PROCESO DE EMPODERAMIENTO COMUNITARIO

N°4145.020.14.84.156

Informe proceso de empoderamiento comunitario sobre factoresprotectores de la salud y principales enfermedades del curso de vida, la salud mental para familiares y pacientes desde sus cuidados emocionales. y adultez y vejez al grupo de madres comunitarias de Coomacovalle de la comuna 11 Y 13 – Barrio el Diamante y San Pedro.

1. Datos generales
   Fecha: 04- julio del 2023
   Lugar: PRESENCIAL – Caseta comunal
   Dirección: carrera 31 # 38 - 26
   Horario: 02:00 pm – 04:00 pm

   Integrantes: María Claudia Pereira Acosta-Contratista - Luz Mirley Solís Sinisterra -Contratista- Nasly Viviana Vargas -Auxiliar de enfermería de Coomacovalle, ver listado de asistencia.

Objetivo: Realizar capacitación para la salud a grupo de madres comunitarias de Coomacovalle de los barrios el Diamante y San Pedro de las comunas 11 y 13, en la implementación de prácticas de vida saludable y prevención de cáncer de cérvix, en el marco de la resolución 3280 y la salud mental desde sus cuidados emocionales.

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

primer momento presentación y listado de asistencia.

segundo momento capacitación en implementación de prácticas de vidas saludables y prevención del cáncer de cérvix y Psico educación desde lo emocional

tercera actividad lúdica con referencia a la salud mental y las emociones

cuarta Retroalimentación y lluvia de ideas de la actividad ejecutada.

3. Desarrollo de la jornada:

   Inicia la capacitación haciendo énfasis en los siguientes temas:
   Implementaciones prácticas de vidas saludables, factores proectetores de la salud cardiovascular, alimentación saludable, no consumo de alcohol, actividad física, no consumo de cigarrillo, menos sal menos presión arterial, menor riesgo

accidente cerebro vascular, menos carnes rojas prevenimos el cáncer de colon, importancia del consumo diario de frutas y verduras se recomienda 5 porciones al día entre frutas y verduras, definición de obesidad, se informa que hay que continuar con la actividad física como mínimo 3 veces a la semana 30 minutos.

- Cáncer de cuello uterino: abordando el tema desde la concepción que tiene la comunidad sobre la enfermedad, seguido de los Signos de Alarma tales como: La mayoría de las mujeres no tienen signos ni síntomas de precáncer. En muchas mujeres con cáncer de cuello uterino en estadio temprano, los síntomas generalmente aparecen. En mujeres con cáncer avanzado y metastásico, los síntomas pueden ser más graves dependiendo de los tejidos y órganos a los que se ha diseminado la enfermedad. La causa de un síntoma puede ser una afección médica diferente que no es cáncer, por lo que las mujeres deben buscar atención médica si presentan un nuevo síntoma que no desaparece. Sin embargo puede aparecer los siguientes signos y síntomas, Manchas de sangre o sangrado leve entre o después de la menstruación, Sangrado menstrual que es más prolongado y abundante que lo habitual, Sangrado después del coito, el lavado genital o el examen pélvico, Mayor secreción vaginal, Dolor durante las relaciones sexuales, Sangrado después de la menopausia, Dolor de espalda y/o pélvico persistente y sin razón aparente; factores de riesgo como Infección por virus del papiloma humano (VPH) , Tabaquismo, Un sistema inmunitario debilitado, Infección con clamidia, Una alimentación con pocas frutas y verduras, Tener sobrepeso, Uso prolongado de anticonceptivos orales (píldoras para la regulación de la natalidad) Uso de un dispositivo intrauterino, no haber tenido hijos y nunca haber lactado, terapia de reemplazo hormonal prolongada, obesidad, sedentarismo y consumo abusivo de alcohol, mecanismo de acción del VPH, toma de muestra para citología, colposcopia, VPH, virus del papiloma humano, riesgo de lesiones cancerígenas, como es la historia natural de la infección por VPH, tamización para cáncer de cérvix según edades.

  Se habla sobre la sensibilización vacunación VPH.



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

- Se empieza asociando las emociones desde como yo las identifico, que es para mí una emoción y como yo manifiesto mis emociones en relacion a los demás, a partir de esta orientación se les brinda un espacio de lluvia de ideas a los asistentes con la finalidad de saber que tato sabemos y a través de sus experiencias de vida poder abarcar la profundización del mismo, cuando ellos logran identificar sus propias emociones se hacen la elaboración de ejemplos y pautas de cómo se pueden enfrentar un diagnostico o una situación alterna que conlleva a dificultades de desequilibrio mental y emocional.

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

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

  - Preguntas: se brinda espacio para preguntas donde se aclaran dudas se motiva a la comunidad en la continuidad de replicar la

información en todos los entornos que ellos circulen como el comunitario y hogar.

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

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

4. Compromisos:

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

Atentamente,

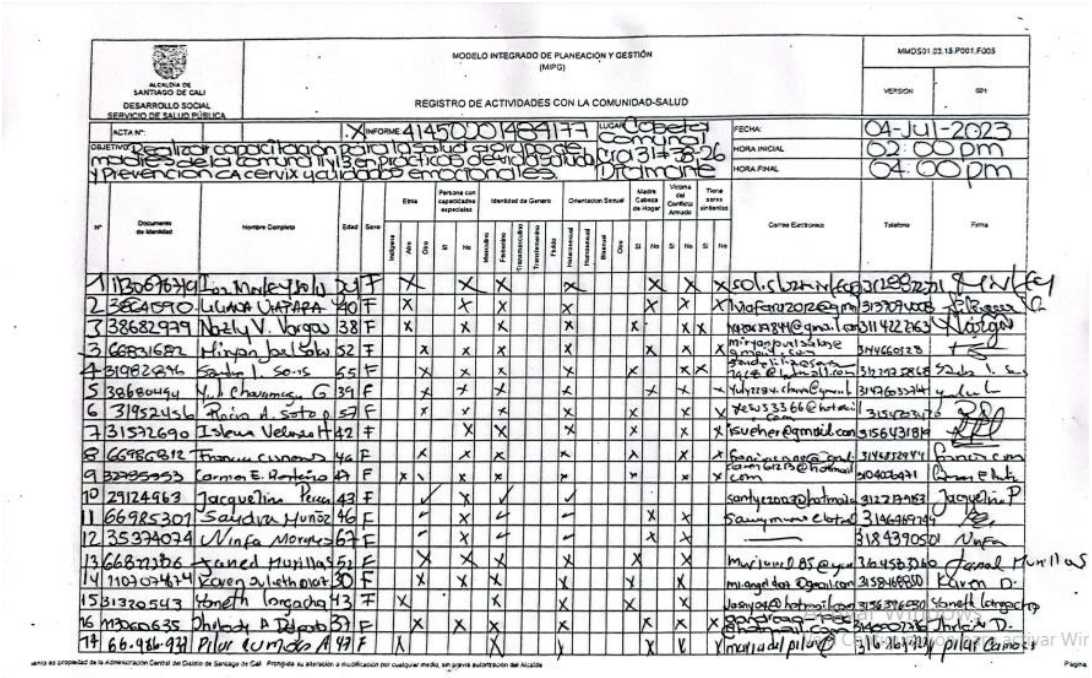
MARIA CLAUDIA PEREIRA ACOSTA
Subgrupo Adultez y Vejez.
Secretaria de Salud Pública Cali

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

PROCESO DE EMPODERAMIENTO COMUNITARIO

N°4145.020.14.84.156

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



MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MIPG)

ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI
DESARROLLO SOCIAL
SERVICIO DE SALUD PÚBLICA

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD

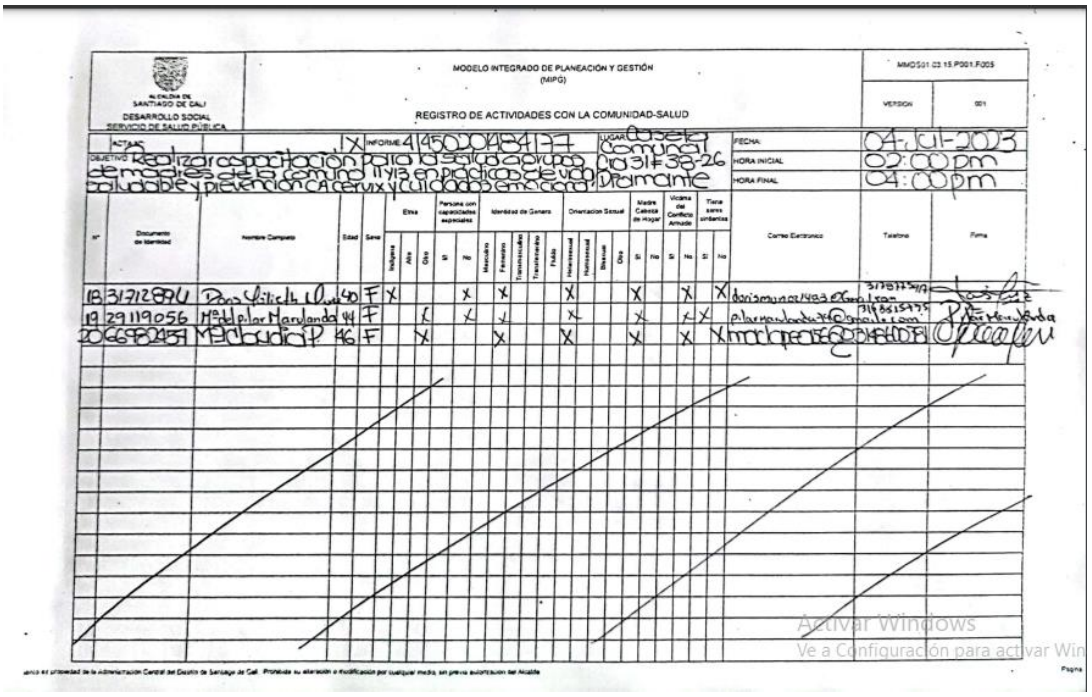
MMQS01.03.15.P001.F005 | VERSION 001

ACTA N°: X | INFORME 4145020149177 | LUGAR Cabeza comunal cra 31#38-26 | FECHA: 04-Jul-2023 | HORA INICIAL: 02:00 pm | HORA FINAL: 04:00 pm

OBJETIVO: Realizar capacitación para la salud a grupos de madres de la comuna 11 y 13 en practicas de vida saludable y prevención CA cervix y cuidados emocionales. Diligenciado

N°	Documento de Identidad	Nombre Completo	Edad	Sexo	Etnia: Indígena	Etnia: Afro	Etnia: Otro	Persona con capacidades especiales: Si	Persona con capacidades especiales: No	Identidad de Genero: Masculino	Identidad de Genero: Femenino	Identidad de Genero: Transexualizado	Identidad de Genero: Transformista	Identidad de Genero: Fluido	Orientación Sexual: Heterosexual	Orientación Sexual: Homosexual	Orientación Sexual: Bisexual	Orientación Sexual: Otra	Madre Cabeza de Hogar: Si	Madre Cabeza de Hogar: No	Victima del Conflicto Armado: Si	Victima del Conflicto Armado: No	Tiene seres sintientes: Si	Tiene seres sintientes: No	Correo Electronico	Telefono	Firma
1	1130676740	Lina Marley Yalo	24	F		X			X	X					X					X		X		X	sol.s[illegible]	3[illegible]	
2	38641990	LILIANA VALLEJO	40	F		X			X	X					X					X		X		X	[illegible]	3137971008	
3	38682999	Nazly V. Vargas	38	F		X			X	X					X				X			X	X		[illegible]	3114222463	
3	66831682	Mirian Jaramillo	52	F			X		X	X					X					X		X		X	mirianjaramillo[illegible]	3146601223	
4	31982896	Sandra L. Soto	55	F			X		X	X					X				X			X	X		[illegible]	3127932868	
5	38680494	Y. J. Chavarriaga G	39	F			X		X	X					X					X		X		X	[illegible]	3147603744	
6	31952456	Reina d. soto o	57	F			X		X	X					X				X			X		X	[illegible]	3154723[illegible]	
7	31572690	Idelma Velasco H	42	F					X	X					X				X			X		X	[illegible]	3156431818	
8	66986812	Francia Cuevas	46	F			X		X	X					X				X			X		X	[illegible]	3146[illegible]	
9	32795553	Carmen E. Pantoja	49	F		X			X	X					X					X		X		X	[illegible]	3040[illegible]	
10	29124963	Jacqueline Perea	43	F			X		X	X					X										santy[illegible]	3127[illegible]	
11	66985309	Saldiva Muñoz	46	F			X		X	X					X					X		X			[illegible]	3146[illegible]	
12	35374074	Nilfa Moreno	67	F			X		X	X					X					X		X			[illegible]	3184[illegible]	
13	66877386	Janed Murillas	51	F			X		X	X					X					X		X			Mu[illegible]	3[illegible]	
14	1103076474	Karen Julieth Diaz	30	F			X		X	X					X					X		X			mi.angel[illegible]	3158[illegible]	
15	31320543	Yaneth Longacha	43	F		X				X					X					X		X			Jasmy[illegible]	3156[illegible]	
16	1130600635	Orlady A Delgado	31	F			X		X	X					X					X		X		X	[illegible]	3[illegible]	
17	66.986.971	Pilar Cumbe A	47	F		X				X										X		X			[illegible]	316[illegible]	

Activar Windows
Ve a Configuración para activar Wi



MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MIPG)

ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI
DESARROLLO SOCIAL
SERVICIO DE SALUD PÚBLICA

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD

MMQS01.03.15.P001.F005 | VERSION 001

ACTA N°: X | INFORME 4145020149177 | LUGAR Cabeza comunal cra 31#38-26 | FECHA: 04-Jul-2023 | HORA INICIAL: 02:00 pm | HORA FINAL: 04:00 pm

OBJETIVO: Realizar capacitación para la salud a grupos de madres de la comuna 11 y 13 en practicas de vida saludable y prevención CA cervix y cuidados emocionales. Diligenciado

N°	Documento de Identidad	Nombre Completo	Edad	Sexo	Etnia: Indígena	Etnia: Afro	Etnia: Otro	Persona con capacidades especiales: Si	Persona con capacidades especiales: No	Identidad de Genero: Masculino	Identidad de Genero: Femenino	Identidad de Genero: Transexualizado	Identidad de Genero: Transformista	Identidad de Genero: Fluido	Orientación Sexual: Heterosexual	Orientación Sexual: Homosexual	Orientación Sexual: Bisexual	Orientación Sexual: Otra	Madre Cabeza de Hogar: Si	Madre Cabeza de Hogar: No	Victima del Conflicto Armado: Si	Victima del Conflicto Armado: No	Tiene seres sintientes: Si	Tiene seres sintientes: No	Correo Electronico	Telefono	Firma
18	31712894	Dora Lilieth Ordoñez	40	F	X				X	X					X					X		X		X	[illegible]	3178[illegible]	
19	29119056	Maria pilar Marulanda	44	F		X			X	X					X					X		X	X		pilarmarulanda[illegible]	3148615[illegible]	
20	66982459	Maria cruz P	46	F		X				X					X					X		X			[illegible]		

Activar Windows
Ve a Configuración para activar Win

ALCALDIA DE
SANTIAGO DE CALI

PROCESO DE EMPODERAMIENTO COMUNITARIO
N°4145.020.14.84.156







