuparse, intente detener los pensamientos. O anote sus preocupaciones e intente dejar de pensar en las cosas que no puede cambiar. Aprenda a decir "no".
Exprésese. No poder hablar sobre sus necesidades e inquietudes genera estrés y puede empeorar los sentimientos negativos. La comunicación asertiva puede ayudarle a expresar cómo se siente de una manera atenta y considerada.
Pida ayuda. Las personas que tienen una red sólida de familiares y amigos manejan mejor el estrés.
A veces, el estrés es demasiado para manejarlo sin ayuda. Hablar con un amigo o con un familiar podría ayudar, pero también puede convenirle consultar a un consejero.

Para el desarrollo del taller con la comunidad estudiantil se llevará a cabo una actividad de un pequeño taller, de esta manera aprenderán a identificar cuando están padeciendo episodios de ansiedad.

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**Instrucciones:**
De los siguientes síntomas, selecciona el grado experimentado durante los últimos 3 meses de acuerdo al semáforo presentado.

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---|---|---|---|---|---|
| Nunca | Casi nunca | Pocas veces | Algunas veces | Relativamente frecuente | Muy frecuente |

| | |
|---|---|
| Imposibilidad de conciliar el sueño. | 1 2 3 4 5 6 |
| Jaquecas y dolores de cabeza. | 1 2 3 4 5 6 |
| Indigestiones o molestias gastrointestinales. | 1 2 3 4 5 6 |
| Sensación de cansancio extremo o agotamiento. | 1 2 3 4 5 6 |
| Tendencia de comer, beber o fumar más de lo habitual. | 1 2 3 4 5 6 |
| Disminución del interés sexual. | 1 2 3 4 5 6 |
| Respiración entrecortada o sensación de ahogo. | 1 2 3 4 5 6 |
| Disminución del apetito. | 1 2 3 4 5 6 |
| Temblores musculares (por ejemplo tics nerviosos o parpadeos). | 1 2 3 4 5 6 |
| Pinchazos o sensaciones dolorosas en distintas partes del cuerpo. | 1 2 3 4 5 6 |
| Tentaciones fuertes de no levantarse por la mañana. | 1 2 3 4 5 6 |
| Tendencias a sudar o palpitaciones. | 1 2 3 4 5 6 |

| COMPROMISOS Y CONCLUSIONES |
|---|
| Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación identificaron algunos síntomas de la depresión en personas cercanas y que no sabían que podría tratarse del tema tan complejo como ellos mismo lo denominaron; lo que de alguna manera gratifica y nos permite seguir desarrollando temáticas tan importantes para los adolescentes capacitados. |

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Monica Villazón F. |
| LUIS ALFREDO PEREZ PEREZ | Coordinador | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | **SECRETARIA LOCAL DE SALUD**<br>**E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA**<br>**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022**<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| **EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS** | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE SAN JOAQUIN de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN. |
| **FECHA** | 3 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del séptimo taller MANEJO DE ESTRÉS. para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





ALCALDIA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022

FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL

**FECHA:** 3 Noviembre 2022

**CENTRO DE ESCUCHA:** I.E. San Joaquín

**TEMA:** Manejo de Estrés

Taller N= 7

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD | | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN | | | VICTIMA | PCD | INDIGEN | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | F | M | | | VIN | SUB | CON TR | | | | | | | | |
| Ivanna | Guerra J | 1.121532713 | 3502524881 | Limitanos | X | | | Dusakawi | | | | | | | | | | | |
| Emily | Macea V | 1.068.138.723 | 3216069787 | Vía al rincón | X | | | Nueva Eps | | | | | | | | | | | Emily Macea |
| Juan David | Duarte D. | 1.065.[illegible] | 3135420312 | C. de conuco | | X | | Famisanar | | | | | | | | | | | |
| Julieth Sierra | Sierra Cortés | 1.065.845.342 | 3046141755 | Garupal II | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | |
| Kendrys Dayana | Correa Vides | 1.049.082.280 | 3006407240 | Villa Yaneth | X | | | CajaCopi | | | | | | | | | | | |
| Luis Alfonso Pitres | Navarro | | 3043630532 | Lorenzo | | X | | Famisalud | | | | | | | | | | X | |
| Karol Juliana | Ramírez Pérez | 1064.110.779 | 3225189585 | Torres Leonardo Ibáñez | X | | | Coosalud | | | | | | | | X | | | Juliana R |
| Shirley Sofia | Quintero Navarro | 1065.672.845 | 3016987785 | Alfonso López | X | | | Dusakawi | | | | | | | | | | | Shirley |
| Cristina Isabel | Martínez González | 1066280810 | 3134394662 | Paraíso | X | | | Salud total | | | X | | | | | | | | Cristina Martínez |
| Gianna Paola | Ojeda Daza | 1067598802 | 3225998936 | La Popa | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | Gianna Ojeda |
| Isabel María | Mendoza | 1065[illegible]5432 | 3001673[illegible] | Primero de Mayo | X | | | Salud total | | | | | | | | | | | Isabel |
| Ricardo José | Vásquez Cuesta | 1003[illegible] | 3022982887 | Paraíso | | X | | Nueva EPS | | | | | | | | | | X | Ricardo |
| Alejandra | Rosado Castillo | 1067812718 | 3233130236 | Pancuma | X | | | CajaCopi | | | | | | | | | | X | Alejandra |
| Rachell | Ospino C. | 1003590884 | 3128129788 | Escuela Francisco de Asís | X | | | Dusakawi | | | | | | | | X | | | Rachell |
| Andrés | Sierra | 1066280267 | 3046346212 | Francisco el hombre | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | | |
| Ana | Santana | 1003432180 | 3192326138 | Kennedy | X | | | Famisanar | | | X | | | | | | | | Ana Santana |
| Kassandra | Cantillo | 1045967897 | 3057856410 | Cerro Alegre | X | | | Salud total | | | | | | | | | | | Kassandra Cantillo |
| Valentina | Martínez B | 1038101205 | 3117825073 | Centro | X | | | Nueva EPS | | | | | | | | | | X | Valentina AB |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | **SECRETARIA LOCAL DE SALUD**<br>**E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA**<br>**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022**<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | YALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 8**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: VIOLENCIA INTRAFAMILIAR** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA SAN JOAQUIN.** | |
| **FECHA: 8 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 2 PM** | **HORA FINAL: 3 PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Identificar los factores causantes de la violencia intrafamiliar
- Especificar causas de la violencia intrafamiliar y de cómo influye en la salud de manera absoluta, además de daños psicológicos
- Describir a fondo de qué manera está afectando la violencia intrafamiliar a la sociedad y como se ve afectada la salud de la comunidad.

ORDEN DEL DIA:

10. SALUDO DE BIENVENIDA

5.IMPLEMENTAR EL OCTAVO TALLER: **VIOLENCIA INTRAFAMILIAR** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN.

6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA.

DESARROLLO DEL TEMA

El día 8 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOAQUIN** con el propósito de implementar el octavo taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **VIOLENCIA INTRAFAMILIAR** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **VIOLENCIA INTRAFAMILIAR.**

La violencia familiar o intrafamiliar como ahora se le llama ya que ocurre dentro del núcleo de las familias, es un crimen que se entiende como la agresión o daño que se comete en el hogar a algún miembro de la familia, por alguien de la misma. Este delito ha existido por años en nuestro país; recordemos que el machismo es un factor fundamental para que estos hechos violentos ocurran y en ocasiones de tales agresiones puede tipificarse como homicidio.

La violencia intrafamiliar es algo más extenso en ello se incluye tanto a la mujer como a los menores de edad, hombres, enfermos y ancianos. Para lo cual nos enfocaremos más en las mujeres y menores; en estos últimos años se ha venido dando una serie de programas y leyes en defensa de los derechos del niño y la mujer sin embargo, ¿eso nos asegura el bienestar? ¿Acaso estos programas y leyes bastaran para cerrar los maltratos físicos y psicológicos que se producen día a día contra ellos?

Es necesaria una protección legal, pero es urgente que nuestra sociedad adquiera nuevos y mejores hábitos de crianza y convivencia. Aun en la posibilidad de parecer alarmistas, es necesaria una re-educación en cuanto al trato familiar, el que lamentablemente para muchos está caracterizado por la violencia, el rechazo y la indiferencia.

Para lograr el cambio de esta situación se requiere en un inicio, el replanteamiento de los papeles del padre y la madre frente a los hijos, con el fin de que estos últimos en un futuro respondan a las expectativas de sus progenitores.

Debemos ir, entonces en busca de las causas que son la semilla de un ambiente familiar hostil y que consecuentemente producen una educación errónea en nuestros niños. Si no tomamos conciencia cada uno de nosotros de la violencia que se genera en nuestra casa, trabajo, en la calle o en donde sea que convivamos, no podremos contribuir a que cese tanta violencia en este país tan reprimido.

**TIPOS DE VIOLENCIA**

La violencia se puede manifestar de diferentes maneras y diversos contextos.

La clasificación utilizada en el Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud divide a la violencia en tres grandes categorías según el autor del acto violento:

Violencia dirigida contra uno mismo.

Violencia interpersonal.

Violencia colectiva.

La violencia interpersonal se divide en dos subcategorías:

a. Violencia intrafamiliar o de pareja: en la mayor parte de los casos se produce entre miembros de la familia o compañeros sentimentales, y suele acontecer en el hogar, aunque no exclusivamente.

b. Violencia comunitaria: se produce entre individuos no relacionados entre sí y que pueden conocerse o no; acontece generalmente fuera del hogar.

**TIPOS DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR**

La violencia intrafamiliar tiene diferentes caras de acuerdo a quienes son los que usan la violencia y hacia quienes es dirigida esta, y adquiere distintas formas dependiendo del tipo de maltrato que se cometa (Asamblea General de la Naciones Unidas 2006).

a. Según a quién va dirigida

Violencia conyugal

Maltrato infantil

Violencia cruzada

Maltrato a ancianos

b. Según la forma de la violencia

Violencia Física: Está representada por el empleo de la fuerza física, realizada en forma de golpes, empujones, patadas y lesiones, provocadas con distintos objetos o armas.

| COMPROMISOS Y CONCLUSIONES |
|---|
| Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación identificaron algunos síntomas de la depresión en personas cercanas y que no sabían que podría tratarse del tema tan complejo como ellos mismo lo denominaron; lo que de alguna manera gratifica y nos permite seguir desarrollando temáticas tan importantes para los adolescentes capacitados. |

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | |
| LUIS ALFREDO PEREZ PEREZ | Coordinador | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de septiembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE SAN JOAQUIN de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN. |
| **FECHA** | 8 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del octavo taller VIOLENCIA INTRAFAMILIAR para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**FECHA:** 8 Noviembre 2022
**CENTRO DE ESCUCHA:** I.E San Joaquín

**TEMA:** "Violencia Intrafamiliar"
Taller Nº 9

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGEN. | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Maria Teresa | Tarazona | 1.065.65.655 | 3162338062 | 11 de noviembre | X | | | Salud total | | | | | | | | | | X | Maria Fernanda Tarazona |
| Sadeissy Daniela | cobos quintero | 1065 880559 | | los fundadores | x | | | | | | | | | | | | | | Sadeissy |
| Juan Sebastian | Barbas Gonzalez | 1066283942 | 3023542164 | La Castellana | | X | | | | | | | | | | | | | Juan Barbas |
| Luis Alfonso | Piñeres | Piñeres navarro | 3043636532 | Lorenzo | | X | | Famisanar | | | | | | | | | | X | |
| Kendris Dayana | Correa Vides | 1 064 032 780 | 3006401240 | Villa yaneth | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | |
| Julieth M. | Sierra | 7.065.845.342 | 304 6140755 | Cerropal II | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | X | |
| Alejandra | Rosado | 1.067 812118 | 3233130236 | Panama | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | X | |
| Yaneth | Pérez | | 3128269790 | Francisco de Paula | X | | | Desconocí | | | | | | | | X | | | |
| Valentina | Martinez B. | 1.038.101.205 | 3117328073 | centro | X | | | Nueva eps | | | | | | | | | | X | Valentina MB |
| Ricardo José | Vásquez Cotes | | 3022967887 | Paraíso | | X | | Nueva EPS | | | | | | | | | | X | Ricardo |
| Andres Siera | Alvarez | 1066280267 | 3046346212 | Francisco el hombre | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | X | |
| Juan Sebastián | Barbas Gonzalez | 1066283942 | 302 3542164 | La Castellana | | | | | | | | | | | | | | | Juan Barbas |
| Ivanna | Guerra J | 1121532783 | 3502524088 | Famisanar | X | | | Nueva eps | | | | | | | | | | | Ivanna Guerra J |
| Jorge David | Barbosa Bermudez | 1.066.280.040 | 3103423112 | Castellana | | X | | Famisanar | | | | | | | | | | | Jorge David Barbosa |
| Emily yulisa | Marcea V. | 1.068.138723 | 3216069787 | Vía al rincón | X | | | Nueva Eps | | | | | | | | | | X | Emily Marcea |
| Juliana | Ramirez | Ramirez Pérez | 1069.710779 | 3205189585 | Terrenos Cerro Pizz | X | | | Coosalud | | | | | | | X | | | |
| Shirley | Quintero | Navarro | 1.065678945 | 3016987785 | Nevada bajo | X | | Nueva eps | | | | | | | | | | X | Shirley |
| Cristina Isabel | Martinez | Gonzalez | 1066280810 | 3134394662 | Paraiso | X | | Salud total | | | X | | | | | | | | Cristina Martinez |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 9**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: PREVENCION DE ABUSO SEXUAL** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA SAN JOAQUIN.** | |
| **FECHA: 15 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 3 PM** | **HORA FINAL: 4 PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Sensibilizar y brindar herramientas para la prevención, detección y primera respuesta ante situaciones de abuso sexual hacia niños, niñas y adolescentes.
- Identificar medidas que puedan prevenir el abuso sexual en las instituciones/organizaciones educativas / deportivas / hogar etc.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 11. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL NOVENO TALLER: **PREVENCION DE ABUSO SEXUAL** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |

DESARROLLO DEL TEMA

El día 15 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOAQUIN.** con el propósito de implementar el noveno taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **PREVENCION DE ABUSO SEXUAL** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **PREVENCION DE ABUSO SEXUAL.**

**¿Qué es, cómo prevenir y cómo actuar ante la violencia sexual en NNA?**

El abuso sexual es una de las agresiones más severas contra la integridad física y psicológica de niñas, niños y adolescentes. Por su derecho a vivir una vida libre de violencias, las personas adultas debemos actuar ante un posible caso en nuestro entorno.

Durante la niñez y adolescencia se sientan las bases físicas, mentales y emocionales de cada persona. En esta edad se conoce el propio cuerpo, se adquieren hábitos para la etapa adulta, se aprenden habilidades matemáticas, de lenguaje, socialización y se descubre el mundo exterior de la mano de las personas adultas que están a su alrededor.

No obstante, para muchas niñas, niños y adolescentes no siempre esos aprendizajes implican la construcción de relaciones positivas con las personas adultas responsables de sus cuidados, ya que en muchos casos son víctimas de violencias que pueden dejar huellas difíciles e incluso imposibles de borrar en sus vidas. Este es el caso de la niñez y adolescencia que ha sufrido de algún tipo de violencia sexual.

**¿qué es la violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes?**

Es todo contacto y/o actividad sexual entre una niña, niño, adolescente y una persona que ejerce una posición de poder sobre él o ella, sin su consentimiento o valiéndose de amenazas, violencia física, psicológica u obteniendo su consentimiento por medio de engaños.

Ésta se configura con acciones de naturaleza sexual, que además de comprender la invasión física del cuerpo humano, pueden incluir actos que no involucren penetración o incluso contacto físico alguno, como forzarles a realizar comportamientos eróticos, ver imágenes pornográficas o exponerles a ver relaciones sexuales de otras personas.

El abuso sexual es una de las agresiones más violentas contra la integridad física, psicológica y emocional; cuando éste se manifiesta, afecta de forma significativa y vulnera a una serie de derechos universales que están interconectados y entre los que destacan: el derecho a la paz, a la educación, a la protección de la salud, a la seguridad social y por supuesto a una vida libre de violencias.

**RECOMENDACIONES PARA PREVENIR LA VIOLENCIA SEXUAL:**

- La comunicación familiar es la mejor forma de prevención
- Enseñarles los riesgos que existen a través de internet y redes sociales
- No poner en duda su palabra

**Signos y síntomas físicos**

- Laceración o moretones en el área genital
- Dolor o molestias en la vulva, vagina, ano

- Retención de heces o heces verdosas
- Hemorragia rectal o vaginal en niñas prepúberes
- Infecciones urinarias recurrentes y/o transmisión sexual embarazo

**Signos y síntomas mentales o emocionales**

- Problemas emocionales: miedos, fobias, depresión, ansiedad, baja autoestima, culpa, conductas suicidas, autolesiones.
- Problemas cognitivos: conductas hiperactivas, problemas de atención y concentración, descenso en el rendimiento académico.
- Problemas de relación: disminución en la cantidad de amistades, aislamiento social.
- Problemas funcionales: pesadillas, pérdida del control de esfínteres.
- Trastornos de la conducta alimentaria: anorexia (evitan la comida, la restringen severamente o sólo comen cantidades muy pequeñas), bulimia (comportamientos para compensar el exceso de comida, como vómitos forzados, uso exagerado de laxantes o diuréticos, ayunos, ejercicio excesivo) y el trastorno por atracón (pierden el control sobre lo que comen).
- Conducta sexualizada: masturbación compulsiva, imitación de actos sexuales, uso de vocabulario sexual inadecuado.

Es importante señalar que estos signos y síntomas serán diferentes en cada niña, niño o adolescente y varían de acuerdo con la edad, el sexo y su contexto; también es importante mencionar que en general se presenta más de un signo o síntoma de forma simultánea.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación pudieron identificar factores que pueden incurrir en abuso sexual en NNA.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | |
| LUIS ALFREDO PEREZ PEREZ | Coordinador | |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE SAN JOAQUIN. de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN. |
| **FECHA** | 15 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del noveno taller ABUSO SEXUAL para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |






HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:** Colegio San Joaquin
**TEMA:** Taller Nº 9 "ABUSO SEXUAL PREVENCIÓN"
**FECHA:** 15 NOV 2022

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Luis Alfonso | Piñeres Navarro | | 3043630532 | Lorenzo | | X | | Famisanar | | | | | | | | | | X | |
| Sabeissy Daniela | Cabo Quintero | 1065880559 | | | X | | | | | | | | | | | | | | Sabeissy Daniela |
| Juliana | Penagos | 1014482657 | | | X | | | CAGEN | | | | | | | | | | X | |
| Juan Sebastian | Barbas Gonzalez | 1066283942 | 3023542164 | La Castellana | | X | | | | | | | | | | | | | Juan Barbas |
| Valentina | Martinez | 1038161205 | 3117825875 | Carmen | X | | | Nueva EPS | | | | | | | | | | X | Valentina AB |
| Algamaria | Posada Castillo | 1068812118 | 3233130236 | CajaCopi | X | | | CajaCopi | | | | | | | | | | X | Talya |
| Abigail Sofia | Polo C | | 3126829460 | Fundescot Fase 3 | X | | | Dusakawi | | | | | | | | | | X | |
| Juliana Ramirez | Ramirez Perez | 1064157875853 | 3229189585 | Terrazas Eduardo Diaz | X | | | Coosalud | | | | | | | | X | | | |
| Kendris Dayana | Correa Vides | 1019032286 | 3006401240 | CajaCopi | X | | | CajaCopi | | | | | | | | | | | |
| Julieth Madelene | Sierra Gomez | 1065.845.342 | 3046146755 | Garupal II | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | |
| Shirapta | Quintero | 1.065612855 | 3016987705 | Fabiano Lopez | X | | | Mycokawi | | | | | | | | X | | | |
| Andres | Sierra | 1066280267 | 3046346212 | Las marias | | X | | Sanitas | | | | | | | | | | X | |
| Maria | Tarazona | 1067.605.645 | 3623326211 | de noviembre | X | | | Salud total | | | | | | | | | | X | |
| Isabel | Mendoza | | 3006134114 | Primero de mayo | | | | Salud total | | | | | | | | | | | |
| Ricardo | Vasquez | | 3022981887 | Paraiso | | X | | Nueva EPS | | | | | | | | | | X | Ricardo |
| Cristina | Martinez | 1066280810 | 3134394662 | Paraiso | X | | | Salud total | | | X | | | | | | | | Cristina Martinez |
| Gianna Paola | Ojeda Daza | 1067598702 | 3225178936 | la popa | X | | | COOSalud | | | | | | | | | | | Gianna Ojeda |
| Juan David | Barbas Bermudez | 1066209401 | 3135426778 | Cuatro de Mayo | | X | | Famisanar | | | | | | | | | | | Juan David B. |
| Ivanna | Guerra S | 1121553278 | 3502524881 | Trinidad | X | | | Dusakawi | | | | | | | | | | | Ivanna Guerra |
| Emily | Macea V | 1.068138783 | 3216069787 | Vía al riatón | X | | | Nueva Eps | | | | | | | | | | | Emily Macea |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 10**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA SAN JOAQUIN.** | |
| **FECHA: 16 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 4 PM** | **HORA FINAL: 5 PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Analizar los factores más importantes que pueden desencadenar el maltrato infantil en las familias.
- Identificar los efectos que produce en los niños que han sido maltratado por su grupo familiar y/o la sociedad.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 12. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL DECIMO TALLER: **PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL CON** ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |

DESARROLLO DEL TEMA

El día 16 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JOAQUIN.** con el propósito de implementar el décimo taller formativo en Vigias de Salud Mental, donde abordamos el tema **PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | **SECRETARIA LOCAL DE SALUD**<br>**E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA**<br>**PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022**<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL.**

La violencia es negativa en cualquier forma. La violencia vulnera los derechos de quien sufre una agresión puesto que cualquier acto violento va en contra de la dignidad de las personas. Conviene precisar que existen distintos tipos de violencia porque un acto de violencia no sólo puede ser físico sino también, psicológico.

Dentro del maltrato infantil se clasifican distintos tipos de maltrato infantil, por ejemplo, es una falta de responsabilidad no atender debidamente a un niño de acuerdo a sus necesidades, por ejemplo, la desatención de las competencias que son inherentes a la paternidad es una muestra de violencia. Privar a los niños de alimentos o de cuidados de salud es una forma de violencia. En los casos en los que existe violencia de género, la situación también suele salpicar a los niños que viven en un entorno de negatividad, de miedo y violencia. La violencia infantil es aquella que pone en riesgo la salud y la vida de los pequeños.

A rasgos generales, el maltrato infantil puede producirse en entornos de confianza como el hogar, la escuela o la familia. La violencia física produce en el niño consecuencias que van más allá de la infancia en forma de pesadillas, problemas de alimentación, sentimiento de culpa, miedos irracionales, ansiedad, problemas de relaciones sociales, desconfianza... En ocasiones, las personas que han sido víctimas de violencia en la niñez también repiten esquemas violentos en la etapa adulta porque han interiorizado ese modelo de comportamiento. La autoestima del niño se deteriora al sentirse herido y humillado.

Los problemas de violencia infantil también pueden estar asociados con el consumo de drogas o alcohol.

La prevención del maltrato infantil es una responsabilidad ciudadana porque cualquier persona puede denunciar una situación de violencia. Para ello, conviene no restar peso a la violencia verbal porque también es una forma de agresión muy hiriente que deja secuelas a largo plazo.

La violencia debe de ser castigada porque el agresor vulnera los derechos de la víctima que oculta lo sucedido como consecuencia del miedo.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Para concluir el tema desarrollado los estudiantes determinaron que la forma de prevenir o disminuir el maltrato infantil en nuestra sociedad es crear leyes contundentes en la protección al menor, el máximo castigo a los culpables de cualquier abuso o maltrato a los menores de edad y dar capacitación y concientizar a toda la humanidad que para tener una mejor sociedad al futuro debes formar correctamente los hombres del mañana.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Monica Villazón |
| LUIS ALFREDO PEREZ PEREZ | Coordinador | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE SAN JOAQUIN. de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA SAN JOAQUIN. |
| **FECHA** | 16 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del décimo taller PREVENCION DEL MALTRATO INFANTIL para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |






HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA. E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:** Colegio San Joaquin
**TEMA:** Taller Nº 10 "Maltrato Infantil"
**FECHA:** 16 NOV

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | | | | ✓ | | | | | | | | x | |
| Giama Paola | ojeda paza | 1067598802 | 3225997895 | la popa | X | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | x | Giama ojeda |
| Cristina Isabel | Martinez Gonzale | 1066280810 | 3134394662 | Paraiso | X | | | Salud total | | | X | | | | | | | x | Cristina Martinez |
| Shirapta | Quintero | 1065[illegible]845 | 3016927725 | Alfonso lopez | X | | | dusakawi | | ✓ | | | | | | | | x | Shirapta Quintero |
| Andres S | Sierra | 1066280[illegible] | 3041[illegible] | Mirador del h | | X | | sanitas | | | X | | | | | | | x | Shirpta Quintero |
| Michell | Sierra fdo | 1065594[illegible] | 3128729790 | francisco de | X | | | Dusakawi | | | | | | | | | | x | Andres Sierra |
| Cristina | Martinez | 1066[illegible]890 | 3134397946 | Paraiso | X | | | Salud Total | ✓ | | | | | | | | | x | Shirapta Quintero |
| Ricardo Jose | Vasquez C. | 100[illegible]940 | 3028401131 | Paraiso | | X | | Nueva eps | ✓ | | | | | | | | | x | Ricardo Vasquez |
| Luis alfonso | pinteres M | 100[illegible]980 | 3045[illegible] | Lorento | | X | | Famisanar | ✓ | | | | | | | | | x | Luis alfonso |
| Juan David | Brujes B. | 1003[illegible] | 3133[illegible] | Canejeo | | X | | famisanar | ✓ | | | | | | | | | x | Juan David |
| Emily Yulita | Nieto V. | 1066[illegible] | 3216[illegible] | Villanueva | X | | | Nueva eps | ✓ | | | | | | | | | x | Emily Yulita |
| Isabel | Mendoza | 1005[illegible] | 3004[illegible] | Conjunto H | X | | | Coosalud | ✓ | | | | | | | | | ✓ | Isabel M. |
| Valentina | Martinez | 1100[illegible] | 3057[illegible] | Villajanet | X | | | Dusakawi | ✓ | | | | | | | | | ✓ | Valentina |
| Camilo Yulian | Alvarez | 1003[illegible] | 3157[illegible] | San jorge | X | | | famisanar | ✓ | | | | | | | | | ✓ | [illegible] |
| Juan Sebastian | Barbosa | 1005[illegible] | 3201[illegible] | Perijano | | X | | Sanitas | ✓ | | | | | | | | | ✓ | Isabel Alvarez |
| Sabrina D. | Cabas | 1014[illegible] | 3057[illegible] | San Miguel | X | | | Coosalud | ✓ | | | | | | | | | ✓ | Juan Sebastian |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 006**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: DEPRESION (FACTORES DE RIEGO Y DE PREVENCION)** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA TECNICO LA ESPERANZA.** | |
| **FECHA: 28 DE OCTUBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 2:30 PM** | **HORA FINAL: 3:30 PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Brindar herramientas de afrontamiento para situaciones que puedan desencadenar una depresión fuerte.
- identificar algunos signos y síntomas de la depresión.

ORDEN DEL DIA:

1. SALUDO DE BIENVENIDA
2. IMPLEMENTAR EL TALLER: **DEPRESION (FACTORES DE RIESGO Y DE PREVENCION)** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA.
3. EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA.

DESARROLLO DEL TEMA

El día 28 de octubre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA** con el propósito de implementar el sexto taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **DEPRESION (FACTORES DE RIEGO Y DE PREVENCION).** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **DEPRESION (FACTORES DE RIEGO Y DE PREVENCION).**

La depresión es actualmente una enfermedad muy frecuente. Los datos conocidos desde hace años indican que esta enfermedad representa cifras de auténtica pandemia y que en el año 2030 será la principal fuente de discapacidad en todo el mundo; la depresión comporta una importante discapacidad de la persona que la tiene y una gran afectación de su entorno.

Ansiedad y depresión, dos síntomas muy comunes presentes en la adolescencia, situación que genera múltiples retrasos académicos, afectivos y conductuales.

**ALGUNOS FACTORES DE RIESGO SON:**

- Sexo: es más frecuente entre las mujeres de edades entre los 12 y los 55 años, sin diferencias fuera de este intervalo de edad.
- Edad: es más habitual en personas de entre 18 y 44 años. Según la edad existen diferencias respecto a los síntomas más habituales. Por ejemplo, en los niños son más frecuentes las quejas físicas (dolor de cabeza, dolor abdominal), la irritabilidad y el aislamiento social, mientras que en los adolescentes se asocia a trastornos de conducta, trastornos de la conducta alimentaria y abuso de sustancias. En personas mayores suelen ser frecuentes las quejas físicas y los síntomas cognitivos (sensación de pérdida de memoria, falta de atención y concentración).
- Estado civil: es más frecuente en personas con un estado civil de soltería, separación o divorcio.

Consumo de sustancias: el consumo de sustancias tóxicas como el alcohol, incluso en cantidades moderadas, es un factor de riesgo.

- Comorbilidad: padecer otros trastornos mentales puede predisponer también a la depresión, como los trastornos de ansiedad. Por otro lado, las enfermedades físicas, como la migraña, las enfermedades cardíacas, la diabetes, los problemas tiroideos y otras enfermedades endocrinas, pueden aumentar el riesgo de depresión.
- Factores sociales: vivir situaciones estresantes crónicas, la falta de recursos económicos y de apoyo familiar o estar en situación de desempleo. Las personas de grupos socioeconómicos más desfavorecidos tienen mayor riesgo de depresión.
- Factores psicológicos y acontecimientos adversos: haber sufrido experiencias traumáticas durante la infancia puede predisponer a algunos trastornos mentales, entre ellos, la depresión. Los acontecimientos vitales adversos, como los problemas familiares, de pareja o en el trabajo, aunque no se consideran necesarios ni suficientes para provocar una depresión como tal, cuando se suman y se mantienen en el tiempo, pueden generar estrés y ansiedad, y llegar a afectar al estado de ánimo. Determinados rasgos de personalidad, así como la tendencia a tener pensamientos negativos, también pueden constituir un factor de riesgo.
- Factores genéticos: los familiares de primer grado de pacientes con trastorno depresivo mayor tienen el doble de posibilidades de presentar depresión que la población general. Esta proporción también es importante en los de segundo grado.

**Factores de riesgo implicados en la depresión agrupados por diferentes categorías etiológicas**

| Categoría de factores | Factores implicados |
|---|---|
| Factores genéticos | • Genotipo 5-HTTLPR<br>• Influencias genéticas del trauma |
| Factores biológicos | • Edad, sexo<br>• Cambios hormonales: estrógenos, andrógenos, progestágenos<br>• Posparto<br>• Alteración sistemas adrenérgico, serotoninérgico y dopaminérgico<br>• Alteración ritmo circadiano (melatonina)<br>• Alteración sistema inmunológico (autoinmunidad)<br>• Comorbilidad de enfermedades físicas |
| Comorbilidad psicológica y personalidad | • Personalidad neurótica o obsesiva<br>• Comorbilidad ansiedad<br>• Comorbilidad trastornos somatomorfos |
| Eventos vitales estresantes | • Factores estresantes intensos múltiples, pérdida ser querido<br>• Duelo por pérdida ser querido<br>• Falta de trabajo<br>• Estrés laboral y mobbing<br>• Percepción discriminación |
| Condiciones sociales | • Bajo nivel cultural<br>• Problemas de convivencia<br>• Insatisfacción trabajo, desempleado y en el hogar (no remunerado)<br>• Problemas con cuidadores<br>• Percepción desapego social |

| COMPROMISOS Y CONCLUSIONES |
|---|
| Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza.<br><br>Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación identificaron algunos síntomas de la depresión en personas cercanas y que no sabían que podría tratarse del tema tan complejo como ellos mismo lo denominaron; lo que de alguna manera gratifica y nos permite seguir desarrollando temáticas tan importantes para los adolescentes capacitados. Se realiza dinámica la granja y los cerditos acogida con gran éxito. |

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de octubre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE TECNICO LA ESPERANZA de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA |
| **FECHA** | 28 DE OCTUBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del sexto taller DEPRESION **(FACTORES DE RIEGO Y DE PREVENCION).** para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |









Dirección: Carrera 20 No. 43 – 63 / Teléfono: 5842828 Fax: 5846293
e- mail: gerencia@headese.gov.co
Valledupar, Cesar

ALCALDIA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022

FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL

**FECHA:** 28 de octubre 2022

**CENTRO DE ESCUCHA:** Técnica la Esperanza

**TEMA:** Depresión (Factores de Riesgo y de Prevención) Taller 6

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | | SEXO Y EDAD | | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN | | | VICTIMA | PCD | INDIGEN | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | F | M | | | VIN | SUB | CON TR | | | | | | | ✓ | |
| Miller Alejandro | Bravo Acosta | 1028941278 | 3168574480 | La nevada | | | X | | Cajacopi | | X | | | | | | | | ✓ | Miller Bravo |
| Aaron Alexander | Cedeño Chirinos | 1108331240 | 3044102463 | V. Hermosa | 5 | | X | | Caja cop | | X | | | | | | | | X | Aaron Cedeño Chirinos |
| Meiari | Jacome | 1045899212 | 3012534826 | La nevada | 5 | X | | | Cajacopi | | X | | | | | | | | ✓ | Meiari Jacome |
| Yolaimis | Suarez | 1069858668 | 3046957350 | La nevada | 5 | X | | | Cosalud | | X | | | | | | | | ✓ | Yolaimis Suarez |
| Luisa | Cerpa | 1066899313 | 3122857151 | La nevada | 5 | X | | | N.EPS | | X | | | | | | | | ✓ | Luisa Cerpa |
| Camila Andrea | Martinez | 1082941688 | 3202426565 | Alto Prado | 5 | X | | | Caja cop | | X | | | | | | | | X | Camila Martinez |
| Angela | Sanchez C. | 1065604526 | 3044813413 | B. de la Paz | 5 | X | | | Famisanar | | ✓ | | | | | | | | X | Angela Sanchez |
| Laura Daniela | Cervantes H. | 1065603197 | 3116516211 | La NEVADA | 5 | X | | | Caja Copi | | X | | | | | | | | ✓ | Laura Daniela Cervantes H. |
| Julieth Padilla | Padilla | 1066869912 | 3013254826 | B. Horizonte | 5 | X | | | Coosalud | | X | | X | | | | | | | Julieth Padilla |
| Kattlin Jared | Cabarcas | 1045681912 | 3016129102 | La Nevada | 5 | X | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | X | Kattlin Cabarcas |
| Maikol | Manejas | 1062807577 | 3042599376 | La nevada | 5 | X | | | Asmetsalud | | ✓ | | | | | | | | ✓ | Maikol Manejas |
| Angelica | Perez | 1003895012 | 3005040916 | Altos de Primavera | 5 | X | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | ✓ | Angelica Perez C. |
| Estefania | Sada | Cabarcas | 1127499773 | 3023189370 | La nevada | 5 | X | | Cajacopi | | ✓ | | | | | | X | | ✓ | Estefania |
| Wendy Katherine | Nogera Prado | 1042605320 | 3042605320 | Guasimales | 5 | X | | | Salud total | | ✓ | | | | | | | | ✓ | Wendy Nogera P. |
| Karima | Amaris | 1045681540 | 3216315908 | Km-45-55-04 | 5 | X | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | ✓ | Karima Amaris |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

ALCALDIA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022

FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL

**FECHA:** 31 de octubre 2022

**CENTRO DE ESCUCHA:** Técnica la Esperanza

**TEMA:** Depresión factores de Riesgo y Prevención Taller N°6

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | | SEXO Y EDAD | | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN | | | VICTIMA | PCD | INDIGEN | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | F | M | | | VIN | SUB | CON TR | | | | | | | | |
| Miller Alexander | Brago Costa | 1028841278 | 3168574480 | la nevada | 5 | | X | | Salud mi | | X | | | | | | | | X | Brago Costa Miller |
| Aaron Cedillo | Cedillo Chirinos | 1004568129 | 3049202467 | V. Hermosa | 5 | | X | | Caja capi | | X | | | | | | | | X | Aaron Cedillo Chirinos |
| Meiani | Jacome | 1058903451 | 3012036021 | la nevada | 5 | X | | | Caja capi | | X | | | | | | | | X | Meiani Jacome |
| Yolaimis | Soarez | 1065564448 | 3024567021 | la nevada | 5 | X | | | Comparta | | X | | | | | | | | X | Yolaimis Soarez |
| Luisa | Ceipa | 1065879313 | 3022553781 | la nevada | 5 | X | | | N. EPS | | X | | | | | | | | X | Luisa ceipa |
| Camila Andrea | Martinez | 1081914688 | 3226425685 | Altos pinheros | 5 | X | | | Caja capi | | X | | | | | | | | X | Camila Martinez |
| Angelica Maria | Pertuz | 1003889123 | 3005041091 | altos pinheros | 5 | X | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | X | Angelica pertuz C |
| Mariolis | Vanegas | 1062207527 | 3012591937 | la nevada | 5 | X | | | Nueva eps | | ✓ | | | | | | | | X | Mariolis Vanegas |
| Kaitlin | cabarcas | 1004563X9 | 3016179702 | Guasimales | 5 | X | | | Coosalud | | ✓ | | | | | | | | X | Kaitlin cabarcas |
| Angela Sanchez | Coronel | 1065604526 | 3044843193 | Bella Vista | 5 | X | | | Famisanar | | ✓ | | | | | | | | X | Angela Sanchez. |
| Laura Daniela | Cervantes | 1065603197 | 3116516211 | LA NEVADA | 5 | X | | | Caja Capi | | X | | | | | | | | * | Laura Daniela C. Ct |
| Julieth paola | padilla | 1066869912 | 3013254816 | B. Horizonte | 5 | X | | | coosalud | | X | | X | | | | | | | Julieth Padilla. |
| Wendy Katherine | Noguera Prado | 1064857307 | 3042605320 | Guasimales | 5 | X | | | Salud total | | ✓ | | | | | | | | | Wendy Noguera P. |
| Erika Paola | Candelario Santos | 3122492 | 3163129370 | la nevada | 5 | | X | | Caja capi | | ✓ | | | | | | X | | | Erika |
| karima | Amaya | 1098421240 | 3216315408 | la nevada | 5 | X | | | coosalud | | ✓ | | | | | | | | X | karima Amaya |
| Kevin | marzal | 1066872877 | 3108655952 | Guasimales | 5 | | X | | coosalud | | ✓ | | | | | | | | * | Kevin J. Marzal |
| Maria mesa | Carrillo | 1083124015 | 3057856612 | la nevada | 5 | X | | | Caja capi | | ✓ | | | | | | | | X | Maria Mesa |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

## ACTA DE TRABAJO No. 7

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: MANEJO DE ESTRÉS** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA TECNICO LA ESPERANZA** | |
| **FECHA: 2 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 2:00 PM** | **HORA FINAL: 3:00 PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Tomar consciencia de los factores que producen estrés y sus consecuencias.
- Integrar métodos prácticos y efectivos que mejoren el bienestar y salud.
- Generar un plan de acción para una vida más sana y feliz.
- Conocer técnicas para manejo de estrés individual y colectivo.
- Experimentar técnicas que produzcan bienestar inmediato.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 9. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL SEPTIMO TALLER: **MANEJO DE ESTRÉS** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |
| DESARROLLO DEL TEMA |

El día 2 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA** con el propósito de implementar el séptimo taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema MANEJO DE ESTRÉS. Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar

**MANEJO DE ESTRÉS**

¿Alguna vez, en medio de mucho trabajo o problemas, sentiste cansancio, pero te costaba dormir? ¿Tuviste más ganas de comer de lo habitual o dolor muscular?

Todo esto ocurre por un mal manejo del estrés.

Aunque, en situaciones amenazantes, el estrés resulta útil para la supervivencia, en forma crónica es muy dañino: genera ansiedad, enfado, tristeza e incluso induce a las adicciones o al aislamiento social. Por eso es importante aprender a combatirlo.

¿Sabías que seis minutos de lectura reducen el estrés en un 68 % cantar estimula la respiración abdominal necesaria para relajarse?

El estrés es lo que usted siente cuando tiene más obligaciones de las que está acostumbrado. Cuando usted está estresado, el cuerpo responde como si estuviera en peligro. Produce hormonas que le aceleran el corazón, le hacen respirar más rápidamente y le dan una descarga de energía. Esto se llama reacción al estrés de lucha o huida.

Un poco de estrés es normal e incluso útil. El estrés puede ayudarle si necesita trabajar intensamente o reaccionar con rapidez. Por ejemplo, puede ayudarle a ganar una carrera o a terminar a tiempo un trabajo importante.

Sin embargo, si el estrés aparece con demasiada frecuencia o dura demasiado tiempo, puede tener efectos graves. Puede estar relacionado con dolores de cabeza, malestar estomacal, dolor de espalda y problemas para dormir. Puede debilitarle el sistema inmunitario, lo que hace más difícil combatir las enfermedades. Si usted ya tiene un problema de salud, el estrés podría empeorarlo. Puede hacer que se sienta de mal humor, tenso o deprimido. Sus relaciones podrían verse afectadas y es posible que a usted no le vaya bien en el trabajo o en la escuela.

**¿Qué puede hacer en relación con el estrés?**

Averigüe qué es lo que está causando estrés en su vida.
Busque maneras de reducir la cantidad de estrés en su vida.
Aprenda maneras saludables de aliviar el estrés y de reducir sus efectos perjudiciales.
¿Cómo puede medir su nivel de estrés?
A veces, es claro de dónde proviene el estrés.
Usted puede tener estrés durante un cambio importante en la vida, como la muerte de un ser querido, casarse o tener un bebé. Pero otras veces, la causa de su sensación de estrés podría no ser clara.

Es importante averiguar cuál es la causa de su estrés.
Todas las personas sienten el estrés y responden a él de maneras distintas.
Estar atento a su estrés puede ayudar.
Consiga un cuaderno y anote cuando algo le hace sentir estresado.
Luego, escriba cómo reaccionó y qué hizo para manejar el estrés.

Anotar cuándo siente estrés puede ayudarle a averiguar cuál es la causa de su estrés y cuánto estrés siente. Luego, puede tomar medidas para reducir el estrés o para manejarlo mejor.

**¿Cómo puede evitar el estrés?**

El estrés forma parte de la vida para la mayoría de las personas. Es posible que no pueda eliminar el estrés, pero puede buscar maneras de reducirlo.

Podria probar algunas de estas ideas:

Aprenda mejores maneras de manejar su tiempo.
Es posible que haga más con menos estrés si tiene un cronograma.
Piense acerca de cuáles son las cosas más importantes y hágalas primero.
Encuentre mejores maneras de sobrellevar las situaciones.
Observe cómo ha estado sobrellevando el estrés. Sea honesto con respecto a qué funciona y qué no. Piense en otras cosas que podrían funcionarle mejor.
Cuídese bien.
Descanse lo suficiente.
Coma bien.
No fume.
Limite la cantidad de alcohol que bebe.
Pruebe nuevas maneras de pensar.
Cuando note que está comenzando a preocuparse, intente detener los pensamientos. O anote sus preocupaciones e intente dejar de pensar en las cosas que no puede cambiar. Aprenda a decir "no".
Exprésese. No poder hablar sobre sus necesidades e inquietudes genera estrés y puede empeorar los sentimientos negativos. La comunicación asertiva puede ayudarle a expresar cómo se siente de una manera atenta y considerada.
Pida ayuda. Las personas que tienen una red sólida de familiares y amigos manejan mejor el estrés.
A veces, el estrés es demasiado para manejarlo sin ayuda. Hablar con un amigo o con un familiar podría ayudar, pero también puede convenirle consultar a un consejero.

Para el desarrollo del taller con la comunidad estudiantil se llevará a cabo una actividad de un pequeño taller, de esta manera aprenderán a identificar cuando están padeciendo episodios de ansiedad.

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**Instrucciones:**
De los siguientes síntomas, selecciona el grado experimentado durante los últimos 3 meses de acuerdo al semáforo presentado.




| | |
|---|---|
| Imposibilidad de conciliar el sueño. | 1 2 3 4 5 6 |
| Jaquecas y dolores de cabeza. | 1 2 3 4 5 6 |
| Indigestiones o molestias gastrointestinales. | 1 2 3 4 5 6 |
| Sensación de cansancio extremo o agotamiento. | 1 2 3 4 5 6 |
| Tendencia de comer, beber o fumar más de lo habitual. | 1 2 3 4 5 6 |
| Disminución del interés sexual. | 1 2 3 4 5 6 |
| Respiración entrecortada o sensación de ahogo. | 1 2 3 4 5 6 |
| Disminución del apetito. | 1 2 3 4 5 6 |
| Temblores musculares (por ejemplo tics nerviosos o parpadeos). | 1 2 3 4 5 6 |
| Pinchazos o sensaciones dolorosas en distintas partes del cuerpo. | 1 2 3 4 5 6 |
| Tentaciones fuertes de no levantarse por la mañana. | 1 2 3 4 5 6 |
| Tendencias a sudar o palpitaciones. | 1 2 3 4 5 6 |

| COMPROMISOS Y CONCLUSIONES |
|---|
| Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación identificaron algunos síntomas de la depresión en personas cercanas y que no sabian que podria tratarse del tema tan complejo como ellos mismo lo denominaron; lo que de alguna manera gratifica y nos permite seguir desarrollando temáticas tan importantes para los adolescentes capacitados. |

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| SUGEY ZULETA | Psicorientadora | Sugey Zuleta |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de septiembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE TECNICO LA ESPERANZA de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA |
| **FECHA** | 2 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del séptimo taller MANEJO DE ESTRÉS. para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |









ALCALDIA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022

FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL

**TEMA:** Taller N° 7 MANEJO DE ESTRÉS

**CENTRO DE ESCUCHA:** IE Tecnica La Esperanza

**FECHA:** 2 de Noviembre 2022

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | | SEXO Y EDAD | | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN | | | VICTIMA | PCD | INDIGEN | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | F | M | | | VIN | SUB | CON TR | | | | | | | | |
| Camila Andrea | Martinez | 1082911688 | 3226428585 | altos pimiento | 5 | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | X | Camila Martinez |
| melani Jaramo | Jaramo V. | | 3012536285 | la Nevada | 5 | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | X | melani Jaramo |
| Karaima | Amaas | | 3216315109 | la nevada | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | Karaima Amaas |
| Yoisamis | Suarez | | 3046657398 | la nevada | 5 | X | | | coosalud | | | | | | | | | | X | Yoisamis Suarez |
| Alex Alejandro | Rivera Cuenta | | 3160574020 | Ud dan alberto | 5 | | X | | | | | | | | | | | | | |
| Angela Sandra | Coronel | 1045604526 | 3044843193 | B de la Paz | 5 | X | | | Famisanar | | | | | | | | | | X | Angela Sandra |
| Kevin marcal | Rincon | 1066872877 | 3108655952 | Guasimales | 5 | | X | | Coosalud | | | | | | | | | | X | Kevin marcal |
| Laura Daniela | Cervantes H. | 1065603194 | 3116516211 | LA NEVADA | 5 | X | | | CAJACOPI | | X | | | | | | | | | Laura Daniela Cervantes |
| Kathlin Jared | Cabarcas H | | 3207139207 | Altos | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | X | K |
| Maribis | Manotas C | 1062.887.527 | 3012579378 | La Nevada | 5 | X | | | Dusakawi | | | | | | | | | | | Maribis Manotas. |
| Angelica | Pertuz | 1066874368 | 3005040916 | Altos de pimiento | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | Angelica Pertuz |
| Wendy Katherine | Vogera Prado | 1064837302 | 3047605370 | Guasimales | 5 | X | | | Salud total | | | | | | | | | | | Wendy Vogera |
| Julieth Paola | Padilla Castilla | 1066869972 | 3013234926 | Buttonzone | 5 | X | | | coosalud | | X | | X | | | | | | | Julieth Padilla. |
| Alina Sayhas | Rojas Velasquez | 1066281974 | 3016942809 | Villa Yaneth | 5 | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | X | Alina Rojas Velasquez |
| Eduardo Pada | Caballero Jaramillo | 3127749123 | 3023184370 | la nevada | 5 | X | | | | | | | | | | | X | | | Eduardo |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 8**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: VIOLENCIA INTRAFAMILIAR** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA TECNICO LA ESPERANZA** | |
| **FECHA: 4 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 3 PM** | **HORA FINAL: 4 PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Identificar los factores causantes de la violencia intrafamiliar
- Especificar causas de la violencia intrafamiliar y de cómo influye en la salud de manera absoluta, además de daños psicológicos
- Describir a fondo de qué manera está afectando la violencia intrafamiliar a la sociedad y como se ve afectada la salud de la comunidad.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 10. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL OCTAVO TALLER: **VIOLENCIA INTRAFAMILIAR** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |
| DESARROLLO DEL TEMA |

El día de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA** con el propósito de implementar el octavo taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **VIOLENCIA INTRAFAMILIAR** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **VIOLENCIA INTRAFAMILIAR.**

La violencia familiar o intrafamiliar como ahora se le llama ya que ocurre dentro del núcleo de las familias, es un crimen que se entiende como la agresión o daño que se comete en el hogar a algún miembro de la familia, por alguien de la misma. Este delito ha existido por años en nuestro país; recordemos que el machismo es un factor fundamental para que estos hechos violentos ocurran y en ocasiones de tales agresiones puede tipificarse como homicidio.

La violencia intrafamiliar es algo más extenso en ello se incluye tanto a la mujer como a los menores de edad, hombres, enfermos y ancianos. Para lo cual nos enfocaremos más en las mujeres y menores; en estos últimos años se ha venido dando una serie de programas y leyes en defensa de los derechos del niño y la mujer sin embargo, ¿eso nos asegura el bienestar? ¿Acaso estos programas y leyes bastaran para cerrar los maltratos físicos y psicológicos que se producen día a día contra ellos?

Es necesaria una protección legal, pero es urgente que nuestra sociedad adquiera nuevos y mejores hábitos de crianza y convivencia. Aun en la posibilidad de parecer alarmistas, es necesaria una re-educación en cuanto al trato familiar, el que lamentablemente para muchos está caracterizado por la violencia, el rechazo y la indiferencia.

Para lograr el cambio de esta situación se requiere en un inicio, el replanteamiento de los papeles del padre y la madre frente a los hijos, con el fin de que estos últimos en un futuro respondan a las expectativas de sus progenitores.

Debemos ir, entonces en busca de las causas que son la semilla de un ambiente familiar hostil y que consecuentemente producen una educación errónea en nuestros niños. Si no tomamos conciencia cada uno de nosotros de la violencia que se genera en nuestra casa, trabajo, en la calle o en donde sea que convivamos, no podremos contribuir a que cese tanta violencia en este país tan reprimido.

**TIPOS DE VIOLENCIA**

La violencia se puede manifestar de diferentes maneras y diversos contextos.

La clasificación utilizada en el Informe Mundial sobre la Violencia y la Salud divide a la violencia en tres grandes categorías según el autor del acto violento:

Violencia dirigida contra uno mismo.

Violencia interpersonal.

Violencia colectiva.

La violencia interpersonal se divide en dos subcategorías:

a. Violencia intrafamiliar o de pareja: en la mayor parte de los casos se produce entre miembros de la familia o compañeros sentimentales, y suele acontecer en el hogar, aunque no exclusivamente.

b. Violencia comunitaria: se produce entre individuos no relacionados entre sí y que pueden conocerse o no; acontece generalmente fuera del hogar.

**TIPOS DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR**

La violencia intrafamiliar tiene diferentes caras de acuerdo a quienes son los que usan la violencia y hacia quienes es dirigida esta, y adquiere distintas formas dependiendo del tipo de maltrato que se cometa (Asamblea General de la Naciones Unidas 2006).

a. Según a quién va dirigida

Violencia conyugal

Maltrato infantil

Violencia cruzada

Maltrato a ancianos

b. Según la forma de la violencia

Violencia Física: Está representada por el empleo de la fuerza física, realizada en forma de golpes, empujones, patadas y lesiones, provocadas con distintos objetos o armas.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación identificaron algunos casos de violencia intrafamiliar que se pueden presentar a diario y que algunos incluso desconocían que fuera un tipo de abuso.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| SUGEY ZULETA | Psicoerientadora | Sugey Milena Zuleta |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS**

| | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE TECNICO LA ESPERANZA de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA. |
| **FECHA** | 4 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del octavo taller VIOLENCIA INTRAFAMILIAR para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |









ALCALDIA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022

FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL

**CENTRO DE ESCUCHA:**

**TEMA:** Violencia Intrafamiliar Taller N° 8

**FECHA:** 4 NOV 2022

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | | SEXO Y EDAD | | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN | | | VICTIMA | PCD | INDIGEN | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | F | M | | | VIN | SUB | CON TR | | | | | | | | |
| Alina Sayhoa | Rojas Vasquez | 1066281974 | 3016942849 | | 5 | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | X | Alina Sayhoa Rojas V. |
| Julieth Paola | Padilla castillo | 1066866912 | 3073254826 | B. Horizonte | 5 | X | | | coosalud | | X | | X | | | | | | | Julieth Padilla |
| Wendy Katherine | Noguera Prado | 1064857302 | 3042605320 | Quasimodales | 5 | X | | | Salud total | | | | | | | | | | | Wendy Noguera P. |
| Angelica pertuz | Angelica pertuz | 1066814368 | 3003019016 | A. Pimienta | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | Angelica pertuz C |
| Maryoris | Vanegas. | 1062.807.527 | 3012599378 | LA Nevada | 5 | X | | | asatuii | | | | | | | | | | | Maryoris Vanegas |
| Kathlin saied | Cabarcas Her. | | 3207159207 | Futuro Niños | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | X | K |
| Laura Daniela | Cervantes | 1065603197 | 3116516211 | LA Nevada | 5 | X | | | CajaCopi | | X | | | | | | | | | Laura Daniela Cervantes |
| Kevin marzal | Pinzon | 1066872877 | 3108655952 | Quasimales | 5 | | X | | Coosalud | | | | | | | | | | x | Kevin Jose marzal |
| Angela Gissel | Sanchez C | 1056601526 | 3044843193 | B de la Popa | 5 | X | | | Famisanar | | | | | | | | | | X | Angela Sanchez C |
| Yuleidy Alejandra | Bravo cuesta | | 3168574480 | El Dorado | | | X | | | | | | | | | | | | | Bravo cuesta Yuleidy |
| YOLAIMIS | SUAREZ | | 3004567109 | la nevada | 5 | X | | | | | | | | | | | | | | YOLAIMIS SUAREZ |
| Karaima | Amaris | | 3216315408 | la nevada | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | Karaima Amaris |
| melani M. | Jacome | | 3012536056 | la nevada | 5 | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | Melani Jacome |
| Camila A. | Martinez S. | 1082141688 | 3226428685 | A. pimienta | 5 | X | | | caja copi | | | | | | | | | | X | Camila Martinez |
| Karis P | Carabalo | 3122741923 | 3023189336 | la nevada | 5 | X | | | | | | | | | | | X | | | Karis |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 9**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: PREVENCION DE ABUSO SEXUAL** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA TECNICO LA ESPERANZA** | |
| **FECHA: 8 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 3PM** | **HORA FINAL: 4PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Sensibilizar y brindar herramientas para la prevención, detección y primera respuesta ante situaciones de abuso sexual hacia niños, niñas y adolescentes.
- Identificar medidas que puedan prevenir el abuso sexual en las instituciones/organizaciones educativas / deportivas / hogar etc.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 11. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL NOVENO TALLER: **PREVENCION DE ABUSO SEXUAL** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |

**DESARROLLO DEL TEMA**

El dia 8 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA** con el propósito de implementar el noveno taller formativo en Vigias de Salud Mental, donde abordamos el tema **PREVENCION DE ABUSO SEXUAL** Se desarrolla el taller implementando una metodologia activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigias de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **PREVENCION DE ABUSO SEXUAL.**

**¿Qué es, cómo prevenir y cómo actuar ante la violencia sexual en NNA?**

El abuso sexual es una de las agresiones más severas contra la integridad física y psicológica de niñas, niños y adolescentes. Por su derecho a vivir una vida libre de violencias, las personas adultas debemos actuar ante un posible caso en nuestro entorno.

Durante la niñez y adolescencia se sientan las bases físicas, mentales y emocionales de cada persona. En esta edad se conoce el propio cuerpo, se adquieren hábitos para la etapa adulta, se aprenden habilidades matemáticas, de lenguaje, socialización y se descubre el mundo exterior de la mano de las personas adultas que están a su alrededor.

No obstante, para muchas niñas, niños y adolescentes no siempre esos aprendizajes implican la construcción de relaciones positivas con las personas adultas responsables de sus cuidados, ya que en muchos casos son víctimas de violencias que pueden dejar huellas difíciles e incluso imposibles de borrar en sus vidas. Este es el caso de la niñez y adolescencia que ha sufrido de algún tipo de violencia sexual.

**¿qué es la violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes?**

Es todo contacto y/o actividad sexual entre una niña, niño, adolescente y una persona que ejerce una posición de poder sobre él o ella, sin su consentimiento o valiéndose de amenazas, violencia física, psicológica u obteniendo su consentimiento por medio de engaños.

Ésta se configura con acciones de naturaleza sexual, que además de comprender la invasión física del cuerpo humano, pueden incluir actos que no involucren penetración o incluso contacto físico alguno, como forzarles a realizar comportamientos eróticos, ver imágenes pornográficas o exponerles a ver relaciones sexuales de otras personas.

El abuso sexual es una de las agresiones más violentas contra la integridad física, psicológica y emocional; cuando éste se manifiesta, afecta de forma significativa y vulnera a una serie de derechos universales que están interconectados y entre los que destacan: el derecho a la paz, a la educación, a la protección de la salud, a la seguridad social y por supuesto a una vida libre de violencias.

**RECOMENDACIONES PARA PREVENIR LA VIOLENCIA SEXUAL:**

- La comunicación familiar es la mejor forma de prevención
- Enseñarles los riesgos que existen a través de internet y redes sociales
- No poner en duda su palabra

**Signos y síntomas físicos**

- Laceración o moretones en el área genital
- Dolor o molestias en la vulva, vagina, ano

- Retención de heces o heces verdosas
- Hemorragia rectal o vaginal en niñas prepúberes
- Infecciones urinarias recurrentes y/o transmisión sexual embarazo

**Signos y síntomas mentales o emocionales**

- Problemas emocionales: miedos, fobias, depresión, ansiedad, baja autoestima, culpa, conductas suicidas, autolesiones.
- Problemas cognitivos: conductas hiperactivas, problemas de atención y concentración, descenso en el rendimiento académico.
- Problemas de relación: disminución en la cantidad de amistades, aislamiento social.
- Problemas funcionales: pesadillas, pérdida del control de esfínteres.
- Trastornos de la conducta alimentaria: anorexia (evitan la comida, la restringen severamente o sólo comen cantidades muy pequeñas), bulimia (comportamientos para compensar el exceso de comida, como vómitos forzados, uso exagerado de laxantes o diuréticos, ayunos, ejercicio excesivo) y el trastorno por atracón (pierden el control sobre lo que comen).
- Conducta sexualizada: masturbación compulsiva, imitación de actos sexuales, uso de vocabulario sexual inadecuado.

Es importante señalar que estos signos y síntomas serán diferentes en cada niña, niño o adolescente y varían de acuerdo con la edad, el sexo y su contexto; también es importante mencionar que en general se presenta más de un signo o síntoma de forma simultánea.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación pudieron identificar factores que pueden incurrir en abuso sexual en NNA.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| SUGEY ZULETA | Psicorientadora | Sugey Milena Zuleta |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE TECNICO LA ESPERANZA de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA. |
| **FECHA** | 8 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del noveno taller ABUSO SEXUAL para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SECRETARÍA DE SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:** I.E Tecnica la Esperanza
**TEMA:** "Prevención De Abuso sexual"
**FECHA:** 9 Noviembre 2022 Taller N= 9

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | | SEXO Y EDAD F | SEXO Y EDAD M | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN VIN | REGIMEN SUB | REGIMEN CON TR | VICTIMA | PCD | INDIGEN | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Camila Andrea | Martinez Sua | 1065914688 | 3226428685 | Altos Bimlenta | 5 | X | | | Caja copi | | | | | | | | | | X | Camila Martinez |
| Jarón Alexandr | Cadillo Chirino | 32271414 | 3044102462 | El Rosario | 5 | | X | | Caja copi | | X | | | | | | | | | Jarón Cadillo |
| Yuller Alejandra | Bravo Cuesta | 1028941278 | 3168574480 | Alt de don alberto | 5 | | X | | | | | | | | | | | | | Bravo Cuesta Yuller |
| Yolaimis | Suarez | 1065958665 | 3046023580 | Salud total | 5 | X | | | Salud total | | | | | | | | | | | Yolaimis Suarez |
| Angela G | Sanchez | 1065671576 | 3014813193 | B. de la Popa | 5 | X | | | Famisanar | | | | | | | | | | X | Angela Sanchez |
| Yesith Liliana | Ocampo A. | 1067597712 | 3137325058 | La Nevada | 5 | X | | | Coosalud | | X | | X | | | | | | | Yesith Ocampo |
| Laura Daniela | Cervantes H | 1065603197 | 3116516211 | La Nevada | 5 | X | | | Caja Copi | | X | | | | | | | | | Laura D'Cervantes H. |
| Julieth paola | Padilla C. | 1066869977 | 3013254826 | Bl Horizonte | 5 | X | | | Coosalud | | X | | X | | | | | | | Julieth Padilla |
| Leiber Suárez | Suárez Diaz | 1066892226 | 3136380152 | La Nevada | 5 | | X | | Caja copi | | X | | | | | | | | | Leiber Suárez |
| Kevin Jose | Marzal R. | 1066872873 | 3108655512 | Guasimales | 5 | | X | | Coosalud | | | | | | | | | | X | Kevin Marzal |
| KaitlinCabarcas | Cabarcas | 1067602493 | 3207392907 | Futuro Niños | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | X | K |
| Wendy Katherine | Nogera Prado | 1064837302 | 3042605320 | Guasimales | 5 | X | | | Salud Total | | | | | | | | | | | Wendy Nogera. |
| Mairoly V | Vanegas | 1062807527 | 3012599378 | La Nevada | 5 | X | | | Nusaksui | | | | | | | | | | | Mairoly Vanegas. |
| Cubaris P. | Cordoba S. | 31224023 | 3023189310 | La nevada | 5 | | X | | | | | | | | | X | | | | Cubaris |
| Alma Saghia | Rojas Velasquez | 1066281974 | 3016942849 | La Nevada | 5 | X | | | Caja copi | | X | | | | | | | | | Alma Saghia Rojas V. |
| Angelica | Perez Cuba | 1066879369 | 3005241916 | Altos de la nevada | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | Angelica Perez C. |
| Keriama | Amaris | | 3216359088 | Nevada | 5 | X | / | | Coosalud | | | | | | | | | | | Keriama Amaris |
| Melani Jacome | Jacome | | 3217453755 | Nevada | 5 | X | | | Caja copi | | X | | | | | | | | | Melani Jacome |
| Luisa Cerpa | Cerpa | 1066879313 | 3122855950 | Nevada | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | Luisa Fernanda cerpa |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicios con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 10**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA TECNICO LA ESPERANZA.** | |
| **FECHA: 15 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 3 PM** | **HORA FINAL: 4 PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Analizar los factores más importantes que pueden desencadenar el maltrato infantil en las familias.
- Identificar los efectos que produce en los niños que han sido maltratado por su grupo familiar y/o la sociedad.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 12. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL DECIMO TALLER: **PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL CON** ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |
| DESARROLLO DEL TEMA |

El día 15 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA** con el propósito de implementar el décimo taller formativo en Vigías de Salud Mental, donde abordamos el tema **PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigías de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL.**

La violencia es negativa en cualquier forma. La violencia vulnera los derechos de quien sufre una agresión puesto que cualquier acto violento va en contra de la dignidad de las personas. Conviene precisar que existen distintos tipos de violencia porque un acto de violencia no sólo puede ser físico sino también, psicológico.

Dentro del maltrato infantil se clasifican distintos tipos de maltrato infantil, por ejemplo, es una falta de responsabilidad no atender debidamente a un niño de acuerdo a sus necesidades, por ejemplo, la desatención de las competencias que son inherentes a la paternidad es una muestra de violencia. Privar a los niños de alimentos o de cuidados de salud es una forma de violencia. En los casos en los que existe violencia de género, la situación también suele salpicar a los niños que viven en un entorno de negatividad, de miedo y violencia. La violencia infantil es aquella que pone en riesgo la salud y la vida de los pequeños.

A rasgos generales, el maltrato infantil puede producirse en entornos de confianza como el hogar, la escuela o la familia. La violencia física produce en el niño consecuencias que van más allá de la infancia en forma de pesadillas, problemas de alimentación, sentimiento de culpa, miedos irracionales, ansiedad, problemas de relaciones sociales, desconfianza... En ocasiones, las personas que han sido víctimas de violencia en la niñez también repiten esquemas violentos en la etapa adulta porque han interiorizado ese modelo de comportamiento. La autoestima del niño se deteriora al sentirse herido y humillado.

Los problemas de violencia infantil también pueden estar asociados con el consumo de drogas o alcohol.

La prevención del maltrato infantil es una responsabilidad ciudadana porque cualquier persona puede denunciar una situación de violencia. Para ello, conviene no restar peso a la violencia verbal porque también es una forma de agresión muy hiriente que deja secuelas a largo plazo.

La violencia debe de ser castigada porque el agresor vulnera los derechos de la víctima que oculta lo sucedido como consecuencia del miedo.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Para concluir el tema desarrollado los estudiantes determinaron que la forma de prevenir o disminuir el maltrato infantil en nuestra sociedad es crear leyes contundentes en la protección al menor, el máximo castigo a los culpables de cualquier abuso o maltrato a los menores de edad y dar capacitación y concientizar a toda la humanidad que para tener una mejor sociedad al futuro debes formar correctamente los hombres del mañana.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Monica Villazón |
| SUGEY ZULETA | | Sugey Milena Zuleta |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE TECNICO LA ESPERANZA de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA. |
| **FECHA** | 15 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del décimo taller PREVENCION DEL MALTRATO INFANTIL para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |






HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA, E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:** Tecnicala Esperanza

**TEMA:** "PREVENCIÓN DEL MAITRATO INFANTIL" Taller # 10
**FECHA:** 15 de Noviembre 2022

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | | SEXO Y EDAD | | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN | | | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | F | M | | | VIN | SUB | CON TR | | | | | | | | |
| Yeisith Liliana | Ocampo Acosta | 1067597712 | 3137335591 | La nevada | 5 | X | | | Coosalud | | X | | X | | | | | | | Yeisith Ocampo |
| Julieth Paola | Padilla Castillo | 1066869912 | 3126953041 | B. Montecarlo | 5 | X | | | Coosalud | | X | | X | | | | | | | Julieth Padilla |
| Laura Daniela | Cervantes Herrera | 1065603197 | 3116516211 | La nevada | 5 | X | | | Caja Salud | | X | | | | | | | | | Laura D. Cervantes. |
| Angela Gissel | Sanchez C | 1065604526 | 3044943193 | B. de la Paz | 5 | X | | | Famisanitas | | | | | | | | | | X | Angela Sanchez |
| Aaron Alexander | Castillo Chirinos | 1003191466 3227449 | 3044102467 | Rancho | 5 | | X | | Caja Salud | | X | | | | | | | | | Aaron Castillo |
| Camila Andrea | Martinez Suarez | 3226428685 | 3226428685 | Alto pimiento | 5 | X | | | Caja salud | | | | | | | | | | X | Camila Martinez |
| Karaima | Amaris | | 3216354 | La nevada | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | Karaima Amaris |
| Melani | Jacome | 301 | 3012536 | La nevada | 5 | X | | | Cajacopi | | | | | | | | | | | Melani Jacome |
| Yoaimis | Suarez | | 3046978 | La nevada | 5 | X | | | Salud total | | | | | | | | | | | Yoaimis Suarez |
| Luisa Fernanda | Carpa Altamar | 1066879313 3022855950 | 3022855950 | La nevada | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | Luisa Carpa |
| Kaitlin Sured | Cabarcas Heina | 1067602493 | 3207139207 | Nevada | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | X | |
| Angelica | Pertuz calvo | 1066874368 | 3005040916 | Alto pimienta | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | Angelica pertuz |
| Alina Sayhou | Rojas Velasquez | 1066281974 | 3016942849 | Nevada | 5 | X | | | Cajacopi | | + | | | | | | | | | Alina Sayhou Rojas V |
| Cohar. P. | Caraballo S | 31224923 | 3023189340 | La nevada | 5 | | X | | | | | | | | | | X | | | Eckarin |
| Wendy K | Nogera P | 1064837302 | 3047605380 | Guasimales | 5 | X | | | Salud total | | | | | | | | | | | Wendy N. |
| Maryolis | Yanegas | 1062807527 | 3012599376 | La Nevada | 5 | X | | | Nueva EPS | | | | | | | | | | | Maryolis |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. Servicio con calidad humana | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

**ACTA DE TRABAJO No. 11**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA TECNICO LA ESPERANZA.** | |
| **FECHA: 17 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 3PM** | **HORA FINAL: 4PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Explicar a la comunidad estudiantil, las graves consecuencias que puede generar a la salud la práctica del CUTTING.
- Difundir dentro de la comunidad estudiantil en que consiste el CUTTING, como se genera etc.

| ORDEN DEL DIA: |
|---|
| 13. SALUDO DE BIENVENIDA |
| 5.IMPLEMENTAR EL DECIMO PRIMER TALLER: **FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING**CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA. |
| 6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA. |

DESARROLLO DEL TEMA

El dia 17 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA** con el propósito de implementar el décimo primer taller formativo en Vigias de Salud Mental, donde abordamos el tema **FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigias de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING.

La palabra cutting en español significa corte. Este nombre se le ha dado a una nueva práctica que se está presentando actualmente en niños, jóvenes y adolescentes. Esta práctica consiste en realizarse autolesiones con objetos afilados; realizándose diferentes cortes, en zonas del cuerpo como: sus piernas, brazos, antebrazos y abdomen. Esto lo hacen con el fin de calmar la ansiedad y lograr canalizar sus emociones negativas. Lo grave del cutting es que lo hacen de forma silenciosa, los padres no lo notan, ya que los cortes suelen hacerlos en partes de su cuerpo que puedan tapar fácilmente con su ropa. Como padres debemos estar muy atentos, hasta la manera en cómo se visten nuestros hijos y vigilar muy bien su cuerpo, sin invadir su privacidad.

## ¿POR QUÉ EL CUTTING REPRESENTA UN ALIVIO PSICOLÓGICO?

Muchas de las situaciones donde los niños y jóvenes recurren al cutting; son aquellas que los agobian y que hacen que desborden sus emociones, especialmente la tristeza. El cutting es una forma que ellos descubren, para calmar la dificultad que encuentran al no saber manejar sus emociones.

Es importante tener en cuenta, que detrás de las causas del cutting existen problemas y conflictos previos a los que se han tenido que enfrentar; son niños que han sido abusados sexualmente, presenciado violencia intrafamiliar, sufrido bullying o acoso escolar, abandono por parte de sus familias; no saber manejar sus emociones de una forma adecuada.

El cutting tiene muchas consecuencias en la persona que lo practica, una especie de alivio; porque le permite al joven tener el control de su cuerpo. Ya que, al realizarse los cortes en el cuerpo, genera la liberación de endorfina; esta es una sustancia natural sintetizada por el cerebro y ayuda a calmar el dolor. De esta forma, cuando el cerebro segrega esta sustancia, el joven siente un alivio en el dolor; esto le permite evadirse de sus conflictos emocionales, pero solo por un momento, mientras pasa el dolor.

Este es solo un alivio pasajero; ya que inmediatamente deja de centrarse en su dolor físico, vuelve y aparece el dolor emocional, haciendo que se repita el ciclo.



7 **recomendaciones para prevenir el cutting**

- **1. El amor y la atención**
- **2. La comunicación**
- **3. El estrés**
- **4. Fomentar el tiempo en familia**
- **5. Fomentar las relaciones sociales**
- **6. El celular y el internet**
- **7. Manejo de las emociones**

**Los riesgos del cutting son:**

- **Infección:** el cortarse con navajas de uso común, navajas de los sacapuntas o cualquier objeto punzocortante y mantener la herida abierta, puede ocasionar una infección.
- **Baja Autoestima**: el atreverse a hacerse daño es ya un síntoma de baja autoestima, pero lejos de sentirse mejor, esta práctica te vuelve inseguro y no ayuda a superar ningún problema.
- **Adicción:** La autoflagelación puede generar adicción, y cuando cortarse brazos y piernas ya no es suficiente, vienen las quemaduras e incluso golpearse fuertemente contra la pared para provocarse daños más fuertes.

COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación identificaron algunos síntomas de que puede padecer una persona al practicar el CUTTING, así mismo reconocieron la importancia que es algo muy perjudicial para la salud de una persona.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| SUGEY ZULETA | Psicorientadora | Sugey Milena Zuleta |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO--ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE TECNICO LA ESPERANZA de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA. |
| **FECHA** | 17 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del décimo primer taller FACTORES DE RIESGO Y PREVENTIVOS DEL CUTTING para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |





HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
**CENTRO DE ESCUCHA:** I.E Tecnica la Esperanza
**TEMA:** Factores de Riesgo y Prevención de Cutting "Taller N° 11
**FECHA:** 17 de Noviembre 2022

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | | SEXO Y EDAD | | Requirió Remisión | EPS | REGIMEN | | | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | F | M | | | VIN | SUB | CON TR | | | | | | | | |
| Angela Gissel | Sanchez C | 1065604526 | 3044343793 | B. de la Paz | 5 | X | | | | | | | | | | | | | X | Angela Sanchez |
| Aaron Alexander | Cadillo Chirino | 3227144 | 3044102467 | El Rosario | | | X | | Caja cop | | X | | | | | | | | | Aaron Cadillo |
| Julieth Paola | Padilla Castillo | 1066869912 | 3126903669 | B. Horizonte | 5 | X | | | coosalud | | X | | X | | | | | | | Julieth Padilla. |
| Laura Daniela | Cervantes H. | 1065623199 | 3165162 11 | la nevada | 5 | X | | | Caja Copi | | X | | | | | | | | | Laura D. Cervantes H. |
| Yesith Liliana | Ocampo Acevedo | 1067591712 | 3137335569 | la nevada | 5 | X | | | Coosalud | | X | | X | | | | | | | |
| Camila Andrea | Martinez Suarez | 1082914688 | 3226428685 | Alt pimienta | 5 | X | | | Caja copi | | | | | | | | | | X | Camila Martinez |
| Farcima | Amaris | | 3216 | la nevada | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | Farcima Amaris |
| Melani | Jacome | | 3012536056 | la nevada | 5 | X | | | Caja copi | | | | | | | | | | | Melani Jacome |
| Yolanis | Suarez | | 3046523 | la nevada | 5 | | | | salud total | | | | | | | | | | | Yolanis Suarez |
| Luisa Fernanda | Cerpa Artamar | 1066270313 | 3022555150 | Nevada | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | Luisa Fernanda Cerpa |
| Kaitlin Sared | Cabarcas Hernandez | 1067602493 | 3209139207 | Nevada | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | X | |
| Angelica | Bello calvo | 1064874358 | 3005409 | Alt pimiento | 5 | X | | | Coosalud | | | | | | | | | | | Angelica Bello |
| Alina Raquel | Pajaro Velasquez | 1066281974 | 3016942849 | Nevada | 5 | X | | | Caja copi | | X | | | | | | | | | Alina Raquel |
| Eukaris P | Caraballo S | 31224923 | 3028189330 | la nevada | 5 | | | | | | | | | | | | X | | | Eukaris |
| Wendy K. | Noguera P. | 1064837502 | 3147605310 | Guasimalito | 5 | X | | | Salud total | | | | | | | | | | | Wendy N. |
| Marylis | Vanegas | 1062807527 | 3012599378 | Dusakawi | 5 | X | | | Dusakawi | | | | | | | | | | | Marylis |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | |
|---|---|---|
| | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | |

**ACTA DE TRABAJO No. 12**

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: EDUCATIVA/TALLER**<br>**TEMA: COMUNICACION ASERTIVA** | **LUGAR: INSTITUCIÓN EDCATIVA TECNICO LA ESPERANZA.** | |
| **FECHA: 23 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 3:30PM** | **HORA FINAL: 4:30PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA.** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- Lograr una comunicación fluida, y consistente con los demás, respetando sus intereses y derechos.

ORDEN DEL DIA:

14. SALUDO DE BIENVENIDA

5.IMPLEMENTAR EL DECIMO SEGUNDO TALLER: **COMUNICACION ASERTIVA** CON ESTUDIATES DE LOS GRADOS 9° Y 10° GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA.

6.EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS Y DESPEDIDA.

DESARROLLO DEL TEMA

El día 23 de noviembre nos reunimos en la **INSTITUCIÓN EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA** con el propósito de implementar el décimo segundo taller formativo en Vigias de Salud Mental, donde abordamos el tema **COMUNICACIÓN ASERTIVA** Se desarrolla el taller implementando una metodología activa y participativa como en los anteriores talleres desarrollados con la comunidad estudiantil.



Seguimos avanzando con temas propicios y aptos a la edad del grupo de vigias de la institución, con el propósito de multiplicar y difundir información importante sobre salud mental, es de vital importancia que nuestro grupo en formación conozca y aplique temas de gran importancia en cualquier aspecto de sus vidas como lo identificar **COMUNICACIÓN ASERTIVA.**

La comunicación asertiva es una forma de comunicar algo a alguien de manera honesta, sin herirle, ni perjudicar su persona. Este tipo de comunicación se puede trabajar para ir mejorándola poco a poco.

Esta forma de comunicación se caracteriza por el equilibrio y la diplomacia al compartir puntos de vista y defender los derechos propios. Pero, a la vez, tiene en cuenta las emociones y las creencias de los demás, respetándolas en todo momento. Por lo tanto, expresarse de forma asertiva significa tener la habilidad de decir lo que quieras decir, en el momento necesario y respetando las ideas de los demás.

## CARACTERÍSTICAS DE LA COMUNICACIÓN ASERTIVA

- ✓ Una de las principales características es que trata de mostrar los deseos de una persona o lo que anhela, pero siempre de manera educada y honesta.
- ✓ Se evitan los reproches personales, los ataques constantes o recurrir a informaciones hirientes que desacrediten a un individuo.
- ✓ No es una comunicación pasiva o que impida el exponer lo que verdaderamente se desea. La diferencia es que se comunica con honestidad, respeto y escogiendo las palabras más adecuadas para no generar conflicto.
- ✓ En la comunicación asertiva se busca el equilibrio para manifestar la opinión que uno tiene sin menospreciar a alguien.

Técnicas de la comunicación asertiva

Dada la importancia de la comunicación asertiva, enumeraremos algunas técnicas para mejorarla. Estas técnicas, todo sea dicho, pueden ser especialmente útiles en el trabajo:

- ✓ Es importante poner en práctica la escucha activa para atender la información y el mensaje que nos transmite la persona con la que se está conversando.
- ✓ Hablar en primera persona para exponer lo que uno siente es primordial. Esto evita echar la culpa de manera constante a alguien, sin asumir también las responsabilidades propias.
- ✓ Comunicarse sin exponer juicios de valor.
- ✓ No es recomendable juzgar ni encorsetar a alguien, ya que eso impide que se pueda poner en práctica una comunicación asertiva.
- ✓ Argumentar en lugar de exigir en primera instancia.
- ✓ Es importante exponer razones, motivos y argumentos que den valor a la comunicación.

## COMUNICACIÓN ASERTIVA EN LA CONDUCTA VERBAL

Para que nuestra comunicación verbal sea coherente con nuestra comunicación no verbal es importante analizar las siguientes recomendaciones:

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

1. Cuando estemos en una conversación evitar cruzar los brazos, procurar estar en una posición de apertura.

2. No interpretar los gestos o movimientos de nuestro interlocutor, es preferible que indaguemos antes de suponer.

3. Observar nuestro tono de voz; si este es coherente con el mensaje.

4. Mantener el contacto visual de una manera muy sutil, mientras escuchamos y mientras hablamos, esto denota interés y fortalece las relaciones, ya que demuestra empatia.

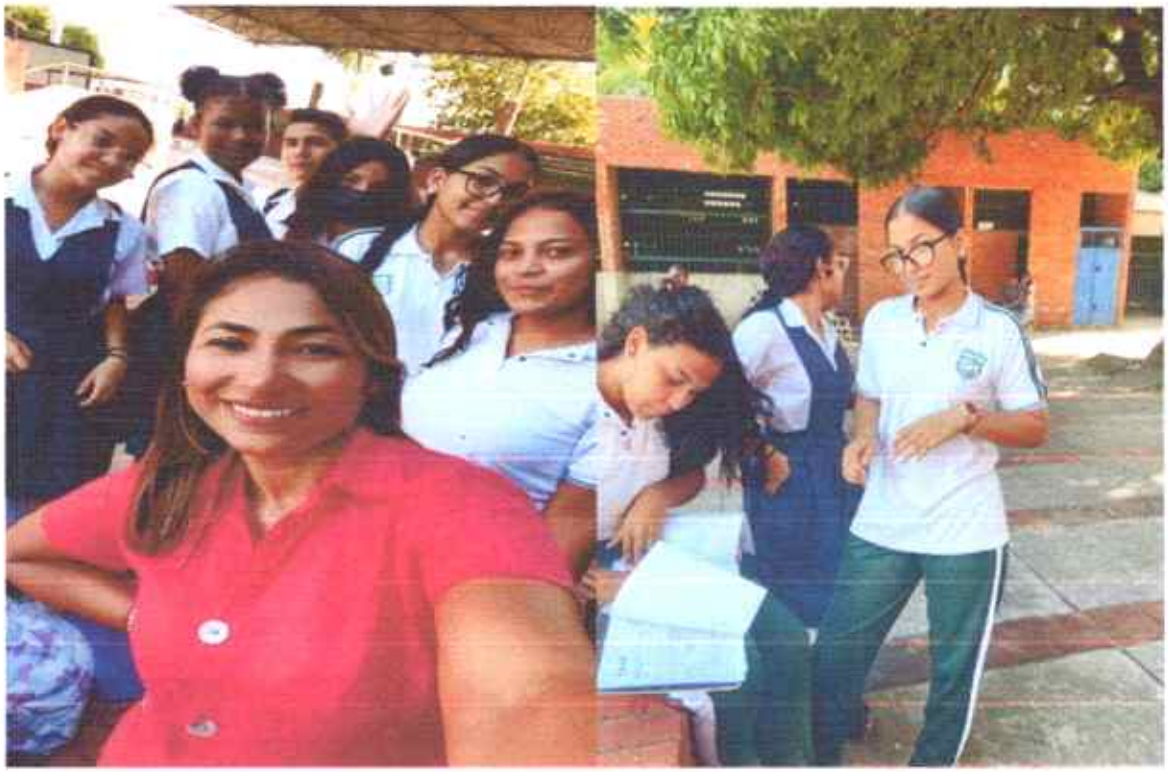
COMPROMISOS Y CONCLUSIONES

Se finaliza la sesión sin ninguna novedad, con el compromiso de seguir trabajando en la promoción de la salud mental. Con el compromiso de continuar participando de manera activa en la formación de vigías en salud mental y ser voceros activos de las estrategias aprendidas con la comunidad educativa, orientaciones brindadas por la secretaria Local de Salud y el Hospital Eduardo Arredondo Daza. Durante el desarrollo del taller los estudiantes a través de su participación concluyeron que el asertividad es autoafirmación e incluye componentes de tipo ético, tales como el respeto hacia sí y hacia las otras personas, pues parte del concepto de igualdad de derechos.
La comunicación asertiva facilita la expresión adecuada de pensamientos y sentimientos sin causar ansiedad, temor o agresión, por lo que favorece la libertad de ser, la autonomía, la madurez, la integridad del yo y la identidad propia.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA C. VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón F. |
| SUGEY ZULETA | Psicorientadora | Sugey Milena Zuleta |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal un (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE TECNICO LA ESPERANZA de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA TECNICO LA ESPERANZA. |
| **FECHA** | 23 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | A continuación, se evidencia socialización, sensibilización y atención del décimo segundo taller COMUNICACIÓN ASERTIVA para la formación en VIGIA DE LA SALUD MENTAL a estudiantes de 9° y 10° grados de la Institución Educativa intervenida. |



ALCALDIA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD

ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022

FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

**DIMENSION:** CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL

**TEMA:** Comunicación Asertiva

**CENTRO DE ESCUCHA:** I.E Tecnica la Esperanza

**FECHA:** 23 de Noviembre 2022 Taller N° 12

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD | | Requiere Remisión | EPS | REGIMEN | | | VICTIMA | PCD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | F | M | | | VIN | SUB | CON TR | | | | | | | | |
| Kevin | marcal | 1066872877 | 3108655952 | Cil 8c40 | 5 | | X | Coosalud | | | | | | | | | | X | Kevin marcal |
| Angela | Sanchez | 1065604516 | 3014843943 | B. delaPapa | 5 | X | | Famisanar | | | | | | | | | | X | Angela Sanchez |
| Jeller Alejandro | Bravo Costa | 1028941278 | 3168574480 | Alt don alberto | | | | Sanitas | | | | | | | | | | | Bravo |
| Jaron Alexander | Cudillo Chirinos | 1122711414 | 3044102967 | El Rosario | | | X | Caja copi | | X | | | | | | | | | Jaron Cudillo |
| Luisa Fernanda | Cerpa Atamar | 1066879313 | 3022855950 | Nevada | 5 | X | | Caja copi | | | | | | | | | | | Luisa Cerpa. |
| Camila Andrea | Martinez Suarez | 1081914688 | 3226428685 | Alt. pimiental | 5 | X | | Caja copi | | | | | | | | | | | Camila Martinez |
| Laura Daniela | Cervantes Herrera | 1065603199 | 3116516211 | La Nevada | 5 | X | | Caja COPI | | X | | | | | | | | | Laura Cervantes. |
| Julieth paola | padilla Castillo | 1066869412 | 3126953068 | Bello Horizon | 5 | X | | Coosalud | | X | | X | | | | | | | Julieth Padilla |
| Yersith Liliana | ocampo acuña | 1067517712 | 3157 | la nevada | 5 | X | | Coosalud | | X | | X | | | | | | | Yersith ocampo |
| Dirario Paola | Caballo Jaimes | 1122992 | 3023189370 | la nevada | 5 | X | | | | | | | | | | X | | | Dirario |
| Marbolis | Noriega Q | 1062807577 | 3012 | la Nevada | 5 | X | | DUSAKAWI | | | | | | | | | | | Marbolis |
| Kattlin Saied | Cabarcas Hernan. | | 3207139207 | la nevada | 5 | X | | Coosalud | | | | | | | | | | X | Kattlin |
| Angelica | Pertuz calvo | 1066844368 | 3005040916 | Alt. pimienta | 5 | X | | Coosalud | | | | | | | | | | | Angelica Pertuz C. |
| Alina Sayhoa | Rojas Velasquez | 1066281974 | 3016942849 | Villa Yareth | 5 | Y | | Caja copi | | X | | | | | | | | | Alina Sayhoa Rojas V. |
| Wendy Katherine | Nogera Prado | 1064837502 | 3042653720 | Guasimales | 5 | X | | | | | | | | | | | | | Wendy Nogera P. |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIOS CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

## ACTA DE CIERRE VIGIAS EN SALUD MENTAL

| | | |
|---|---|---|
| **TIPO DE REUNION: INFORMATIVA** | **LUGAR: INSTITUCION EDUCATIVA TECNICA LA ESPERANZA** | |
| **FECHA: 23 DE NOVIEMBRE 2022** | **HORA DE INICIO: 3:30 PM** | **HORA FINAL: 4:30 PM** |
| **CITADA POR: DIMENSION CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL** | **POBLACION OBJETO: ESTUDIANTES DE LOS GRADOS 9° Y 10° DE LA INSTITUCION SAN JOAQUIN – PSICORIENTACION ESCOLAR** | |

- **OBJETIVOS DE LA REUNION:**
- INFORMAR DE MANERA MINUCISA EL PROCESO FORMATIVO DE VIGIAS EN SALUD MENTAL.
- RECONCOER LOS LOGROS ALCANZADOS POR LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCION INTERVENIDA EN EL PROCESO FORMATIVO DE VIGIAS EN SALUD MENTAL.

ORDEN DEL DIA:

1. SALUDO DE BIENVENIDA
2. SOCIALIZACION DE ALCANCES DURANTE LA FORMACION DE VIGIAS EN SALUD MENTAL.
3. CIERRE Y NOVEDADES

DESARROLLO DEL TEMA

El día 23 de noviembre nos dimos cita en la Institución Educativa TECNICA LA ESPERANZA, con el propósito de informar a la psicorientadora de la institución intervenida los alcances y logros obtenidos durante el proceso de formación de vigías en salud mental, proceso que inicio el mes de septiembre y finaliza en el mes de noviembre con la clausura de grados.

A lo largo del desarrollo de la estrategia IMPLEMENTACION DE FORMACION DE VIGIAS EN SALUD MENTAL, se logró la formación de 20 estudiantes de esta institución de los grados 9º y 10º, dicha población recibió 12 sesiones, abordando temas importantes relacionados con la salud mental, entre ellos tenemos:

1. GENERALIDADES EN SALUD MENTAL
2. PRACTICAS CLAVES EN SALUD MENTAL
3. ACTORES SOCIALES Y ACTIVACION DE RUTAS
4. PRIMEROS AUXILIOS PSICOLOGICOS
5. DEPRESION
6. ANSIEDAD
7. PREVENCIÓN DE SUICIDIO
8. PREVENCION DE MALTRATO INFANTIL
9. PREVENCION DE CUTTING
10. VIOLENCIA INTRAFAMILIAR
11. MANEJO DEL ESTRÉS
12. COMUNICACIÓN ASERTIVA

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIOS CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

De esta manera finalizamos las sesiones formativas en la estrategia Vigias En Salud Mental, se realiza clausura de finalización el dia 23 del mes de noviembre del año 2022.

Para mayor constancia se firma por la psico orientadora de la institución intervenida y psicóloga del PIC- HEAD-SLS.

| PARTICIPANTES | CARGO | FIRMA |
|---|---|---|
| MONICA VILLAZON FONTALVO | Psicóloga | Mónica Villazón |
| SUGEY ZULETA GUERRA | Psicorientadora | Sugey Zuleta |

| | | |
|---|---|---|
| HEAD HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E. SERVICIO CON CALIDAD HUMANA | SECRETARIA LOCAL DE SALUD<br>E.S.E HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA<br>PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS PIC-2022<br>FORMATO–ACTA DE REUNION | VALLEDUPAR EN ORDEN |

| EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD** | Desarrollar de forma semanal una (1) Taller Educativo según tema correspondiente en el mes de noviembre desde el enfoque del componente Promoción de la Salud Mental y la Convivencia en el entorno educativo dirigida a los estudiantes de los grados 9° y 10° de la IE TECNICA LA ESPERANZA de Valledupar.<br>Se socializa la actividad bajo estrictos protocolos de bioseguridad. |
| **LUGAR** | INSTITUCION EDUCATIVA TECNICA LA ESPERANZA |
| **FECHA** | 23 DE NOVIEMBRE DEL 2022 |
| **OBSERVACIÓN** | CIERRE ESTRATEGIA DE FORMACION DE VIGIAS EN SALUD MENTAL |









HEAD
HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA E.S.E.
SERVICIO CON CALIDAD HUMANA

ALCALDIA DE VALLEDUPAR
SECRETARIA LOCAL DE SALUD
ESE HOSPITAL EDUARDO ARREDONDO DAZA
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVA - PIC 2022
FORMATO DE INTERVENCION INDIVIDUAL

VALLEDUPAR SALUD

DIMENSION: CONVIVENCIA SOCIAL Y SALUD MENTAL
FECHA: 27 de octubre 2022
CENTRO DE ESCUCHA: I.E Hilciades Castillo
TEMA: Manejo De Estres Taller N: 7

| NOMBRES | APELLIDOS | IDENTIFICACION | CONTACTO | DIRECCIÓN / COMUNA | SEXO Y EDAD | | R/R | EPS | REGIMEN | | | VICTIMA | PcD | INDIGENA | AFRO | LGTBI | ROM | OTROS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | F | M | | | VIN | SUB | CONT | | | | | | | | |
| Tatiana Olivera | perez | 1067.606.463 | 3043522030 | Mz11casa254 | X | | | Sanitas | | X | | | | | X | | | X | Tatiana Olivera |
| Yisel carolina | Bustrago trillos | | 311.6827994 | Nuevo Milenio | X | | | Cajacop | | X | | | | | | | | X | Yisel Bustrago |
| Yorgelis | Pineda | 1065673694 | 3135241804 | Casacampo | X | | | Cajacop | | X | | | | X | | | | X | Yorgelis Pineda |
| Estrella | Mendoza | 1067774914 | 3177426424 | Chiriguaná | | X | | Cosmesalud | | X | | | | | | | | X | Estrella Mendoza |
| Alexander | Pulido Moreno | 2585660. | 3207376826 | Tierra Humedida | X | | | Asmetsalud | | X | | X | | | | | | X | Alexander Pulido |
| Dayanis Andrea | Anaya Valencia | 1065601862 | 3242985943 | Garupal | X | | | Asmetsalud | | X | | | | | | | | X | Dayanis. |
| Luis Antonio | Suarez Diaz | 1067595009 | 3044232211 | Divino Niño | | X | | Sanitas | | X | | | | | | | | X | Luis Suárez |
| Lina Marcela | Jimenez Martinez | 1065593596 | 3123432306 | Los Cuervos | X | | | Coosalud | | X | | | | | | | | X | Lina Jimenez |
| Yesmin | Barrocevo Crespo | 1006866640 | 3113750059 | manuelitas | X | | | | | X | | | | | | | | X | Yesmin |
| Melis Perez | Perez Ponton | 1066210653 | 3109342226 | Mayales | X | | | Cajacopi | | X | | | | | | | | X | Melis |
| Luz lopez | Duran eliana | | 3137145603 | Villa fuente | X | X | | Nuevaeps | | X | | | | | | | | X | Eliana |
| Clara Sergy | Sarmiento Davila | 7632.1111 | 3053766411 | San Fernando | X | | | Salud T | | X | | | | | | | | X | Clara |
| Juan David | Martinez Tellez | | 3045786241 | Mz y Casa 880 | | X | | Mutual Ser | | X | | | | | | | | X | Juan David |
| Greys Gonzalez | Montes | 1066869144 | 3145439168 | Mz 1 Casa 15 | X | | | Coosalud | | X | | | | | | | | X | Greys Gonzalez |
| Alvaro Javier | Gonzalez Tarazona | | 3152176516 | Mz 6 casa 14 | X | X | | Coosalud | | X | | | | | | | | X | Alvaro Javier |
| Carlos Andres | Cordero Tejeiro | 1065607457 | 3187753480 | Mz 6 casa 14 | | X | | Nueva EPS | | X | | | | | | | | X | Carlos Andres |
| Maria Angelica | Maldonado Villero | 1067600741 | | Mz casa 10 | | X | | Nueva EPS | | X | | | | | | | | X | Maria Angelica |
| Maria Victoria | Cardenas | 1066283470 | 3215477444 | las Margaritas | X | | | Coosalud | | X | | | | | | | | X | Maria Victoria |
| Melanie Yisell | Rincon Ocampo | | 3128269159 | Maria Camila | X | | | Coosalud | | X | | | | | X | | | X | Melanie Rincon |
| Andrea Patricia | Barrios Calderon | 1065591323 | 3046368332 | Mz casa 389 | X | | | Nueva EPS | | X | | | | | | | | X | Andrea Barrios |
| Yeska Michell | Galindo Avila | 1065607776 | 3008617927 | Mz casa 234 | X | | | Cajacop | | X | | | | | | | | X | Yeska Galindo |
| Pedro | Polo | 1065568?1 | 3057956611 | Mateiglr | | X | | Famisan | | X | | | | | | | | X | |