PROCESO GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO

FORMATO INFORME MENSUAL EJECUCIÓN CONTRACTUAL

Barranquilla, Octubre de 2023

Señor(a)
JORGE LUIS PEDROZA CABALLERO
SUPERVISOR(A) CONTRATO No. **5401765**
Coordinador Académico Artes Gráficas
SST
Barranquilla

Asunto: Informe mensual de ejecución contractual Mes Octubre del año 2023

Referencia: No 5401765 del año 2023

LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO, identificado con la cédula de ciudadanía No. 32.870.352 de Santo Tomas, en mi calidad de Contratista del SENA, en SST, en cumplimiento del Contrato de Prestación de Servicios de la referencia, a continuación, presento el Informe de actividades realizadas en el mes objeto de cobro.

Valor y forma de Pago: b). un pago correspondiente al mes de Octubre de 2023 por valor de (3.768.280). Los honorarios serán pagados por el SENA al contratista de acuerdo al cronograma definido por la Dirección Administrativa y Financiera de la Dirección General, en la cuenta de Ahorros No. 76993268506 Bancolombia, cuyo titular es el Contratista.

Plazo: Será hasta el 15 de Diciembre de 2023.

OBJETO: Desarrollar formación profesional por competencias laborales, mediante la estrategia de aprendizaje por proyectos en los programas de formación de SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO, SISTEMAS INTEGRADOS DE GESTION , participando en los equipos de diseño y desarrollo curricular y gestionando las actividades y proyectos a

través de las tecnologías de la información y la comunicación que brinda la entidad, atendiendo las políticas institucionales y la normatividad vigente

Obligaciones Especificas: (Trascriba las obligaciones específicas del contrato, dentro del siguiente cuadro)

No	Obligaciones	Acciones realizadas	Evidencias
1	Desarrollar formación profesional por competencias laborales, mediante la estrategia de aprendizaje por proyectos en los programas de formación de seguridad y salud en el trabajo, sistemas integrados de gestión, participando en los equipos de diseño y desarrollo curricular y gestionando las actividades y proyectos a través de las tecnologías de la información y la comunicación que brinda la entidad, atendiendo las políticas institucionales y la normatividad vigente.	Actividad de aprendizaje 1: AA1 Analizar los aspectos que contempla la política pública en salud mental en Colombia. Actividad de aprendizaje 2: AA2 Identificar los riesgos y determinantes sociales que pueden afectar la salud mental. Actividad de aprendizaje 3: AA3 Reconocer las rutas de atención que puede activar en caso de ser víctima de violencia o tener alguna alteración mental. Actividad de aprendizaje 4: AA4 Desarrollar plan de acción personal para la prevención, del estrés y disminución de exposición a riesgos en salud mental Resultados de aprendizaje a alcanzar: 230101222-01 Reconocer lineamientos	Fichas : 2854956 prevención en salud mental 2854957 prevención en salud mental 2854958 prevención en salud mental 2854959 prevención en salud mental

		de política pública en salud mental de acuerdo con normatividad vigente. 230101222-02 Determinar los riesgos psicosociales individuales y colectivos teniendo en cuenta las condiciones del entorno. 230101222-03 Prevenir la exposición frente al riesgo en salud mental teniendo en cuenta el enfoque de derechos, rutas de integrales de atención y restablecimiento 230101222-04 Fomentar estilos de vida saludable que mejoren las condiciones de convivencia, manejo del estrés y disminuyan la exposición al riesgo de consumo de sustancias psicoactivas según estrategias definidas en lineamientos de política pública.	

A continuación, relaciono los desplazamientos que realicé previo a la presentación de este informe. Una vez finalizado cada desplazamiento presenté al ordenador del gasto el informe en el Formato Informe Legalización Desplazamiento Contratista GTH-F-087, en el que se describieron las actividades desarrolladas y los resultados de cada desplazamiento. Cada informe cuenta con el visto bueno del Supervisor.

Se lista a continuación el soporte de la legalización de los desplazamientos realizados, los cuales forman parte integral del presente informe de ejecución contractual.

ITEM	No DE LA ORDEN DE VIAJE	LUGAR DE DESPLAZAMIENTO	FECHA DE DESPLAZAMIENTO INICIAL	FECHA DE DESPLAZAMIENTO FINAL

Nota 1: Por cada desplazamiento que haya realizado el contratista, adjuntará el respectivo informe que la soporte. En caso de haber realizado el desplazamiento en fecha posterior a la presentación del informe de ejecución contractual, deberá reportarlo en el siguiente informe de ejecución contractual.

Para el trámite de la cuenta me permito adjuntar: Documentos electrónicos enunciados como evidencias del cumplimiento de las obligaciones contractuales y los desplazamientos realizados y el No. 9457686714 de la planilla, operador y periodo. (Decreto Ley 2106 de 2019 – “Decreto Ley Antitrámites”)

Evidencias en () folios

Cordialmente,

LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO

Contratista

C.C. No. 32.870.352

Recibí a satisfacción:

JORGE LUIS PEDROZA CABALLERO

Supervisor(a) Contrato 5401765 de 2023

Coordinador Académico Artes Gráficas

EVIDENCIA DE EJECUCIÓN DE LA FORMACIÓN MEDIADA POR TIC

MES DE OCTUBRE DE 2023

NOMBRES Y APELLIDOS DEL INSTRUCTOR: LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO

NOMBRE DE LA COMPETENCIA

MODALIDAD: COMPLEMENTARIA VIRTUAL

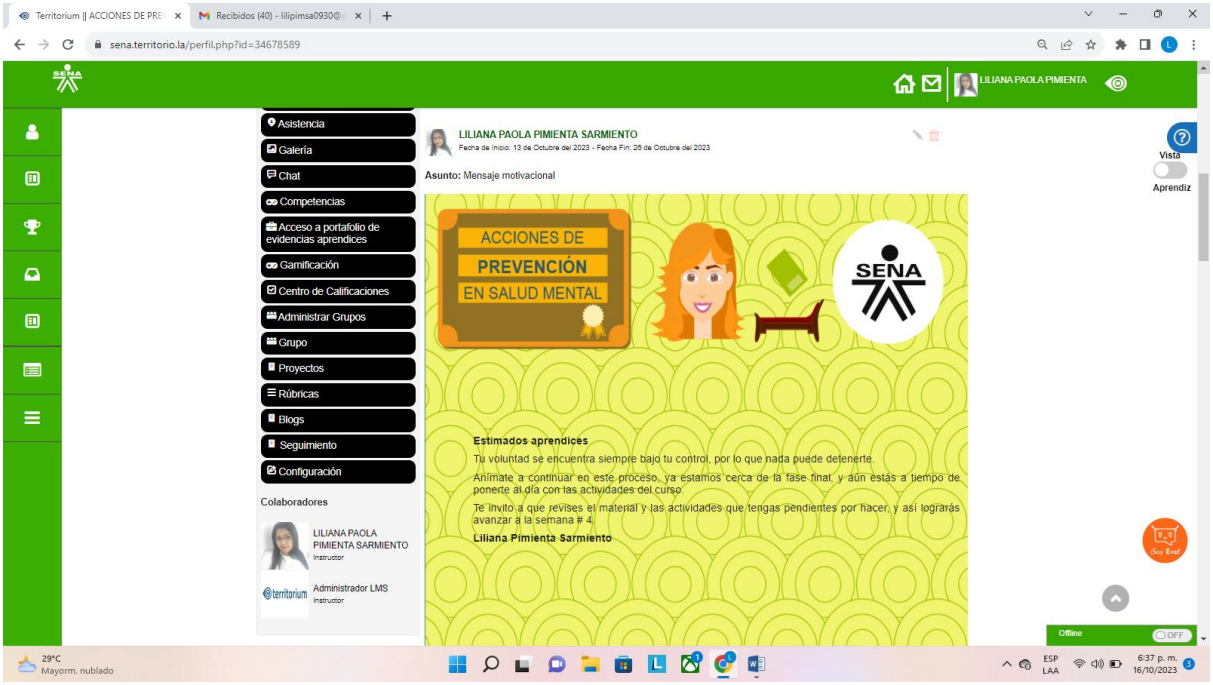
RESULTADOS DE APRENDIZAJE A ALACANZAR:

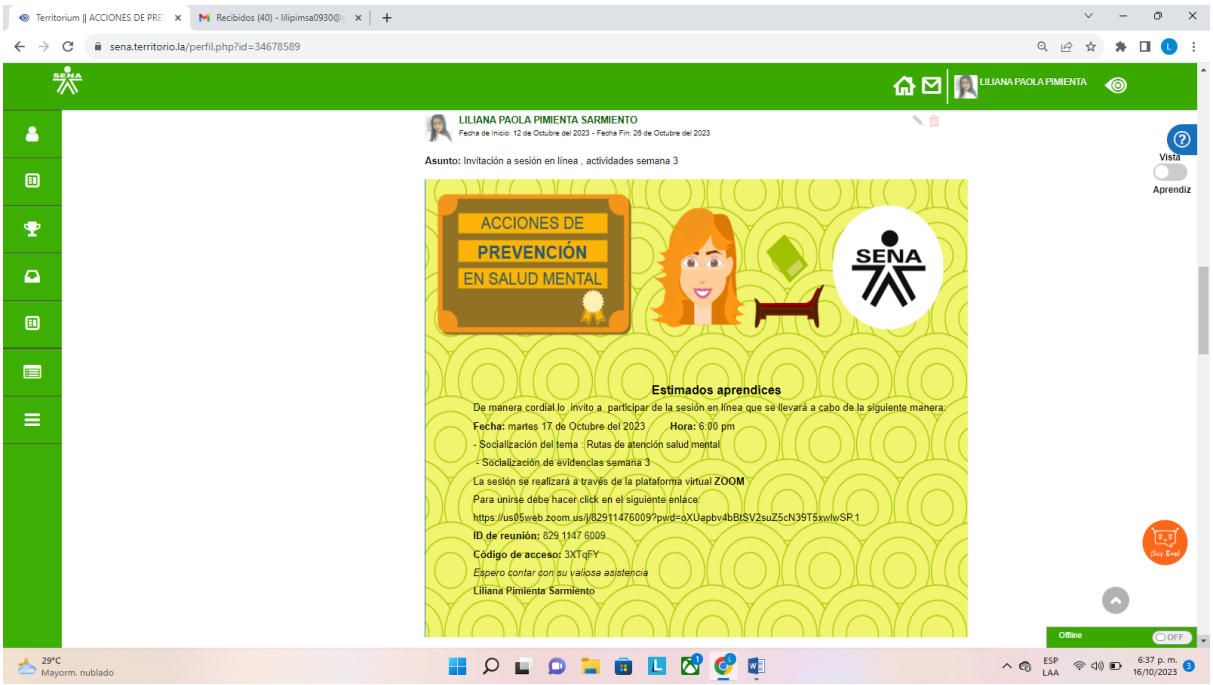
1- 230101222-01 Reconocer lineamientos de política pública en salud mental de acuerdo con normatividad vigente.
2- 230101222-02 Determinar los riesgos psicosociales individuales y colectivos teniendo en cuenta las condiciones del entorno.
3- 230101222-03 Prevenir la exposición frente al riesgo en salud mental teniendo en cuenta el enfoque de derechos, rutas de integrales de atención y restablecimiento
4- 230101222-04 Fomentar estilos de vida saludable que mejoren las condiciones de convivencia, manejo del estrés y disminuyan la exposición al riesgo de consumo de sustancias psicoactivas según estrategias definidas en lineamientos de política pública.

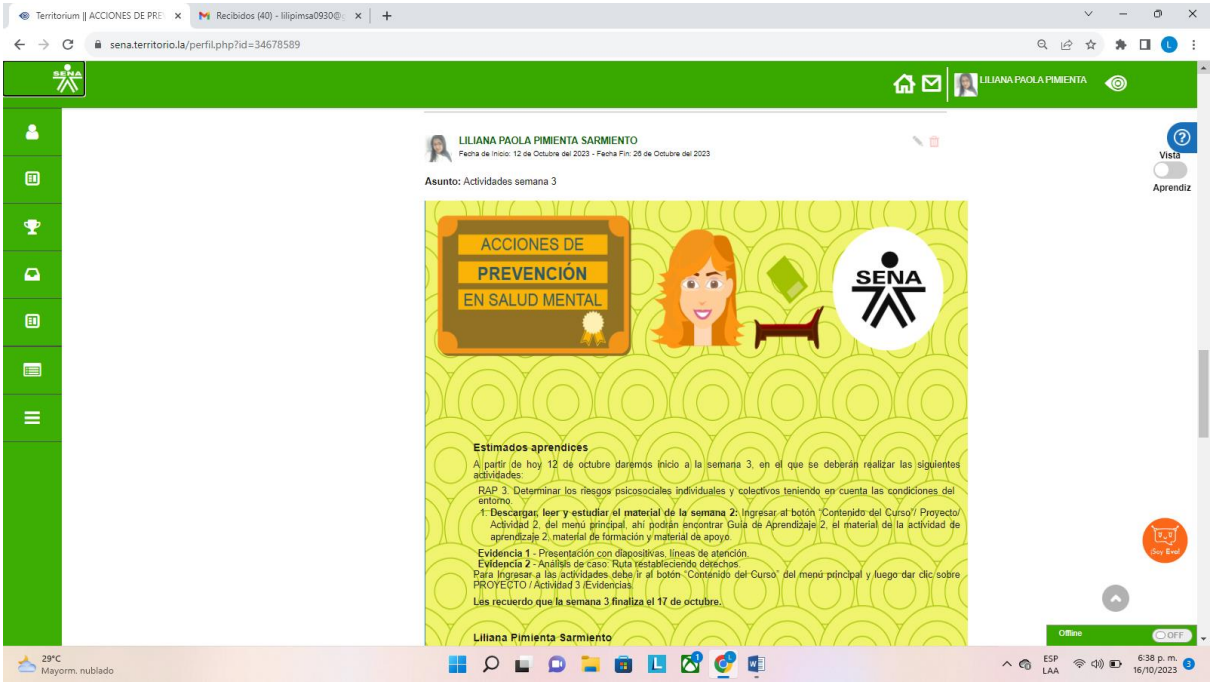
FICHAS ASIGNADAS:

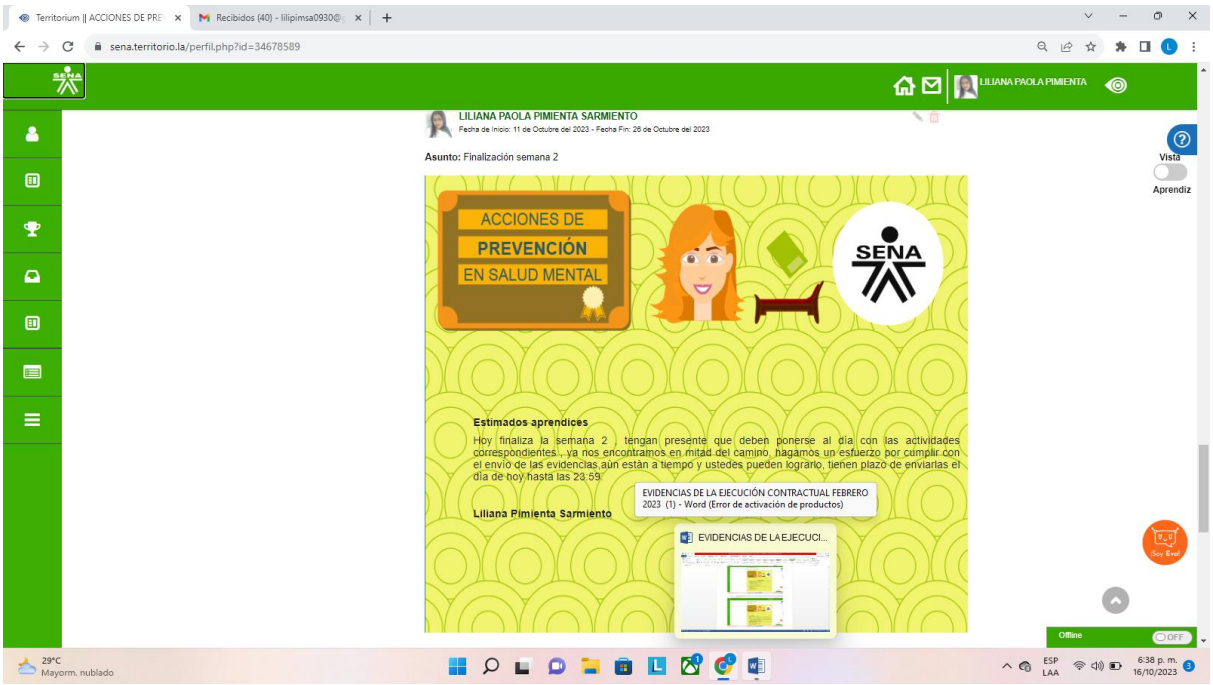
PREVENCIÓN EN SALUD MENTAL	2854956	2854957
	2854958	2854959

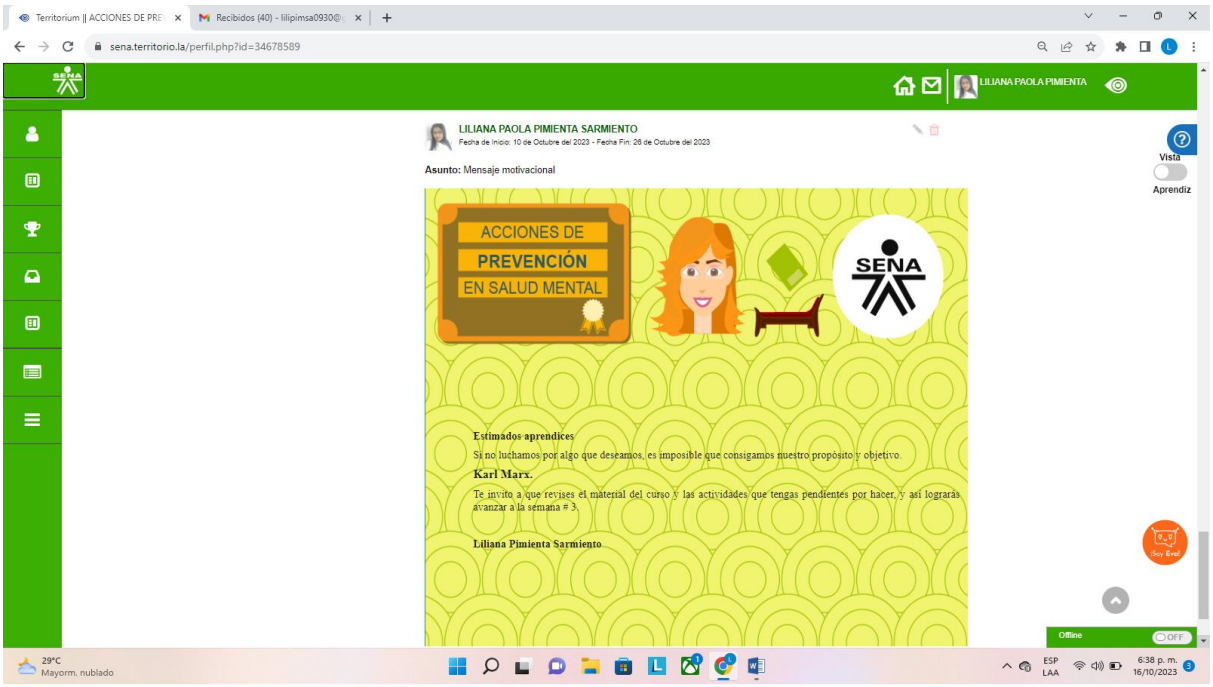
EVIDENCIAS DE LA EJECUCIÒN DE LA FORMACIÓN:

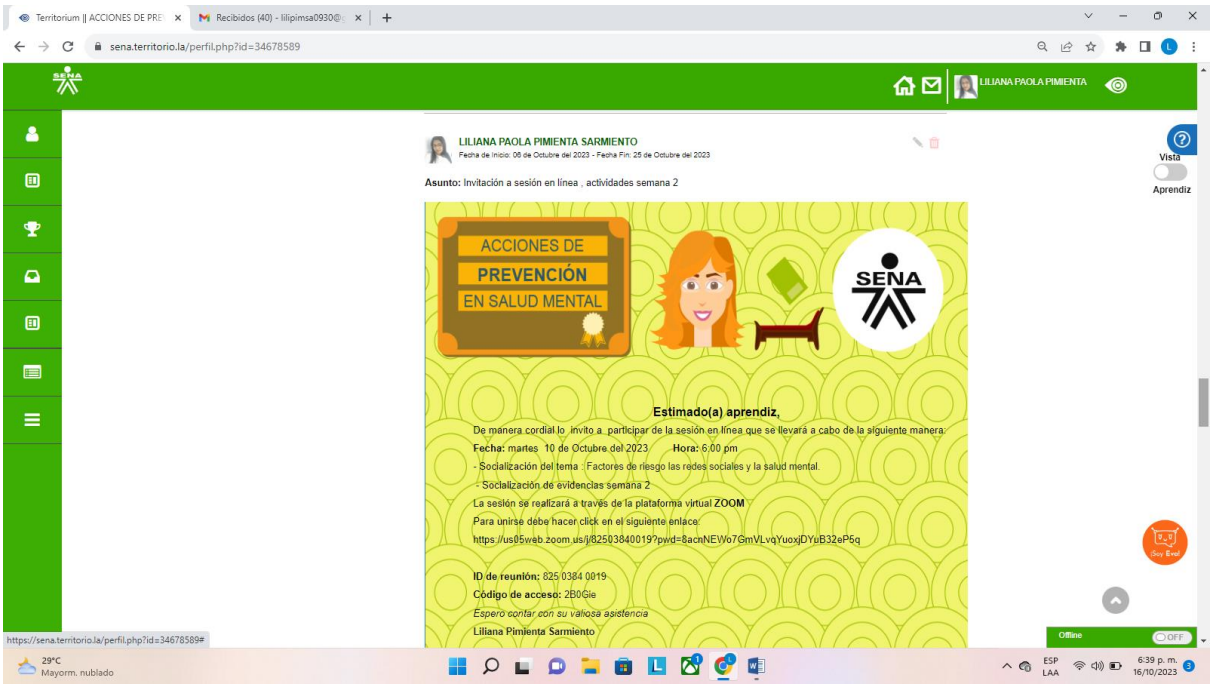

Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
Asistencia
Galería
Chat
Competencias
Acceso a portafolio de evidencias aprendices
Gamificación
Centro de Calificaciones
Administrar Grupos
Grupo
Proyectos
Rúbricas
Blogs
Seguimiento
Configuración
Colaboradores
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Instructor
Administrador LMS
Instructor
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 13 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 26 de Octubre del 2023
Asunto: Mensaje motivacional
ACCIONES DE PREVENCIÓN EN SALUD MENTAL
SENA
Estimados aprendices
Tu voluntad se encuentra siempre bajo tu control, por lo que nada puede detenerte.
Anímate a continuar en este proceso, ya estamos cerca de la fase final, y aún estás a tiempo de ponerte al día con las actividades del curso.
Te invito a que revises el material y las actividades que tengas pendientes por hacer, y así lograrás avanzar a la semana # 4.
Liliana Pimienta Sarmiento
Vista
Aprendiz
Offline
OFF
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:37 p. m.
16/10/2023

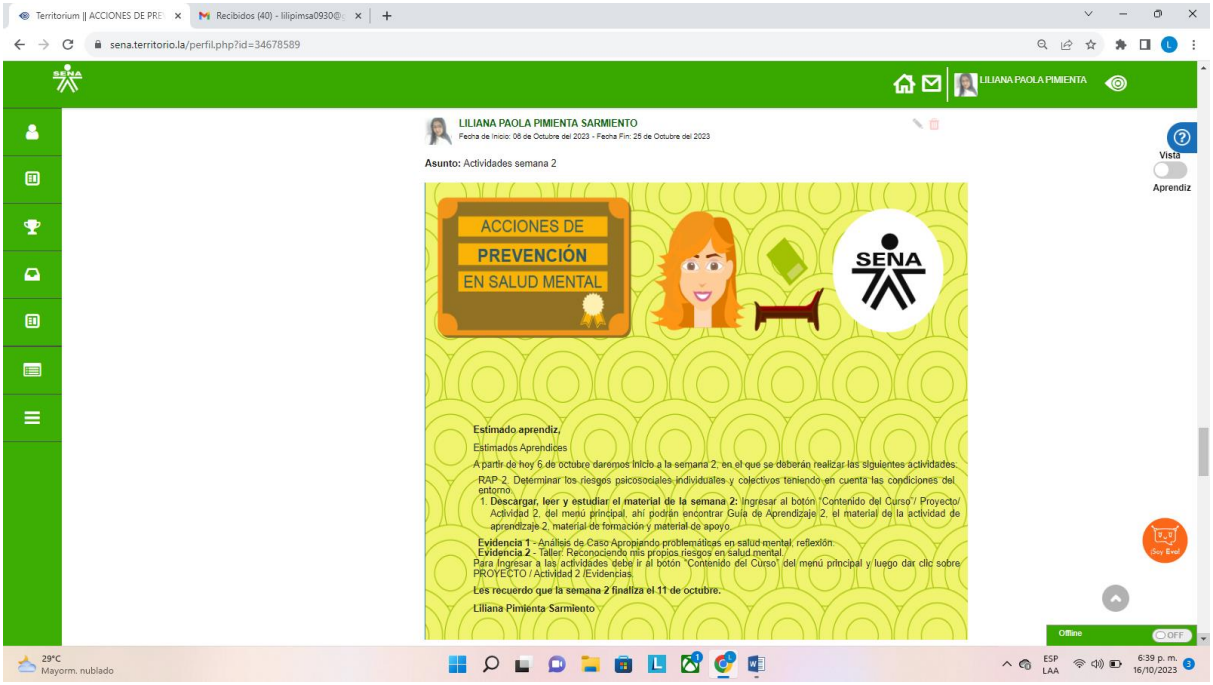

Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 12 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 26 de Octubre del 2023
Asunto: Invitación a sesión en línea , actividades semana 3
ACCIONES DE PREVENCIÓN EN SALUD MENTAL
SENA
Estimados aprendices
De manera cordial lo invito a participar de la sesión en línea que se llevará a cabo de la siguiente manera:
Fecha: martes 17 de Octubre del 2023 Hora: 6:00 pm
- Socialización del tema : Rutas de atención salud mental
- Socialización de evidencias semana 3
La sesión se realizará a través de la plataforma virtual ZOOM
Para unirse debe hacer click en el siguiente enlace:
https://us05web.zoom.us/j/82911476009?pwd=aXUapbv4bBtSV2suZ5cN39T5xwIwSP.1
ID de reunión: 829 1147 6009
Código de acceso: 3XTqFY
Espero contar con su valiosa asistencia
Liliana Pimienta Sarmiento
Vista
Aprendiz
Offline
OFF
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:37 p. m.
16/10/2023

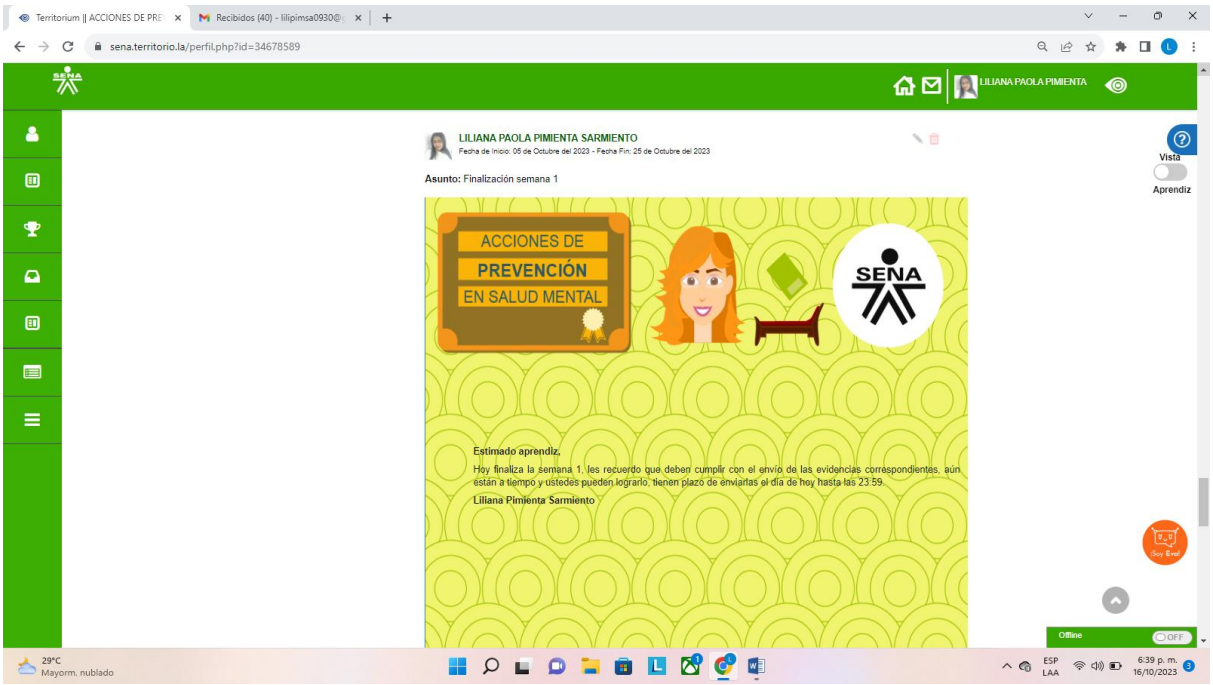

Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 12 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 26 de Octubre del 2023
Asunto: Actividades semana 3
ACCIONES DE
PREVENCIÓN
EN SALUD MENTAL
SENA
Estimados aprendices
A partir de hoy 12 de octubre daremos inicio a la semana 3, en el que se deberán realizar las siguientes actividades:
RAP 3: Determinar los riesgos psicosociales individuales y colectivos teniendo en cuenta las condiciones del entorno.
1. Descargar, leer y estudiar el material de la semana 2: Ingresar al botón "Contenido del Curso"/ Proyecto/ Actividad 2, del menú principal, ahí podrán encontrar Guía de Aprendizaje 2, el material de la actividad de aprendizaje 2, material de formación y material de apoyo
Evidencia 1 - Presentación con diapositivas, líneas de atención.
Evidencia 2 - Análisis de caso: Ruta restableciendo derechos.
Para Ingresar a las actividades debe ir al botón "Contenido del Curso" del menú principal y luego dar clic sobre PROYECTO / Actividad 3 /Evidencias.
Les recuerdo que la semana 3 finaliza el 17 de octubre.
Liliana Pimienta Sarmiento
Vista
Aprendiz
Offline
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:38 p. m.
16/10/2023

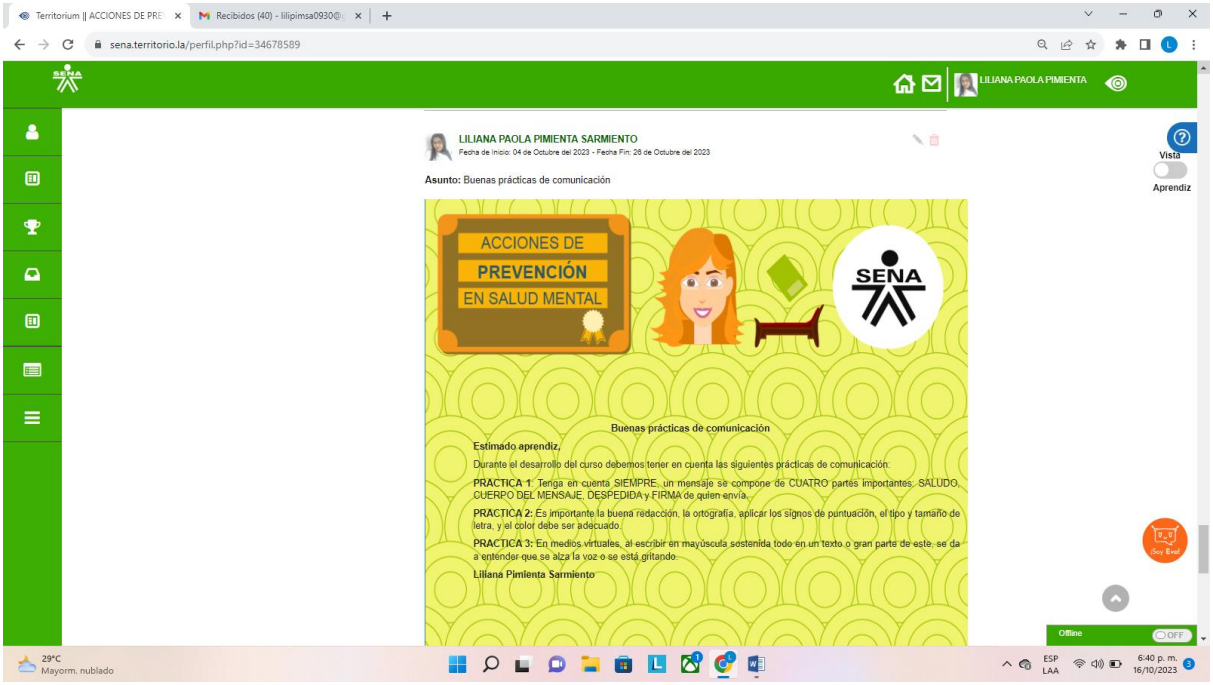

Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 11 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 26 de Octubre del 2023
Asunto: Finalización semana 2
ACCIONES DE
PREVENCIÓN
EN SALUD MENTAL
SENA
Estimados aprendices
Hoy finaliza la semana 2 , tengan presente que deben ponerse al día con las actividades correspondientes , ya nos encontramos en mitad del camino, hagamos un esfuerzo por cumplir con el envío de las evidencias aún están a tiempo y ustedes pueden lograrlo, tienen plazo de enviarlas el día de hoy hasta las 23:59
Liliana Pimienta Sarmiento
EVIDENCIAS DE LA EJECUCIÓN CONTRACTUAL FEBRERO 2023 (1) - Word (Error de activación de productos)
EVIDENCIAS DE LA EJECUCI...
Vista
Aprendiz
Offline
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:38 p. m.
16/10/2023

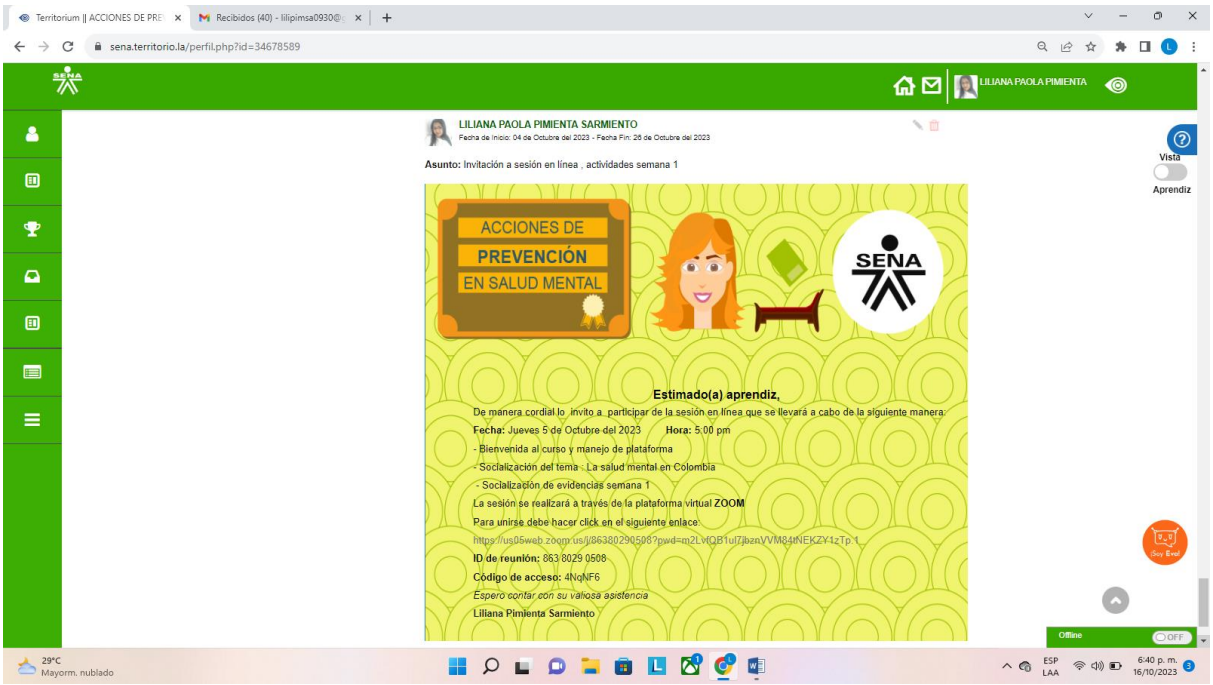

Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 10 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 26 de Octubre del 2023
Asunto: Mensaje motivacional
Vista
Aprendiz
ACCIONES DE
PREVENCIÓN
EN SALUD MENTAL
SENA
Estimados aprendices
Si no luchamos por algo que deseamos, es imposible que consigamos nuestro propósito y objetivo.
Karl Marx.
Te invito a que revises el material del curso y las actividades que tengas pendientes por hacer, y así lograrás avanzar a la semana # 3.
Liliana Pimienta Sarmiento
Offline
OFF
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:38 p. m.
16/10/2023

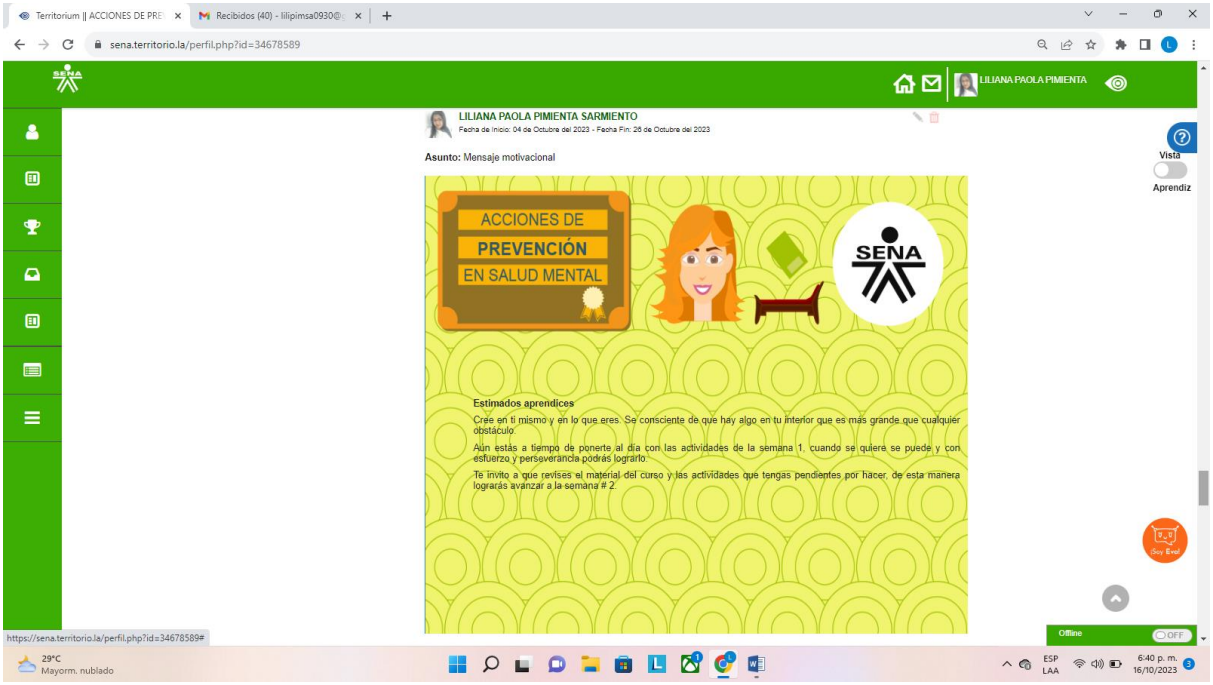

Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 06 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 25 de Octubre del 2023
Asunto: Invitación a sesión en línea , actividades semana 2
Vista
Aprendiz
ACCIONES DE
PREVENCIÓN
EN SALUD MENTAL
SENA
Estimado(a) aprendiz,
De manera cordial lo invito a participar de la sesión en línea que se llevará a cabo de la siguiente manera:
Fecha: martes 10 de Octubre del 2023 Hora: 6:00 pm
- Socialización del tema : Factores de riesgo las redes sociales y la salud mental.
- Socialización de evidencias semana 2
La sesión se realizará a través de la plataforma virtual ZOOM
Para unirse debe hacer click en el siguiente enlace:
https://us05web.zoom.us/j/82503840019?pwd=8acnNEWo7GmVLvqYuoxjDYuB32eP5q
ID de reunión: 825 0384 0019
Código de acceso: 2B0Gie
Espero contar con su valiosa asistencia
Liliana Pimienta Sarmiento
https://sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589#
Offline
OFF
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:39 p. m.
16/10/2023


Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 06 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 25 de Octubre del 2023
Asunto: Actividades semana 2
ACCIONES DE
PREVENCIÓN
EN SALUD MENTAL
SENA
Estimado aprendiz,
Estimados Aprendices
A partir de hoy 6 de octubre daremos inicio a la semana 2, en el que se deberán realizar las siguientes actividades:
RAP 2. Determinar los riesgos psicosociales individuales y colectivos teniendo en cuenta las condiciones del entorno.
1. Descargar, leer y estudiar el material de la semana 2: Ingresar al botón "Contenido del Curso"/ Proyecto/ Actividad 2, del menú principal, ahí podrán encontrar Guía de Aprendizaje 2, el material de la actividad de aprendizaje 2, material de formación y material de apoyo.
Evidencia 1 - Análisis de Caso Apropiando problemáticas en salud mental, reflexión
Evidencia 2 - Taller: Reconociendo mis propios riesgos en salud mental.
Para Ingresar a las actividades debe ir al botón "Contenido del Curso" del menú principal y luego dar clic sobre PROYECTO / Actividad 2 /Evidencias.
Les recuerdo que la semana 2 finaliza el 11 de octubre.
Liliana Pimienta Sarmiento
Vista
Aprendiz
Offline
OFF
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:39 p. m.
16/10/2023


Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 06 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 25 de Octubre del 2023
Asunto: Finalización semana 1
ACCIONES DE
PREVENCIÓN
EN SALUD MENTAL
SENA
Estimado aprendiz,
Hoy finaliza la semana 1, les recuerdo que deben cumplir con el envío de las evidencias correspondientes, aún están a tiempo y ustedes pueden lograrlo, tienen plazo de enviarlas el día de hoy hasta las 23:59.
Liliana Pimienta Sarmiento
Vista
Aprendiz
Offline
OFF
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:39 p. m.
16/10/2023


Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 04 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 26 de Octubre del 2023
Asunto: Buenas prácticas de comunicación
Vista
Aprendiz
ACCIONES DE
PREVENCIÓN
EN SALUD MENTAL
SENA
Buenas prácticas de comunicación
Estimado aprendiz,
Durante el desarrollo del curso debemos tener en cuenta las siguientes prácticas de comunicación:
PRACTICA 1: Tenga en cuenta SIEMPRE, un mensaje se compone de CUATRO partes importantes: SALUDO, CUERPO DEL MENSAJE, DESPEDIDA y FIRMA de quien envía.
PRACTICA 2: Es importante la buena redacción, la ortografía, aplicar los signos de puntuación, el tipo y tamaño de letra, y el color debe ser adecuado.
PRACTICA 3: En medios virtuales, al escribir en mayúscula sostenida todo en un texto o gran parte de este, se da a entender que se alza la voz o se está gritando.
Liliana Pimienta Sarmiento
Offline
OFF
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:40 p. m.
16/10/2023

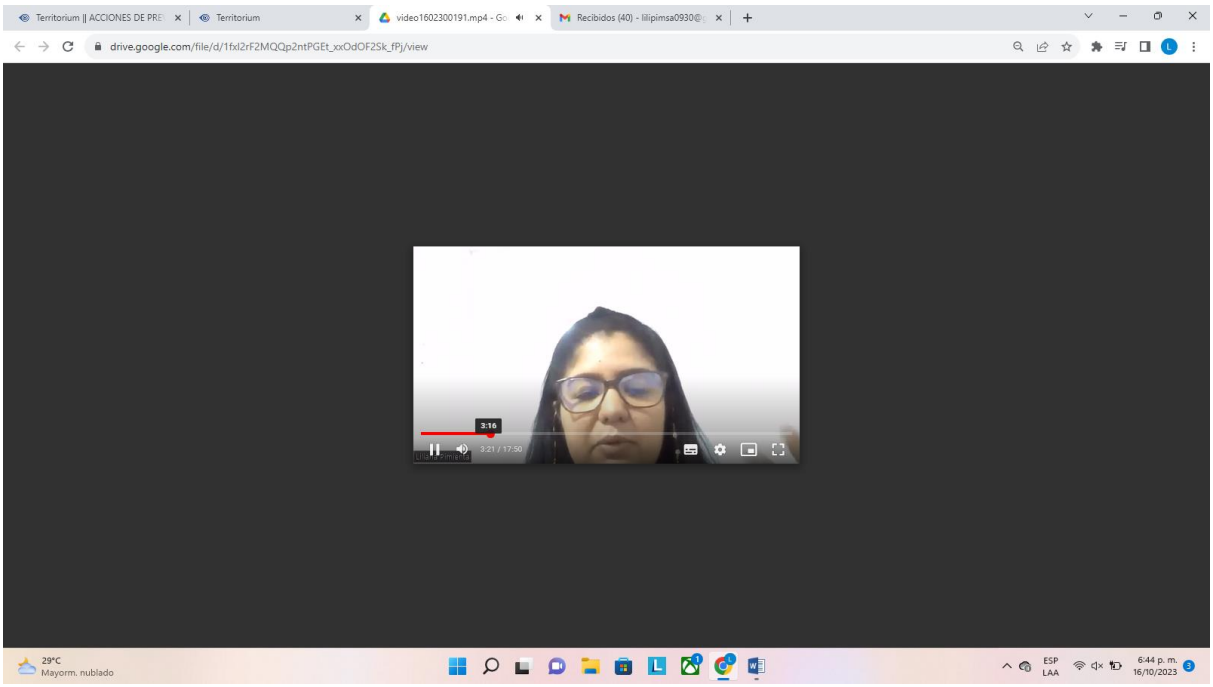

Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 04 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 26 de Octubre del 2023
Asunto: Invitación a sesión en línea , actividades semana 1
Vista
Aprendiz
ACCIONES DE
PREVENCIÓN
EN SALUD MENTAL
SENA
Estimado(a) aprendiz,
De manera cordial lo invito a participar de la sesión en línea que se llevará a cabo de la siguiente manera:
Fecha: Jueves 5 de Octubre del 2023 Hora: 5:00 pm
- Bienvenida al curso y manejo de plataforma
- Socialización del tema : La salud mental en Colombia
- Socialización de evidencias semana 1
La sesión se realizará a través de la plataforma virtual ZOOM
Para unirse debe hacer click en el siguiente enlace:
https://us05web.zoom.us/j/86380290508?pwd=m2LVfQB1ulTjbznVVM84tNEKZY1zTp.1
ID de reunión: 863 8029 0508
Código de acceso: 4NqNF6
Espero contar con su valiosa asistencia
Liliana Pimienta Sarmiento
Offline
OFF
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:40 p. m.
16/10/2023

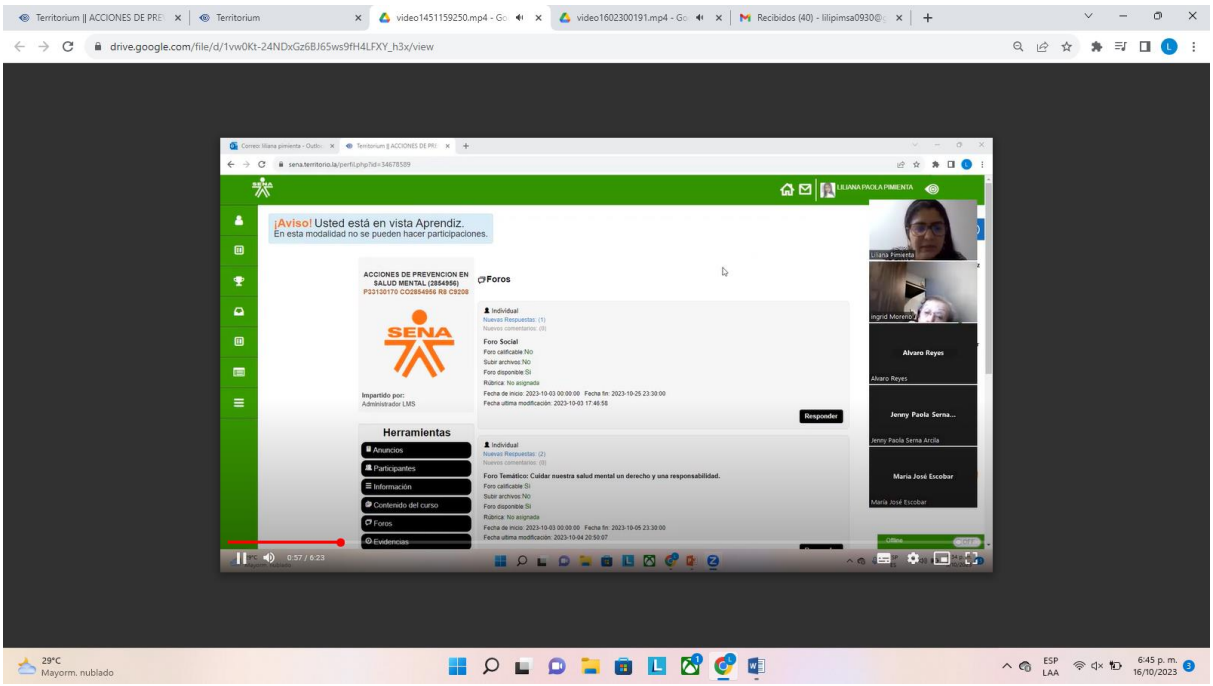

Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 04 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 26 de Octubre del 2023
Asunto: Mensaje motivacional
ACCIONES DE
PREVENCIÓN
EN SALUD MENTAL
SENA
Estimados aprendices
Cree en ti mismo y en lo que eres. Se consciente de que hay algo en tu interior que es más grande que cualquier obstáculo.
Aún estás a tiempo de ponerte al día con las actividades de la semana 1, cuando se quiere se puede y con esfuerzo y perseverancia podrás lograrlo.
Te invito a que revises el material del curso y las actividades que tengas pendientes por hacer, de esta manera lograrás avanzar a la semana # 2
Vista
Aprendiz
Offline
OFF
https://sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589#
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:40 p. m.
16/10/2023

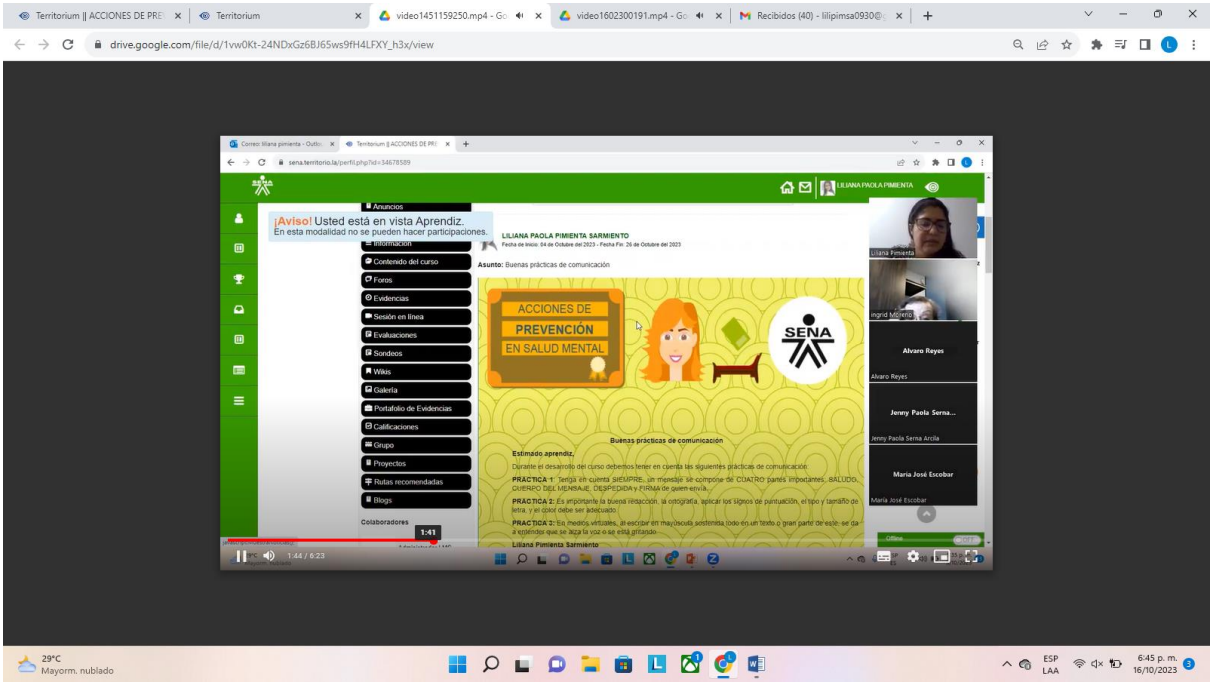

Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 03 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 26 de Octubre del 2023
Asunto: Actividades semana # 1
ACCIONES DE
PREVENCIÓN
EN SALUD MENTAL
SENA
RAP 1. Reconocer lineamientos de política pública en salud mental de acuerdo con normatividad vigente.
Estimados Aprendices, a partir de hoy 29 de septiembre daremos inicio a la semana 1, en el que se deberán realizar las siguientes actividades:
1. Descargar, leer y estudiar el material de la semana 1: Ingresar al botón "Contenido del Curso"/ Proyecto/ Actividad 1, del menú principal, ahí podrán encontrar Guía de Aprendizaje 1, el material de la actividad de aprendizaje 1, videos de apoyo y documentos de apoyo.
2. Evidencia 1 – Ejercicio de organización conceptual. Matriz conceptual
3. Evidencia 2 – Foro temático: cuidar nuestra salud mental, un derecho y una responsabilidad.
Para Ingresar a las actividades debe ir al botón "Contenido del Curso" del menú principal y luego dar clic sobre PROYECTO / Actividad 1 /Evidencias.
Les recuerdo que la semana 1 finaliza el jueves 5 de octubre
Liliana Pimienta Sarmiento.
Vista
Aprendiz
Offline
OFF
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:41 p. m.
16/10/2023

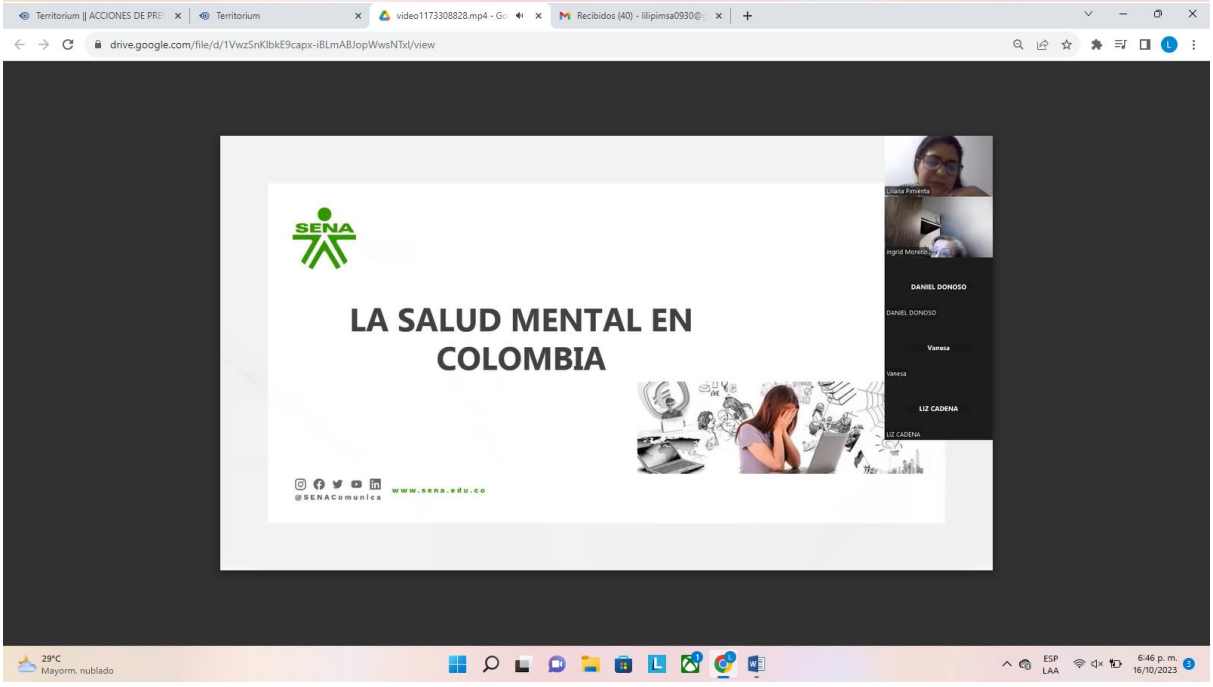

Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 03 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 26 de Octubre del 2023
Asunto: Actividades iniciales
ACCIONES DE
PREVENCIÓN
EN SALUD MENTAL
SENA
Estimado Aprendiz
Al comenzar el curso, deberán realizar cada una de las siguientes actividades iniciales.
1. Recuerde actualizar sus datos personales: Para realizar el proceso de actualización, usted deberá ingresar al contenido del curso, proyecto, actividades iniciales y por ultimo entrar al enlace donde podrá acceder y encontrará un paso a paso de cómo realizar la actualización requerida.
2. Presentarse en el foro social: clic en el enlace "Foros", y seguir las instrucciones del foro. Deber hacer click en el botón responder para hacer su participación.
3. Realizar Sondeo de conocimientos previos: Realizar sondeo inicial que se encuentra en el enlace "Actividades" Actividades Iniciales, del menú principal. Este sondeo no es calificable.
4. Reconocimiento de la Plataforma: Ingresar al enlace "Tutoriales" podrán visualizar los demos oficiales de la plataforma, que les permitirán familiarizarse con ella. Ruta de acceso: Contenido del curso / PROYECTO / Tutoriales.
Liliana Pimienta Sarmiento
Vista
Aprendiz
Offline
OFF
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:41 p. m.
16/10/2023

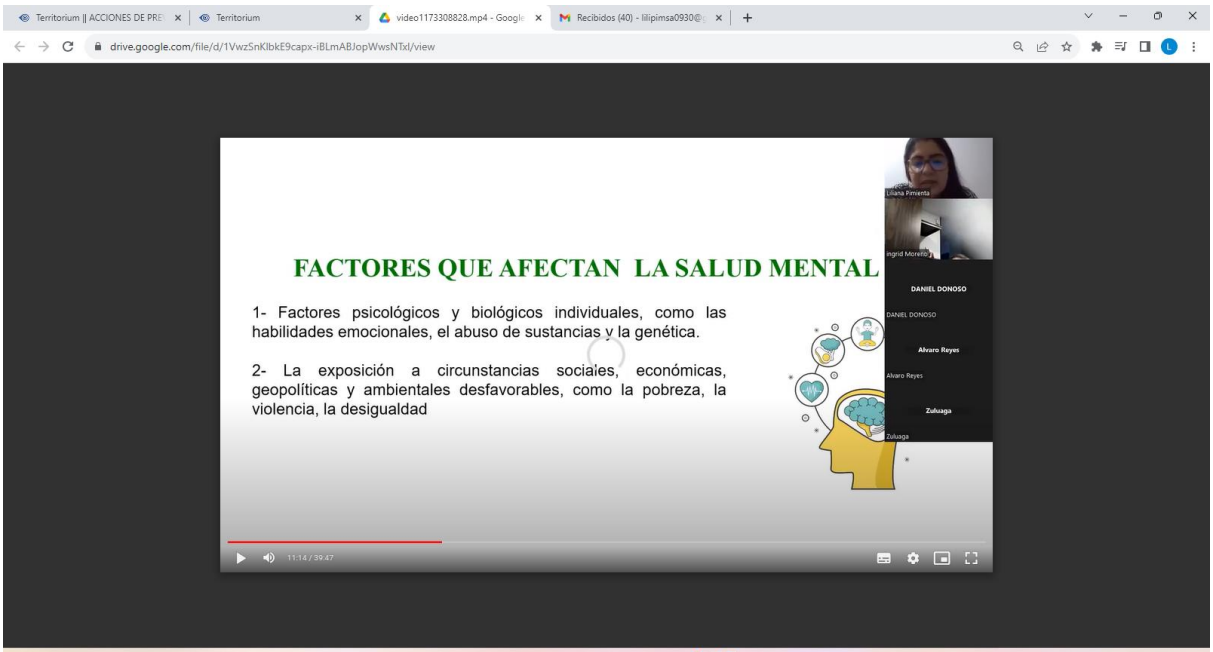

Territorium || ACCIONES DE PRE
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
sena.territorio.la/perfil.php?id=34678589
LILIANA PAOLA PIMIENTA
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Fecha de Inicio: 03 de Octubre del 2023 - Fecha Fin: 26 de Octubre del 2023
Asunto: Bienvenida al curso
ACCIONES DE
PREVENCIÓN
EN SALUD MENTAL
SENA
Estimado aprendiz
El Servicio Nacional de Aprendizaje – SENA – le da la Bienvenida al Programa de Formación ACCIONES DE PREVENCION EN SALUD MENTAL (Ficha 2654956) Mi nombre es Liliana Paola Pimienta Sarmiento, a partir de este momento y durante las próximas semanas los estaré acompañando como su instructora virtual, en este proceso de aprendizaje y estaré disponible para resolver sus dudas y apoyarle en todo lo que requiera para alcanzar sus metas de aprender y certificarse. El curso tiene una duración de 40 horas divididas en (4) semanas que empezaran a correr a partir del 29 de septiembre y como fecha límite de envió de evidencias en plataforma hasta el día jueves 25 de octubre. La fecha de cierre administrativo hasta el día 26 de octubre.
En esta etapa inicial es fundamental que conozca el objetivo del curso, temática, diseño curricular, metodología a desarrollar, criterios a evaluar, resultados de aprendizaje, normas de convivencia, reglas de comportamiento o reglas del curso, etc, y así tenga mayor claridad sobre el proceso de formación que inicia. Por ello debe dirigirse al menú principal que se encuentra al lado izquierdo de la pantalla e ingresar al botón "Contenido del Curso" - "Información del programa" y luego acceder a "Tutoriales" y "Software del programa. El Cronograma de Actividades, lo podrá visualizar ingresando en el botón "Contenido del Curso"/ "Proyecto" y luego en la "Carpeta de Cronograma". Les recuerdo que ahora en adelante la comunicación será exclusivamente a través de los Foros y Mensajería Interna de la plataforma.
Vista
Aprendiz
Offline
OFF
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:41 p. m.
16/10/2023

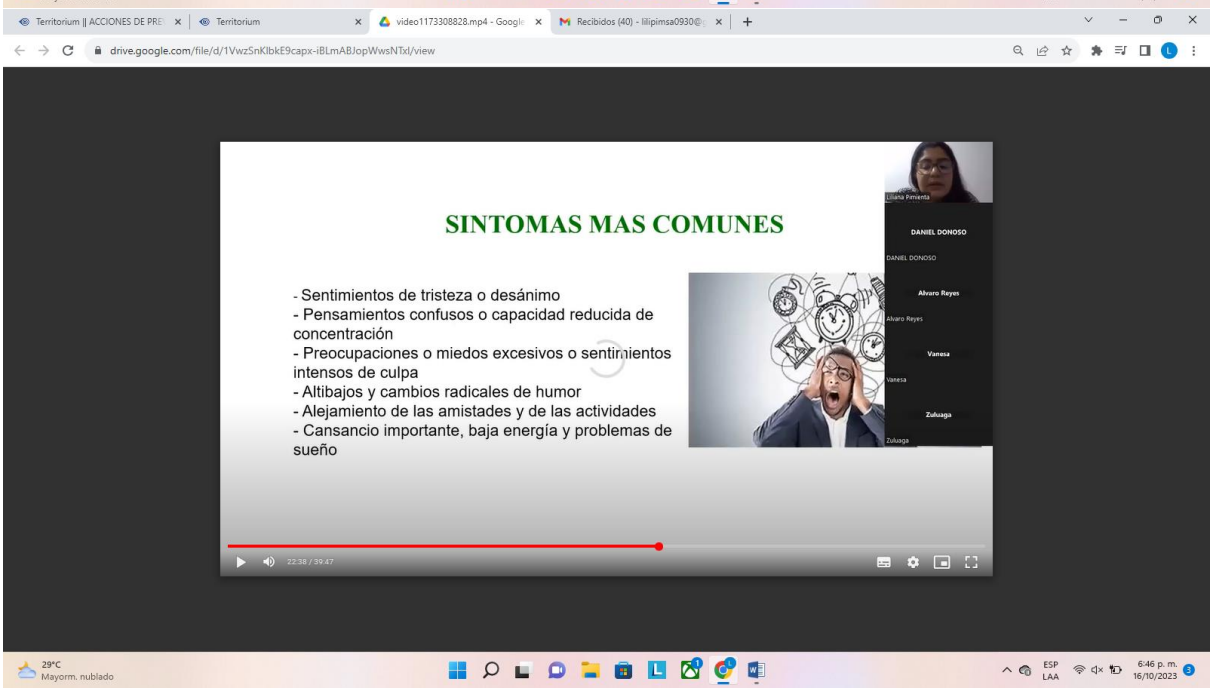

drive.google.com/file/d/1fxl2rF2MQQp2ntPGEt_xxOdOF2Sk_fPj/view
3:16
3:21 / 17:50

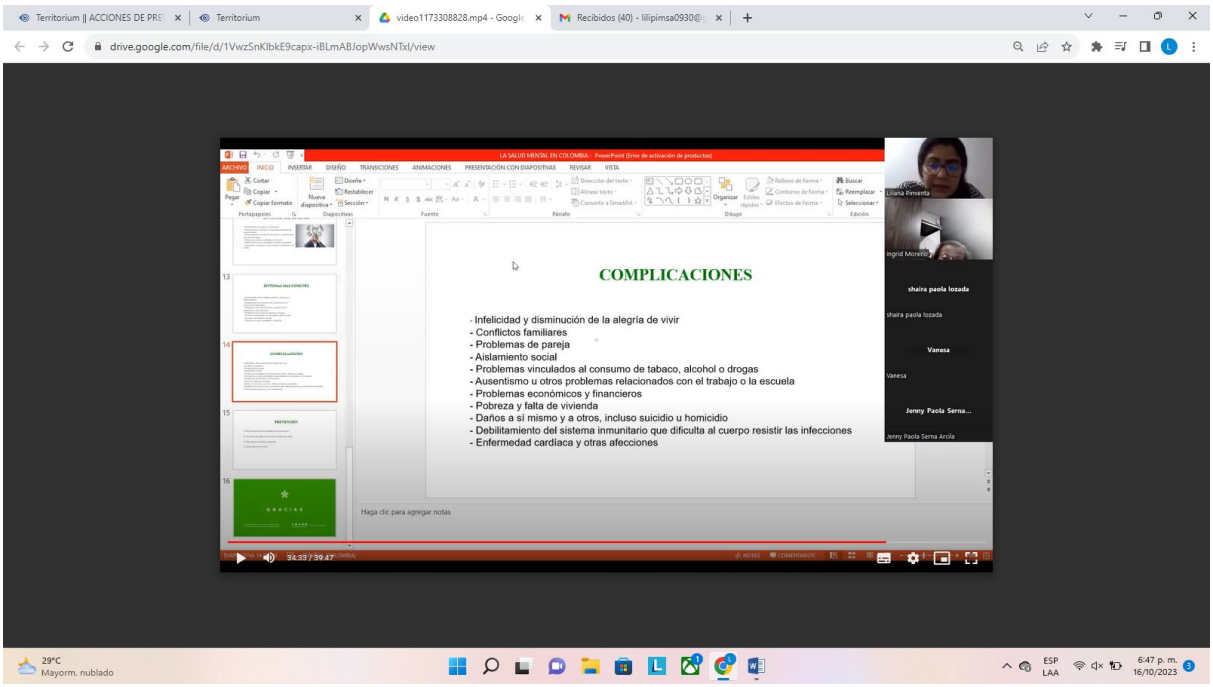

drive.google.com/file/d/1vw0Kt-24NDxGz6BJ65ws9fH4LFXY_h3x/view
¡Aviso! Usted está en vista Aprendiz.
En esta modalidad no se pueden hacer participaciones.
ACCIONES DE PREVENCION EN SALUD MENTAL (2854956)
Foros
Herramientas
Anuncios
Participantes
Información
Contenido del curso
Foros
Evidencias
Foro Social
Foro Temático: Cuidar nuestra salud mental un derecho y una responsabilidad.
Responder
LILIANA PAOLA PIMIENTA
Alvaro Reyes
Jenny Paola Serna...
María José Escobar
0:57 / 6:23


drive.google.com/file/d/1vw0Kt-24NDxGz6BJ65ws9fH4LFXY_h3x/view
¡Aviso! Usted está en vista Aprendiz.
En esta modalidad no se pueden hacer participaciones.
LILIANA PAOLA PIMIENTA SARMIENTO
Asunto: Buenas prácticas de comunicación
ACCIONES DE PREVENCIÓN EN SALUD MENTAL
Buenas prácticas de comunicación
Estimado aprendiz,
Durante el desarrollo del curso debemos tener en cuenta las siguientes prácticas de comunicación:
Liliana Pimienta Sarmiento
Alvaro Reyes
Jenny Paola Serna...
María José Escobar
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:45 p. m.
16/10/2023

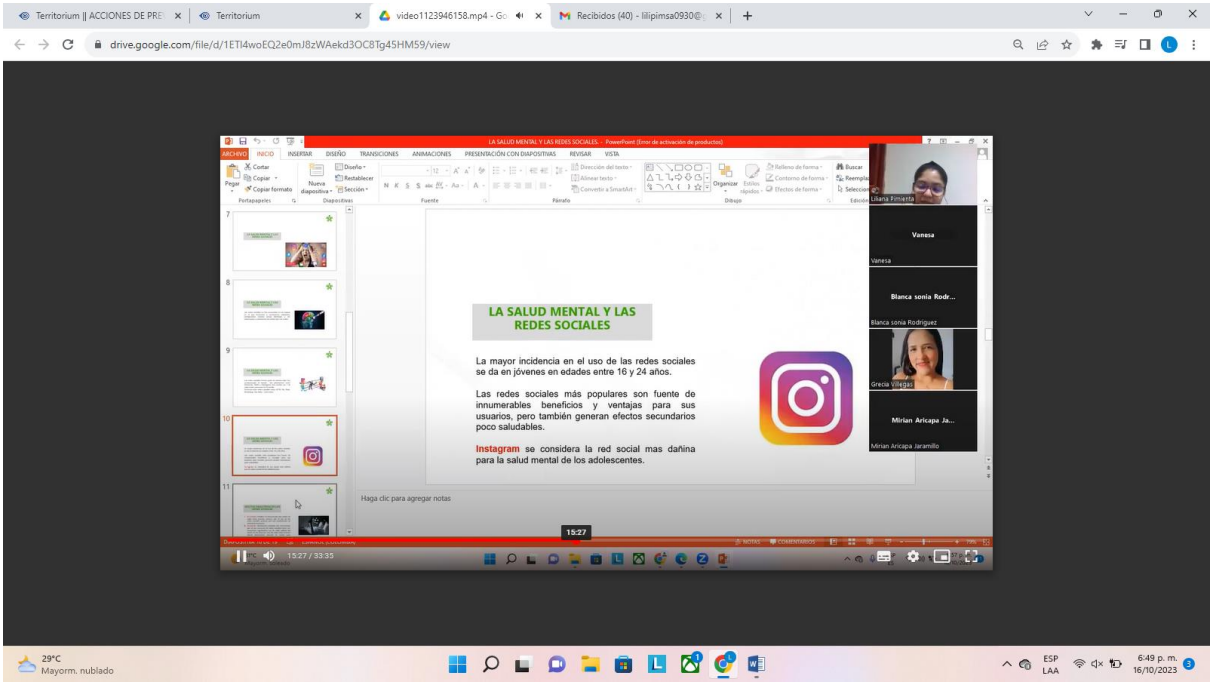

drive.google.com/file/d/1VwzSnKIbkE9capx-iBLmABJopWwsNTxl/view
LA SALUD MENTAL EN COLOMBIA
www.sena.edu.co
@SENAComunica
DANIEL DONOSO
Vanesa
LIZ CADENA
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:46 p. m.
16/10/2023

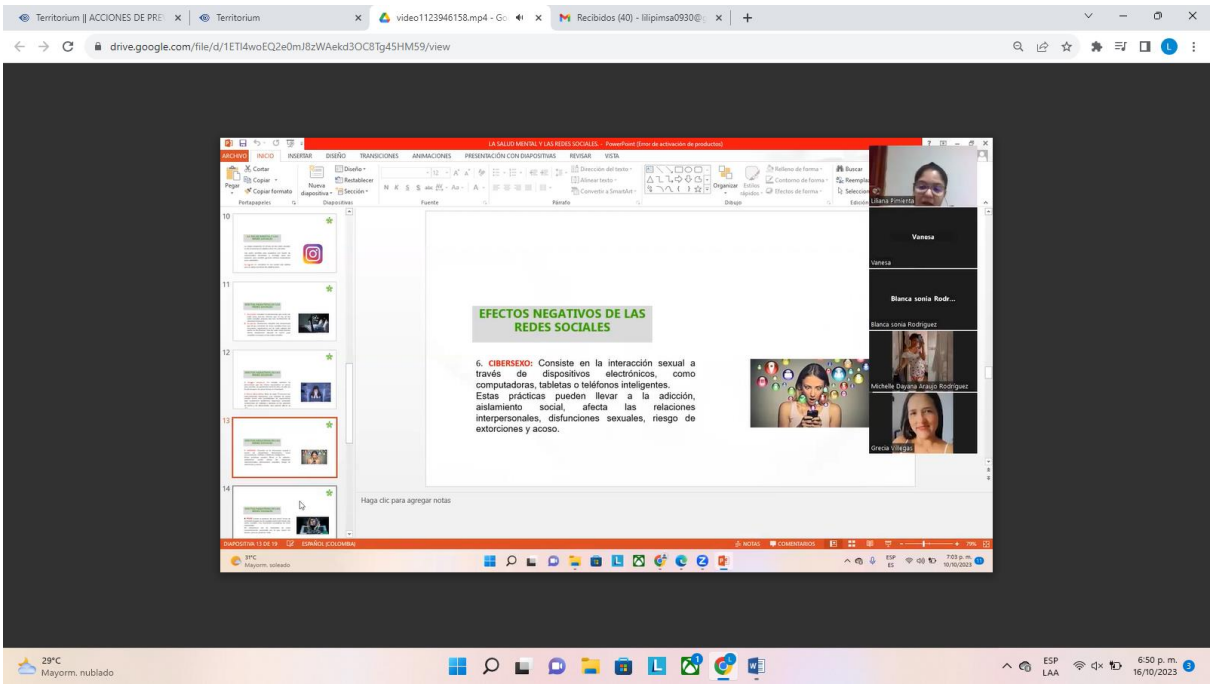

Territorium || ACCIONES DE PRE
Territorium
video1173308828.mp4 - Google
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
drive.google.com/file/d/1VwzSnKIbkE9capx-iBLmABJopWwsNTxl/view
FACTORES QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL
1- Factores psicológicos y biológicos individuales, como las habilidades emocionales, el abuso de sustancias y la genética.
2- La exposición a circunstancias sociales, económicas, geopolíticas y ambientales desfavorables, como la pobreza, la violencia, la desigualdad
Liliana Pimienta
Ingrid Moreno
DANIEL DONOSO
DANIEL DONOSO
Alvaro Reyes
Alvaro Reyes
Zuluaga
Zuluaga
11:14 / 39:47
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:46 p. m.
16/10/2023

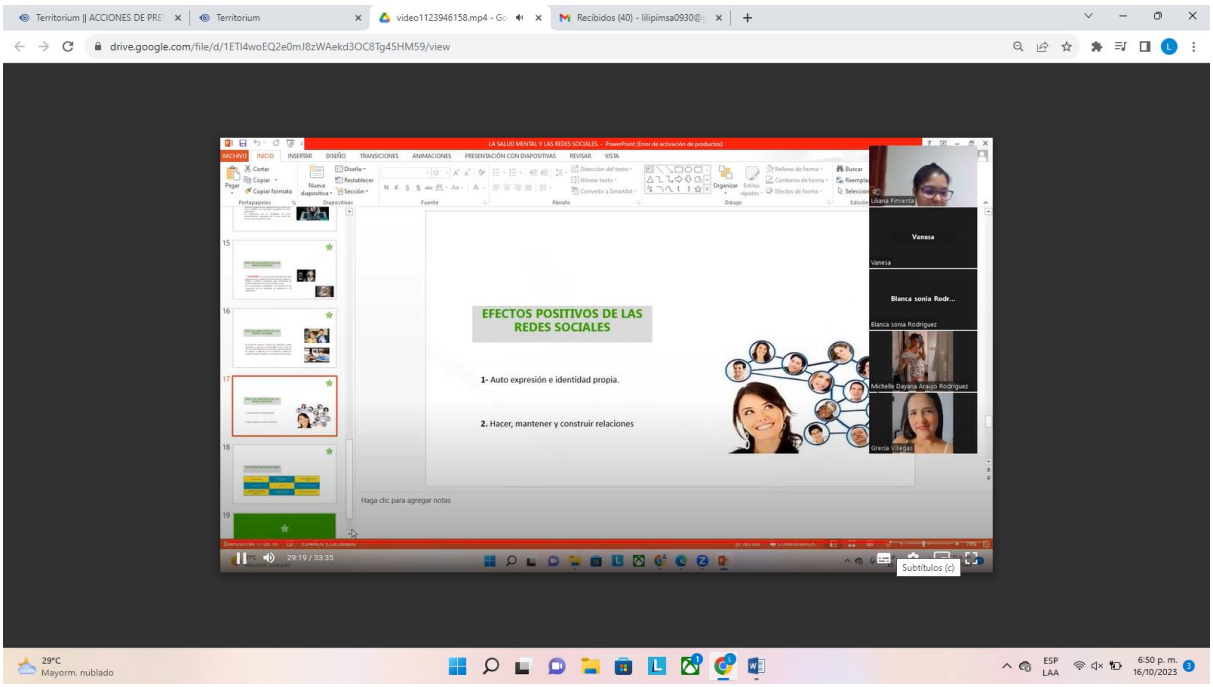

Territorium || ACCIONES DE PRE
Territorium
video1173308828.mp4 - Google
Recibidos (40) - lilipimsa0930@
drive.google.com/file/d/1VwzSnKIbkE9capx-iBLmABJopWwsNTxl/view
SINTOMAS MAS COMUNES
- Sentimientos de tristeza o desánimo
- Pensamientos confusos o capacidad reducida de concentración
- Preocupaciones o miedos excesivos o sentimientos intensos de culpa
- Altibajos y cambios radicales de humor
- Alejamiento de las amistades y de las actividades
- Cansancio importante, baja energía y problemas de sueño
Liliana Pimienta
DANIEL DONOSO
DANIEL DONOSO
Alvaro Reyes
Alvaro Reyes
Vanesa
Vanesa
Zuluaga
Zuluaga
22:38 / 39:47
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:46 p. m.
16/10/2023


drive.google.com/file/d/1VwzSnKIbkE9capx-iBLmABJopWwsNTxl/view
COMPLICACIONES
- Infelicidad y disminución de la alegría de vivir
- Conflictos familiares
- Problemas de pareja
- Aislamiento social
- Problemas vinculados al consumo de tabaco, alcohol o drogas
- Ausentismo u otros problemas relacionados con el trabajo o la escuela
- Problemas económicos y financieros
- Pobreza y falta de vivienda
- Daños a sí mismo y a otros, incluso suicidio u homicidio
- Debilitamiento del sistema inmunitario que dificulta al cuerpo resistir las infecciones
- Enfermedad cardíaca y otras afecciones
Haga clic para agregar notas
34:33 / 39:47
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:47 p. m.
16/10/2023


drive.google.com/file/d/1zpJhY7ADNSFCtxnsM9ox6-dI0_cbjO3j/view
video1864116348.mp4
Abrir con
DETERMINANTES SOCIALES EN SALUD MENTAL
Determinantes sociales en salud mental
Edad
Situación y posición económica
Educación
Violencia social-Guerra
Violación de derechos humanos
Cambios sociales inesperados
33:51 / 35:04
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:48 p. m.
16/10/2023


drive.google.com/file/d/1ETl4woEQ2e0mJ8zWAekd3OC8Tg45HM59/view
LA SALUD MENTAL Y LAS REDES SOCIALES
La mayor incidencia en el uso de las redes sociales se da en jóvenes en edades entre 16 y 24 años.
Las redes sociales más populares son fuente de innumerables beneficios y ventajas para sus usuarios, pero también generan efectos secundarios poco saludables.
Instagram se considera la red social mas dañina para la salud mental de los adolescentes.
Haga clic para agregar notas
15:27 / 33:35
29°C
Mayorm. nublado
6:49 p. m.
16/10/2023


drive.google.com/file/d/1ETl4woEQ2e0mJ8zWAekd3OC8Tg45HM59/view
EFECTOS NEGATIVOS DE LAS REDES SOCIALES
6. CIBERSEXO: Consiste en la interacción sexual a través de dispositivos electrónicos, como computadoras, tabletas o teléfonos inteligentes. Estas prácticas pueden llevar a la adicción, aislamiento social, afecta las relaciones interpersonales, disfunciones sexuales, riesgo de extorciones y acoso.
Haga clic para agregar notas
29°C
Mayorm. nublado
6:50 p. m.
16/10/2023


Territorium || ACCIONES DE PRE
Territorium
video1123946158.mp4 - Go
Recibidos (40) - lilipimsa0930@g
drive.google.com/file/d/1ETl4woEQ2e0mJ8zWAekd3OC8Tg45HM59/view
LA SALUD MENTAL Y LAS REDES SOCIALES. - PowerPoint (Error de activación de productos)
EFECTOS POSITIVOS DE LAS REDES SOCIALES
1- Auto expresión e identidad propia.
2. Hacer, mantener y construir relaciones
Haga clic para agregar notas
Liliana Pimienta
Vanesa
Blanca sonia Rodr...
Blanca sonia Rodriguez
Michelle Dayana Araujo Rodriguez
Grecia Villegas
29:19 / 33:35
Subtítulos (c)
29°C
Mayorm. nublado
ESP
LAA
6:50 p. m.
16/10/2023

LILIANA PIMIENTA SARMIENTO

Instructor salud ocupacional