Fundación Progresa

CONVENIO 1120-07-017-2022 ALCALDÍA DE RIONEGRO
FUNDACIÓN PROGRESA

TALLERES DE FORMACION

MUNICIPIO	Rionegro	NOMBRE PROFESIONAL	Jorge Andrés Galindo Navarro
NOMBRE INSTITUCIÓN	IE ANA GOMEZ DE SIERRA	FECHA	Día 11 Mes 07 Año 23
TEMA:	Salud Mental II	POBLACIÓN 7-1	Docentes ___ Directivos ___ Estudiantes X Padres ___

PARTICIPANTES/NOMBRE-INSTITUCIÓN EDUCATIVA	PARTICIPANTES/NOMBRE-INSTITUCIÓN EDUCATIVA
1 Julian Bustamante	17 Manuela López Noreña.
2 Juan Fernando cardona	18 ANDRES C. MONTOYA
3 Juliana Castrillón Torres	19 Juan esteban Q J.
4 Keila chavarria usuga	20 María Jose G.
5 Mariana Ciro Marín	21 Santiago Londoño Torres
6 Samuel Garzón A.	22 Isabella Montoya
7 Emanuel Gonzalez silgado.	23 Diego Macea
8 Kevin Arbey Jaramillo M	24 Salomé Mejia O.
9 Sofía Rúa Muñoz	25 Estefany Lugo M.M.
10 Sophia Vera	26 Marcela santa Giraldo
11 Kevin Mateo Gil M.	27 Valeria Franches
12 Maria Camila gallego s.	28 Anny Sofia Garcia.
13 Emanuel Puerta Osorio	29 John Stiven Toro Gonzalez
14 Samuel DAVID Osorio Rojas	30 Jóse David Lotero Vargas
15 Santiago Guapacha Alvarez	31
16 Juan David Leiva	32

Powered by CamScanner

Fundación Progresa

CONVENIO 1120-07-017-2022
MUNICIPIO DE RIONEGRO ANTIOQUIA Y LA FUNDACIÓN SOCIAL EDUCATIVA PARA EL PROGRESO Y DESARROLLO HUMANO
FUNDACIÓN PROGRESA

TALLERES DE FORMACION

7-3

21 Andrea Ayda Varan	39 SANTIAGO RAMIREZ
22 Isabela ceballos bertago	40 CRISTIAN DAVID OCAMPO
23 Camilo Blandon	41 Daniela puerta O.
24 Kamila Madrid	42 Jerónimo pineda campos
25 Milany Marin Marin	43 Jorge Mejia Cardenas
26 Mariana Jaramillo Silgado	44 Geronimo zapata Cortes
27 Samuel Martinez M.	45 Cabrera Rojas Miguel
28 Alejandro Guzmán	46 Bayan Giraldo Suarez.
29 Paula Alejandra F	47 María Alejandra Alvarez V...
30 Thomás hurtado	48 Santiago Agudelo A.
31 Mariana A. Perez	49 Juan José Diaz M.
32 Marylin J. Jauregui S	50 Alexandra Zapata Giraldo
33 Emiliano Hoyos Ramirez	51 Gladiuska Ochoa
34 Saibelys Sayagonis	52
35 Anna sofia Monsalve Garcia	53
36 Jorena Lucia Mendoza	54
37 Brahian Ospina Solis	55

Powered by CamScanner

OBJETIVO	
Promover en los adolescentes el aprendizaje socioemocional y el bienestar psicológico, identificando sus recursos.	
LOGROS	**DIFICULTADES**
- Identificar factores de la depresión, la ansiedad y los trastornos del comportamiento se encuentran entre las principales causas de enfermedad y discapacidad entre los adolescentes. - Reconocer el hecho de no ocuparse de los trastornos de salud mental de los adolescentes tiene consecuencias que se extienden a la edad adulta, perjudican la salud física y mental de la persona y restringen sus posibilidades de llevar una vida plena en el futuro.	No se evidencian dificultades durante la formaciòn.

DESARROLLO

Una de cada seis personas tiene entre 10 y 19 años de edad. La adolescencia es una etapa única y formativa, pero los cambios físicos, emocionales y sociales que se producen en este periodo, incluida la exposición a la pobreza, los malos tratos o la violencia, pueden hacer que los adolescentes sean vulnerables a problemas de salud mental. Protegerlos de la adversidad, promover en ellos el aprendizaje socioemocional y el bienestar psicológico, y garantizar que puedan acceder a una atención de salud mental son factores fundamentales para su salud y bienestar durante esos años y la edad adulta.

Los adolescentes con trastornos mentales son particularmente vulnerables a sufrir exclusión social, discriminación, problemas de estigmatización (que afectan a la disposición a buscar ayuda), dificultades educativas, comportamientos de riesgo, mala salud física y violaciones de derechos humanos.

La adolescencia es un período crucial para el desarrollo de hábitos sociales y emocionales importantes para el bienestar mental. Algunos de estos son: la adopción de patrones de sueño saludables; hacer ejercicio regularmente; desarrollar habilidades para mantener relaciones interpersonales; hacer frente a situaciones difíciles y resolver problemas, y aprender a gestionar las emociones. Es importante contar con un entorno favorable y de protección en la familia, la escuela y la comunidad en general.

Son muchos los factores que afectan a la salud mental. Cuantos más sean los factores de riesgo a los que están expuestos los adolescentes, mayores serán los efectos que puedan tener para su salud mental. Algunos de estos factores que pueden contribuir al estrés durante la adolescencia son la exposición a la adversidad, la presión social de sus compañeros y la exploración de su propia identidad. La influencia de los medios de comunicación y la imposición de normas de género pueden exacerbar la discrepancia entre la realidad que vive el adolescente y sus percepciones o aspiraciones de cara al futuro. Otros determinantes importantes de la salud mental de los adolescentes son la calidad de su vida doméstica y las relaciones con sus compañeros. La violencia (en particular la violencia sexual y la intimidación), una educación muy severa por parte de los padres y problemas socioeconómicos y problemas graves de otra índole constituyen riesgos reconocidos para la salud mental.

Algunos adolescentes corren mayor riesgo de padecer trastornos de salud mental a causa de sus condiciones de vida o de una situación de estigmatización, discriminación, exclusión, o falta de acceso a servicios y apoyo de calidad. Entre ellos se encuentran los adolescentes que viven en lugares donde hay inestabilidad o se presta ayuda humanitaria;

Powered by CamScanner

los que padecen enfermedades crónicas, trastornos del espectro autista, discapacidad intelectual u otras afecciones neurológicas; las embarazadas y los padres adolescentes o en matrimonios precoces o forzados; los huérfanos, y los que forman parte de minorías de perfil étnico o sexual, o de otros grupos discriminados.
La ansiedad y los trastornos depresivos pueden dificultar profundamente la asistencia a la escuela, el estudio y el hacer los deberes. El retraimiento social puede exacerbar el aislamiento y la soledad. La depresión puede llevar al suicidio.
Los trastornos de la conducta alimentaria, como la anorexia nerviosa y la bulimia nerviosa, suelen aparecer durante la adolescencia y la juventud. Este tipo de trastornos se presentan con comportamientos alimentarios anormales y preocupación por la comida y, en la mayoría de los casos, por el peso y la figura corporales. La anorexia nerviosa puede producir la muerte prematura, a menudo debido a complicaciones médicas o al suicidio, y tiene asociada una mortalidad superior a la de cualquier otro trastorno mental.

PSICOSIS
Los trastornos con síntomas de psicosis suelen aparecen a finales de la adolescencia o a principios de la edad adulta. Algunos síntomas de la psicosis son alucinaciones o delirios. Esas experiencias pueden afectar gravemente a la capacidad del adolescente para participar en la vida diaria y la educación, y en muchos casos llevan a situaciones de estigmatización o a violaciones de los derechos humanos.

SUICIDIO Y AUTOLESIONES
El suicidio es la cuarta causa de muerte entre los adolescentes mayores (15 a 19 años) (2). Los factores de riesgo del suicidio son diversos: abuso del alcohol, malos tratos en la infancia, estigmatización a la hora de buscar ayuda, obstáculos que impiden recibir atención y el disponer de medios para suicidarse. Los medios digitales, como cualquier otro medio, pueden desempeñar un papel importante en la mejora o el empeoramiento de las medidas de prevención del suicidio.

CONDUCTAS DE RIESGO
Muchos comportamientos de riesgo para la salud, como el consumo de sustancias o las prácticas sexuales de riesgo, comienzan durante la adolescencia. Los comportamientos de riesgo pueden responder a una estrategia inútil para hacer frente a dificultades emocionales y pueden tener efectos muy negativos en el bienestar mental y físico del adolescente.

FACTORES DE PREVENCIÓN
Las intervenciones de promoción de la salud mental de los adolescentes van orientadas a fortalecer su capacidad para regular sus emociones, potenciar las alternativas a los comportamientos de riesgo, desarrollar la resiliencia para gestionar situaciones difíciles o adversas, y promover entornos y redes sociales favorables.

Es crucial abordar las necesidades de los adolescentes que padecen trastornos de salud mental. En el caso de la salud mental de los adolescentes es clave evitar la institucionalización y la medicalización excesiva, priorizar las soluciones no farmacológicas y respetar los derechos de los niños recogidos en la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos del Niño y otros instrumentos de derechos humanos.

Powered by CamScanner



1. **Autoconciencia**: los adolescentes necesitan desarrollar la conciencia de sus propias fortalezas y debilidades y esto lo habilita para reconocer con mayor facilidad la fortalezas y debilidades. Los adolescentes también deben ser conscientes de sus emociones, de su lenguaje corporal y de sus necesidades.

2. **Empatía**. Los adolescentes deben tener la facultad de conectarse con los demás, un ser empático genera confianza creando una atmosfera positiva para el desarrollo del talento y los mejores resultados. La empatía también se traduce en ayudar y ponerse en el lugar de los demás, lo que contribuye a disminuir el desgaste y el estrés cotidiano.

3. **Inteligencia emocional:** Los líderes deben poder leer a los miembros de su equipo e identificar sus emociones. La inteligencia emocional cultiva tanto el balance como la congruencia y permite que el líder se conecte efectivamente con los demás. Favorece que su presencia sea una referencia en momentos críticos. En el momento en que el líder pierde el balance emocional, debilita su credibilidad y su capacidad de inspirar y dirigir. Aquellos que no pueden lidiar con emociones desagradables son más reactivos y tienden a mostrar un comportamiento más agresivo o pasivo-agresivo. La alfabetización emocional es crítica para que los "Líderes Psicológicamente Seguros" desarrollen su tolerancia al estrés.

Powered by CamScanner



FUENTE DE VERIFICACIÓN (Control de asistencia)

Powered by CamScanner