TIPO DE INTERVENCIÓN

Sensibilización ■ Capacitación ☐ Acompañamiento ☐ Seguimiento ☐ Jornada ☐

Otro, Cuál: _____

Virtual: ■ Presencial: ☐ Individual: ☐ Colectiva: ☐

DATOS DEL ENTORNO

Educativo: ☐ Comunitario: ■ Laboral: ☐ Institucional: ☐ Otro: _____

FECHA: 08/Agosto/2023 **HORA:** 09:00 a – 11:00 am

LUGAR: Reunión Virtual a través de Google Meet: meet.google.com/rpu-unuw-wht

Nombre Representante del Escenario: Anabell Mera Yalanda / Profesional en Salud Ocupacional

Ponentes: Angélica María Rengifo Erazo-Médico especialista en psiquiatría **/** Paola Palechor – María Isabel Méndez / Psicóloga Especialista en Seguridad y Salud en el Trabajo.

1. DATOS GENERALES DE LA INTERVENCION:

Asistentes Espacio de capacitación: 250 Personas

2. OBJETIVO:

Capacitar a la población trabajadora del sector formal de Cali acerca de las acciones a realizar dentro de la prevención del riesgo psicosocial – Prevención del Suicidio.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

3. CONTENIDOS:

- ✓ Que es la Salud Mental
- ✓ Que son trastornos mentales
- ✓ Tipos de trastornos mentales
- ✓ Causa de los trastornos mentales
- ✓ Epidemiologia
- ✓ ¿Cómo saber si una persona sufre de trastorno mental
- ✓ Diagnostico
- ✓ Tratamiento
- ✓ Trastornos más frecuentes
- ✓ Normatividad
- ✓ Ruta de atención

4. METODOLOGÍA:

El desarrollo de la sesión se realizará por medio virtual y un recurso gráfico (presentación en power point) con el objetivo de brindar mayor orientación

DESARROLLO DE LA INTERVENCION:

¿QUÉ ES LA SALUD MENTAL?

La ley 1616 de 2013 define la salud mental como “un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad”

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

¿QUÉ SON LOS TRASTORNOS MENTALES?

Se caracteriza por **una alteración clínicamente significativa de la cognición, la regulación de las emociones o el comportamiento de un individuo.** Por lo general, va asociado a angustia o a discapacidad funcional en otras áreas importantes. Hay muchos tipos diferentes de trastornos mentales.

TIPOS DE TRASTORNO MENTAL

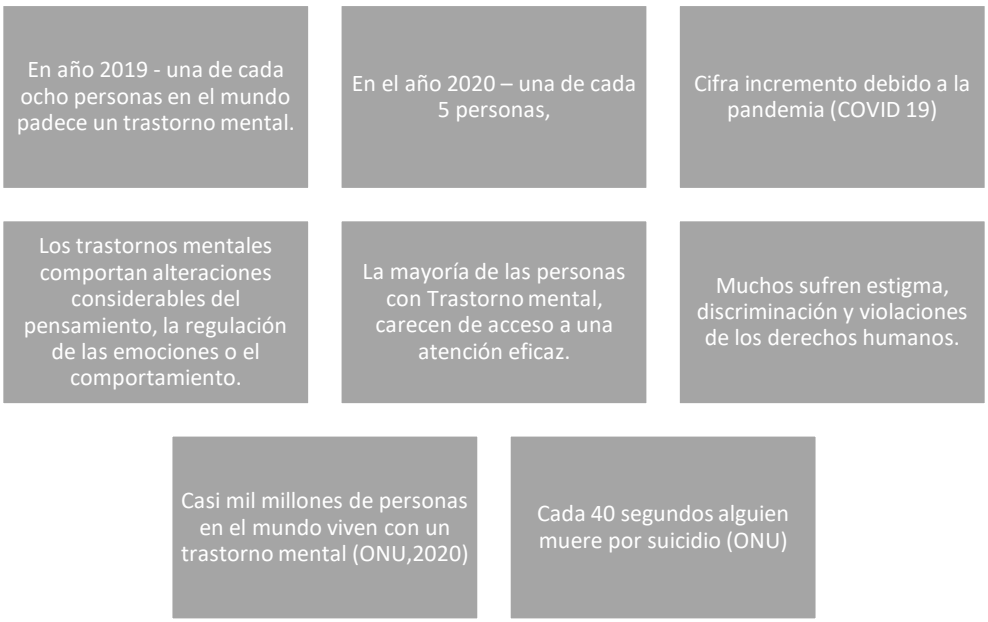


CAUSA DE LOS TRASTORNOS MENTALES

- Multifactorial
- Factor genético - herencia familiar
- Factor neurobioquímico cerebral- alteración neurotransmisora
- Factor ambiental
- Factor psicosocial
- Experiencias traumáticas
- Lesiones cerebrales
- Consumo de drogas y alcohol

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

EPIDEMIOLOGIA



¿CÓMO SABER SI UNA PERSONA PADECE DE UN TRASTORNO MENTAL?

- Tristeza o desanimo sin causa aparente
- Cambios radicales de humor
- Delirios o alucinaciones auditivas
- Exceso de enojo, hostilidad o violencia
- Pensamientos suicidas o perdida de interés a actividades que antes realizaba.
- Pensamientos rumiantes, obsesivos.
- Síntomas físicos sin explicación clínica

TRASTORNOS MÁS FRECUENTES

- **ANSIEDAD**

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

Los trastornos de ansiedad se caracterizan por un miedo y una preocupación excesivos y por trastornos del comportamiento conexos. Los síntomas son lo suficientemente graves como para provocar una angustia o una discapacidad funcional importantes.

Existen varios tipos diferentes:

- Trastorno de ansiedad generalizada
- Trastorno de pánico
- Trastorno de ansiedad social
- Trastorno de ansiedad de separación

ESQUIZOFRENIA

Se caracteriza por una importante deficiencia en la percepción y por cambios de comportamiento.
Los síntomas pueden incluir persistencia de ideas delirantes, alucinaciones, pensamiento desorganizado, comportamiento muy desorganizado o agitación extrema.
Las personas que padecen esquizofrenia pueden ver entorpecidas de forma persistente sus capacidades cognitivas. Sin embargo, existen diversas opciones terapéuticas eficaces, entre las que se cuentan la medicación, la psi coeducación, las intervenciones familiares y la rehabilitación psicosocial.

- **DEPRESIÓN**

- Es distinta de las alteraciones habituales del estado de ánimo y de las respuestas emocionales breves a los problemas de la vida cotidiana. En un episodio depresivo, la persona experimenta un estado de ánimo deprimido (tristeza, irritabilidad, sensación de vacío) o una pérdida del disfrute o del interés en actividades, la mayor parte del día, casi todos los días, durante al menos dos semanas.
- Concurren varios otros síntomas, como dificultad de concentración, sentimiento de culpa excesiva o de autoestima baja, falta de esperanza en el futuro, pensamientos de muerte o de suicidio, alteraciones del sueño, cambios en el apetito o en el peso y sensación de cansancio acusado o de falta de energía.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

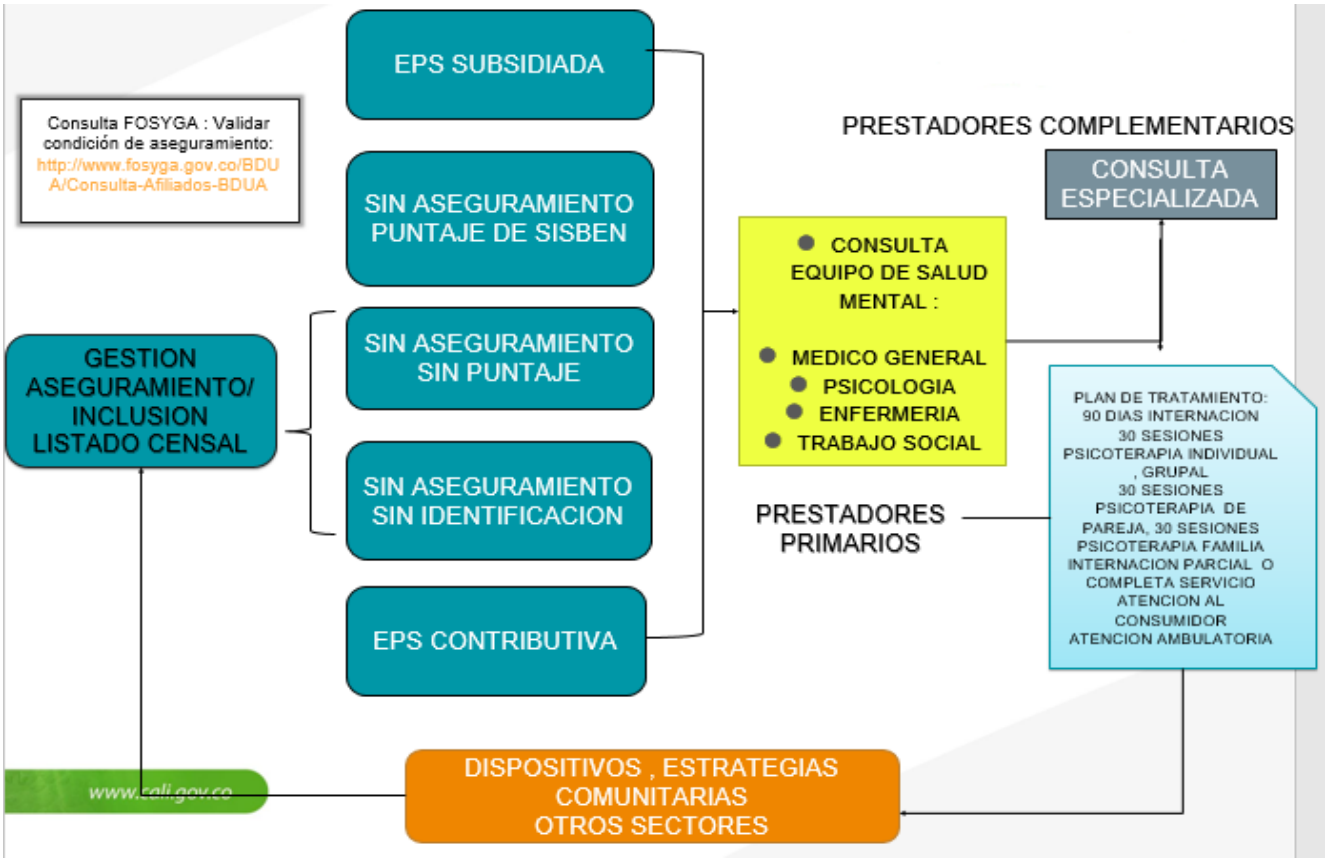
Las personas que padecen depresión tienen un mayor riesgo de cometer suicidio, se logra controlar con un tratamiento psicológico y psicofarmacológico eficaz.

- **TRASTORNO AFECTIVO BIPOLAR**

- Las personas afectadas experimentan episodios depresivos alternados con períodos de síntomas maníacos e hipomaniacos.
- Durante el episodio depresivo, experimentan un estado de ánimo deprimido (tristeza, irritabilidad, sensación de vacío) o una pérdida del disfrute o del interés en actividades, la mayor parte del día, casi todos los días.
- Los síntomas maníacos pueden incluir euforia o irritabilidad, mayor actividad o energía y otros síntomas, como aumento de la verborrea, pensamientos acelerados, mayor autoestima, menor necesidad de dormir, distracción y comportamiento impulsivo e imprudente.
- Las personas con trastorno bipolar tienen un mayor riesgo de cometer suicidio. Sin embargo, existen opciones terapéuticas eficaces, como psi coeducación, reducción del estrés y fortalecimiento del funcionamiento social y medicación.

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

RUTA DE ATENCIÓN



5. RESULTADOS ALCANZADOS:

Durante el espacio de capacitación los asistentes por medio de comentarios en el chat y alguno interviniendo manifiestan lo acertado de la capacitación.

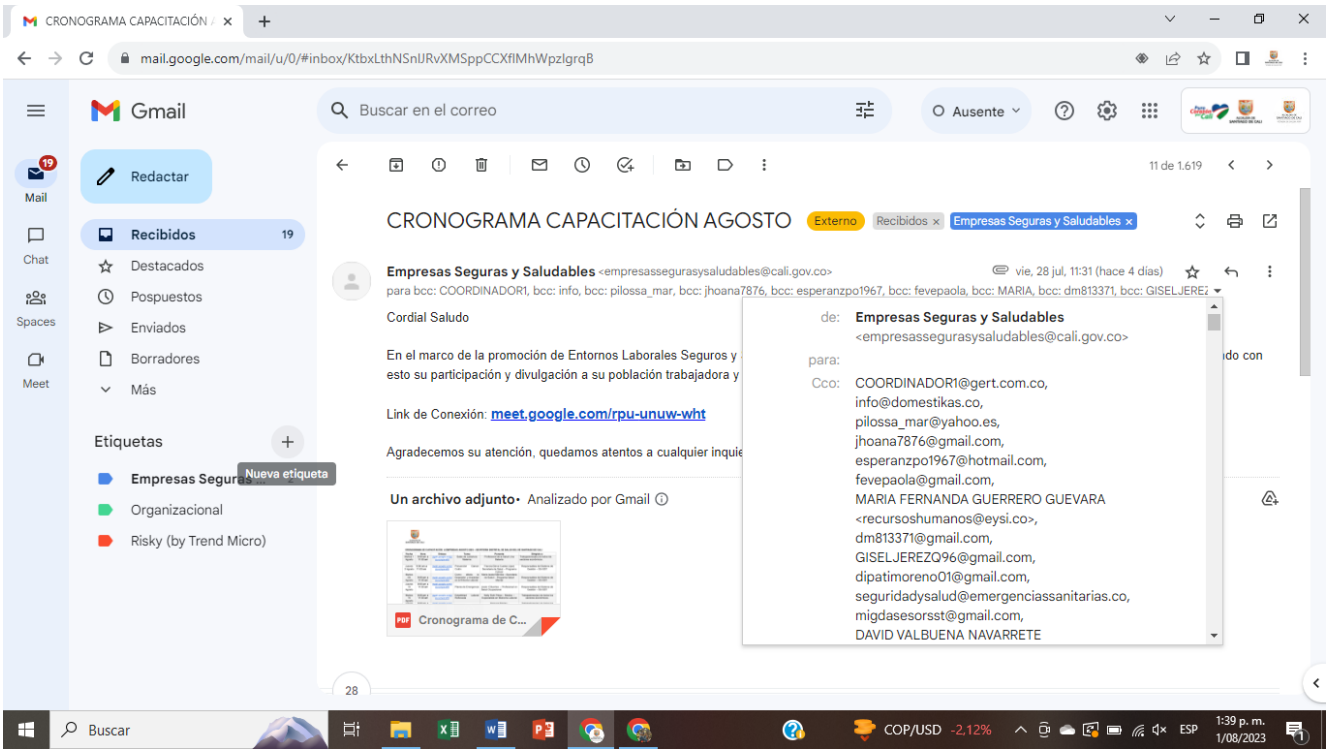
Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

6. CUMPLIMIENTO DE OBJETIVOS:

Al culminar la sesión de capacitación y durante el espacio de retroalimentación se puede apreciar la conformidad de los asistentes con los temas tratados y el abordaje que se tuvo del tema para aclarar y orientar acciones preventivas en el marco del cuidado de la salud mental de la población trabajadora.

7. REGISTRO FOTOGRÁFICO

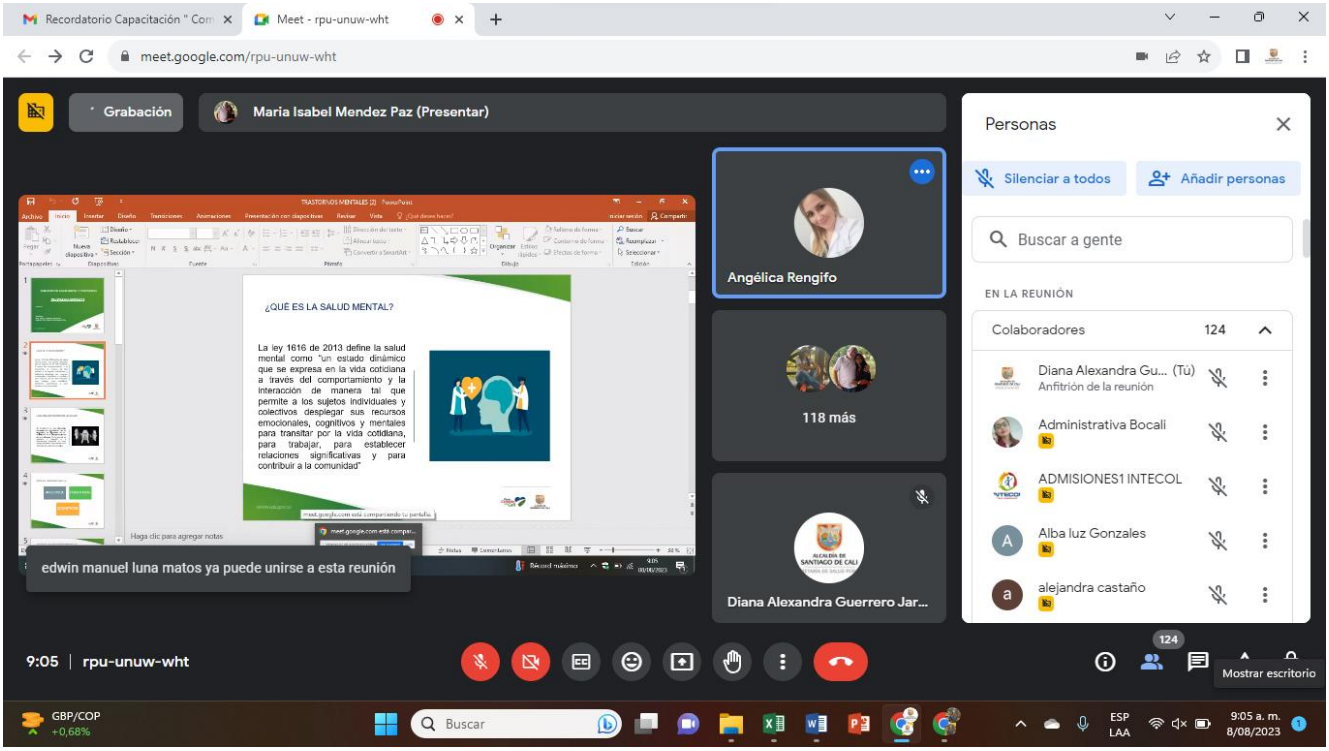
7.1. Evidencias Mecanismos de convocatoria



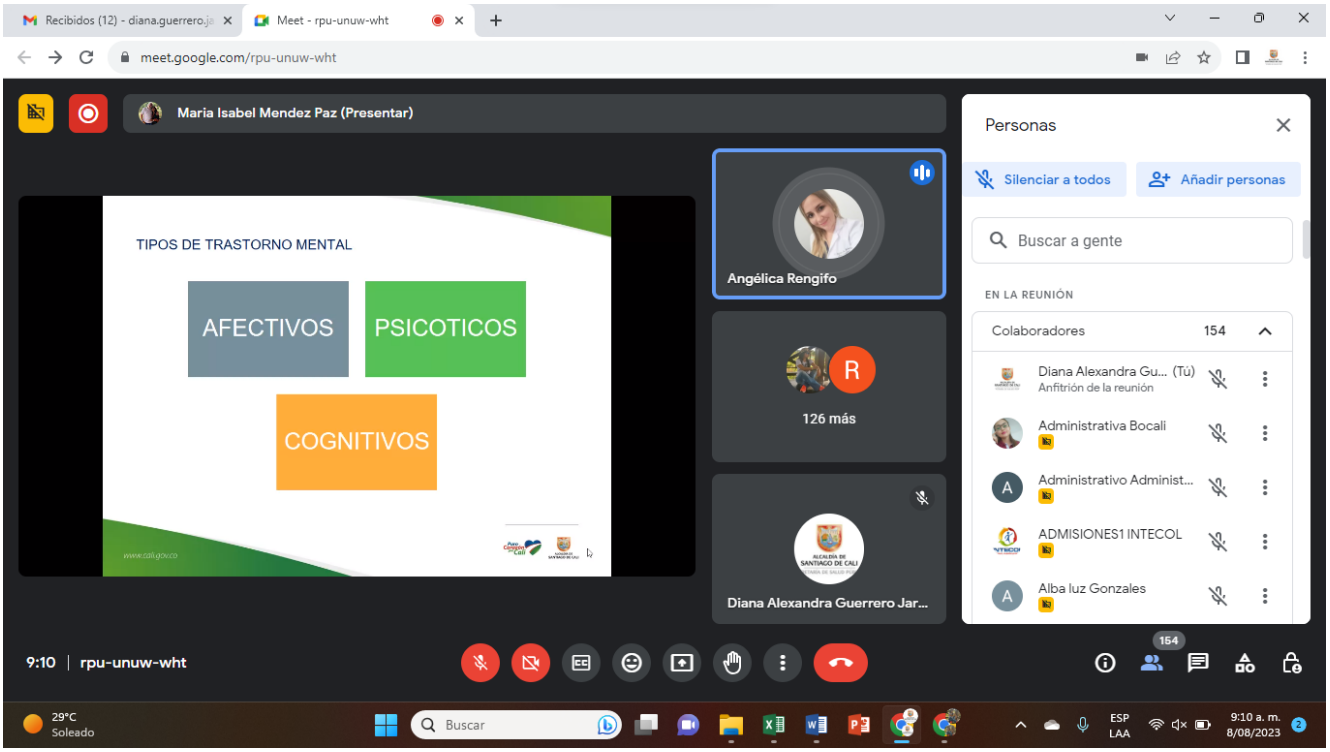
Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

7.2 Evidencias del desarrollo de la Intervención

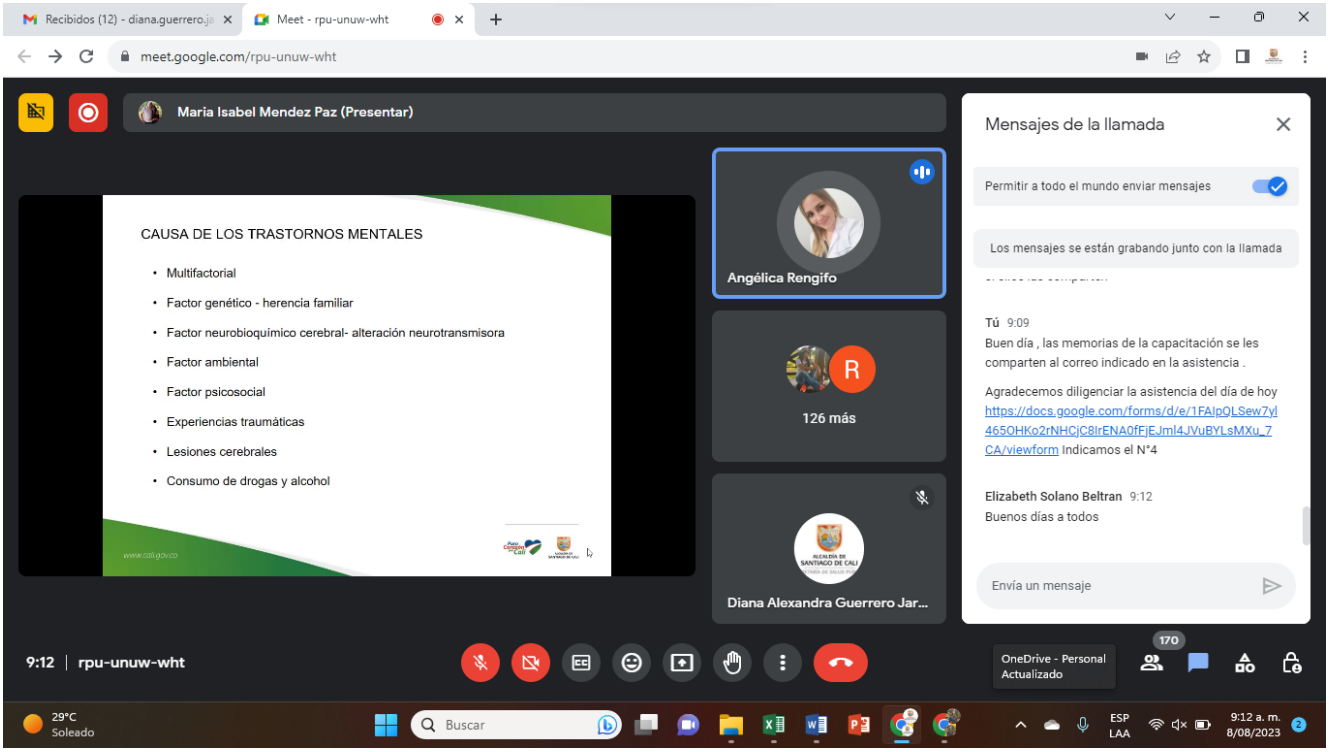
*Fotografía: Pie de foto con descripción



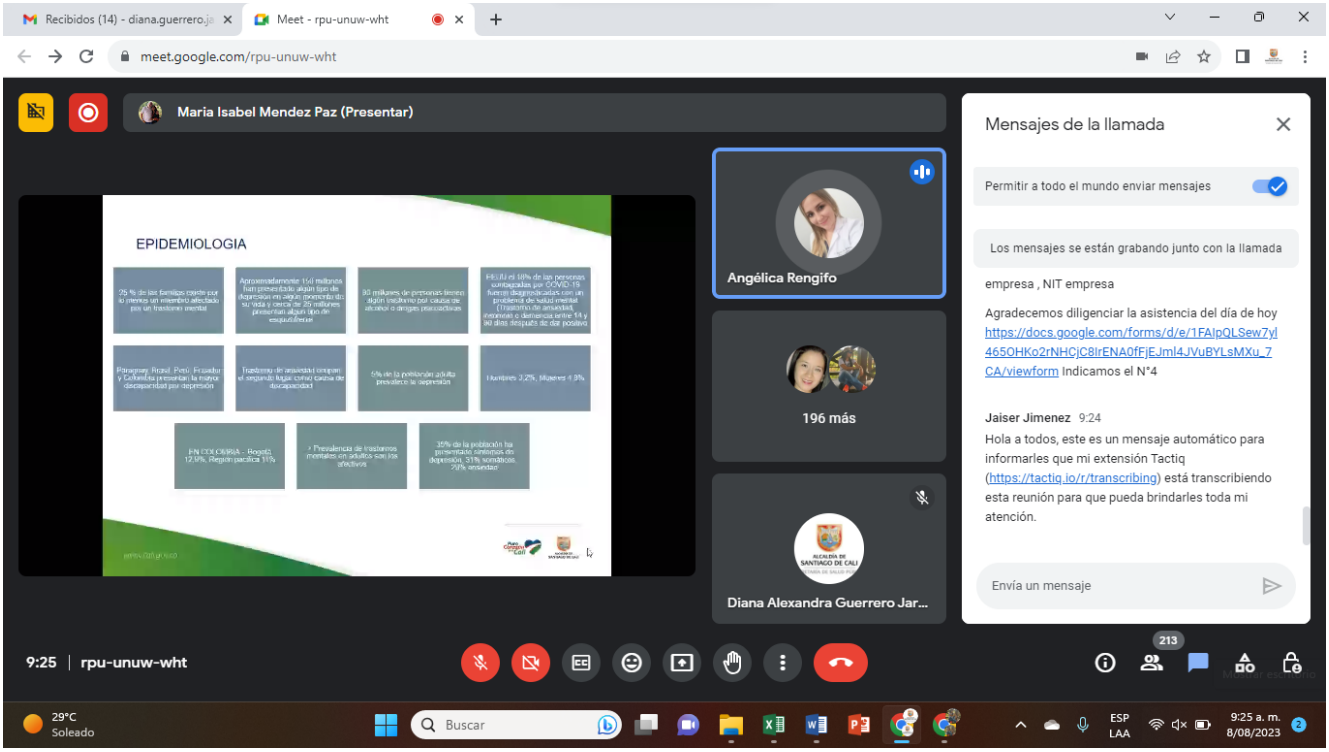
Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



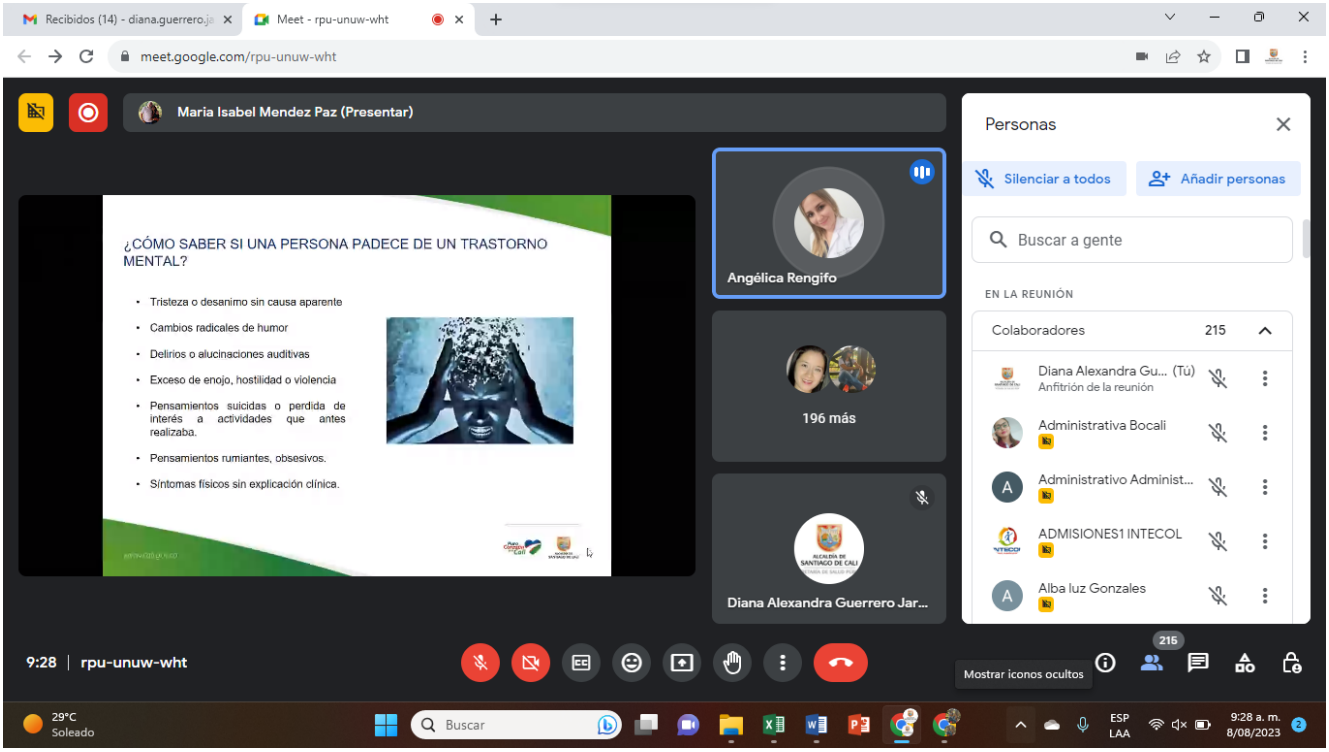
Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



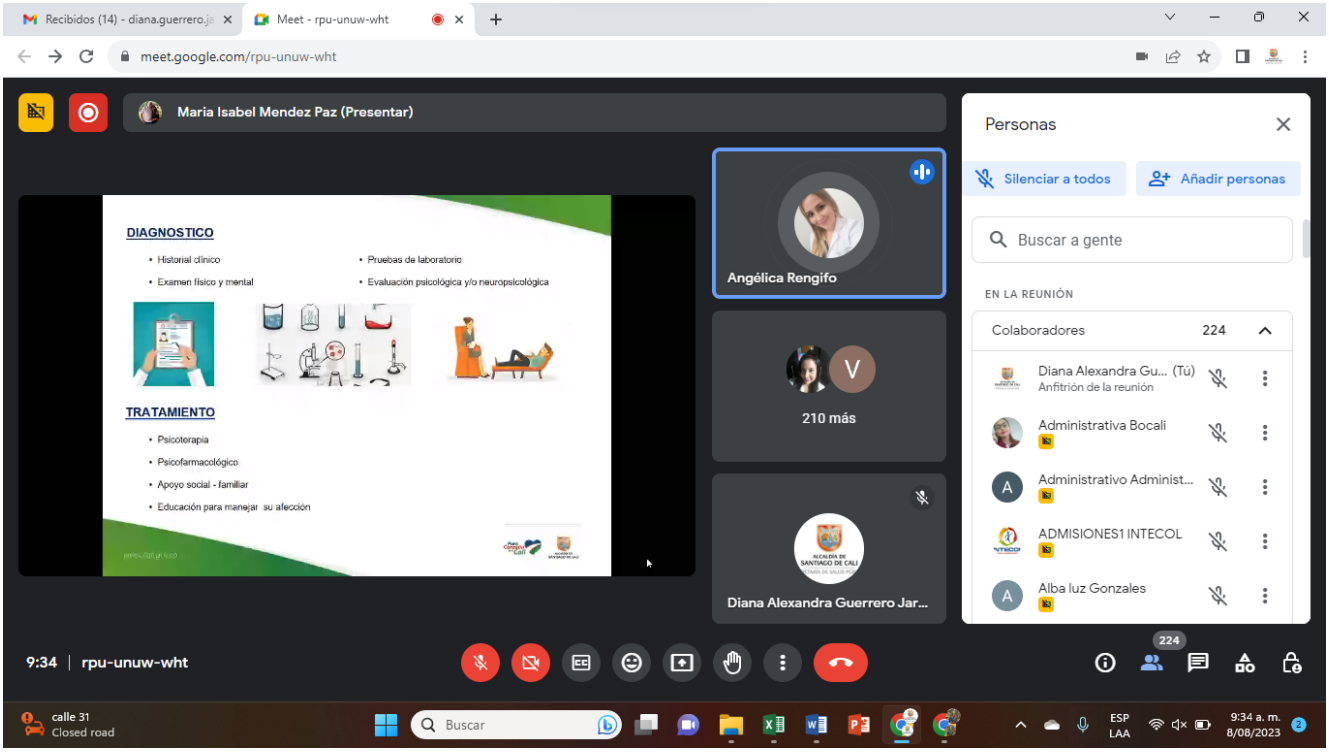
Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



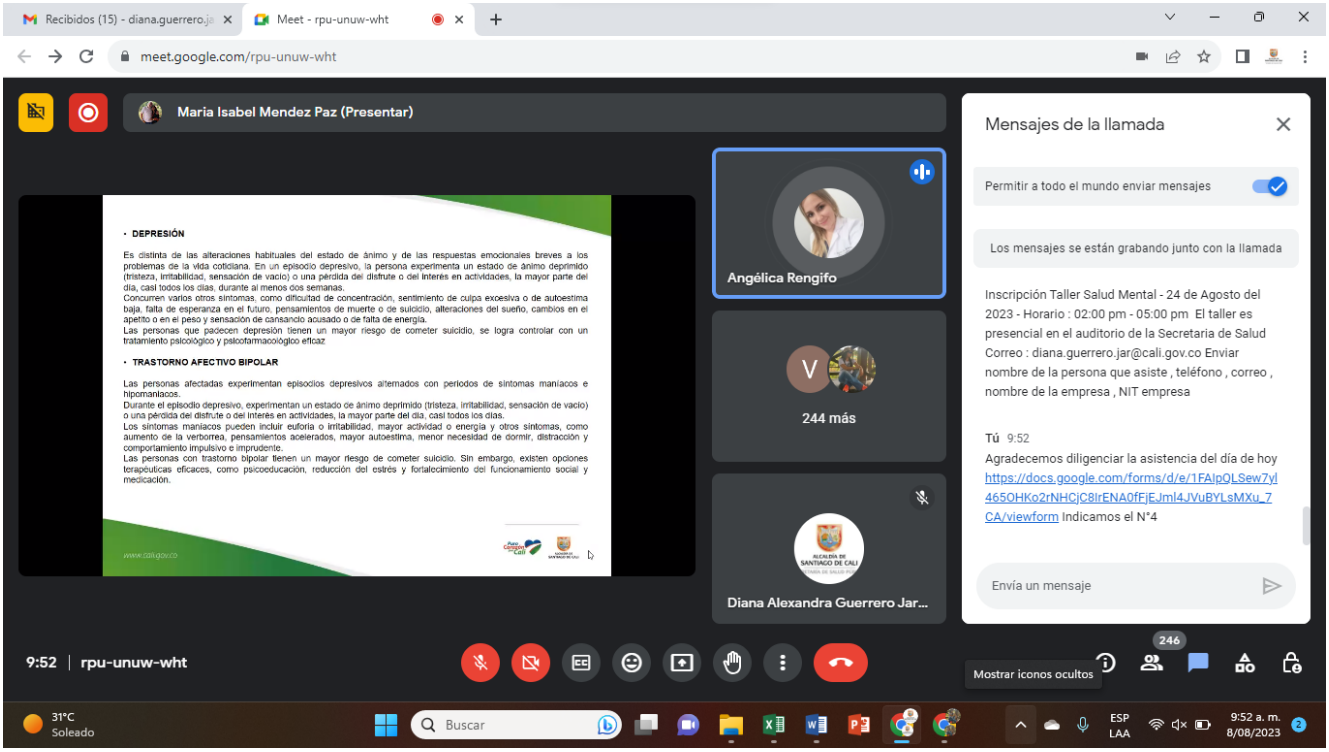
Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



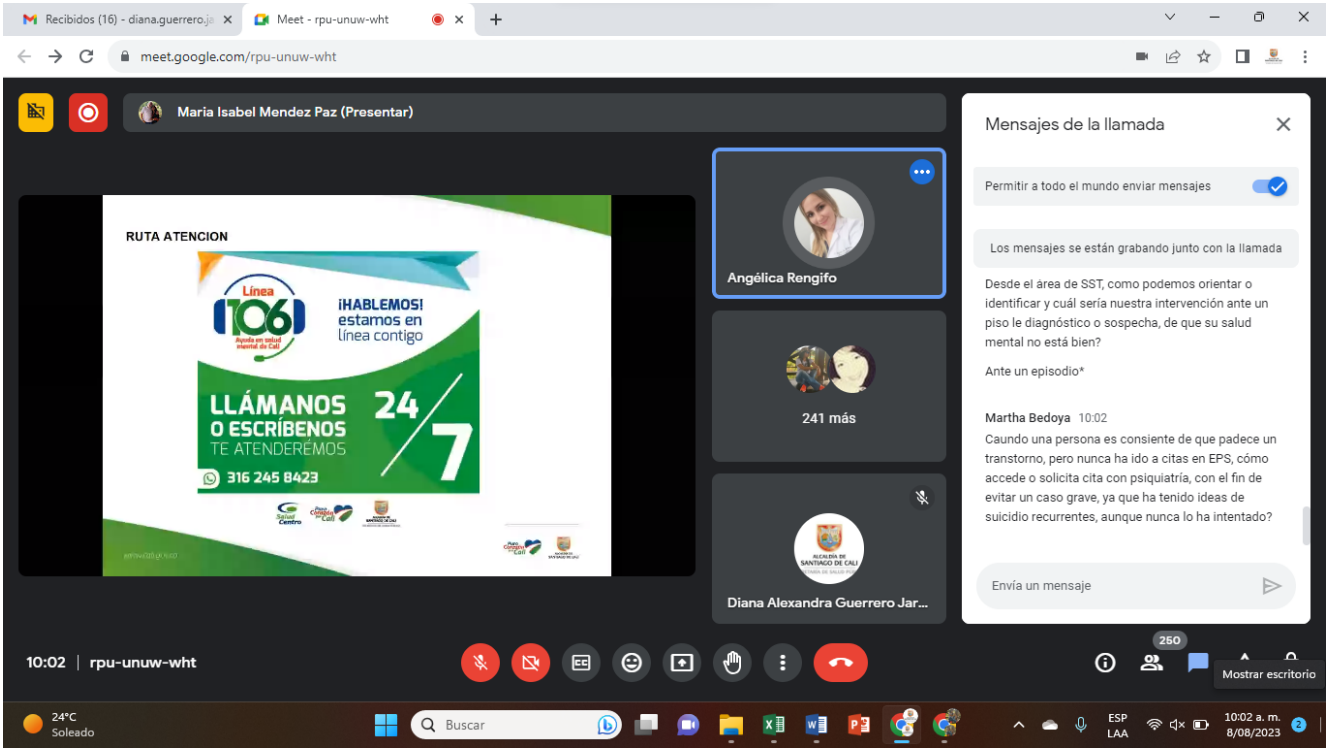
Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



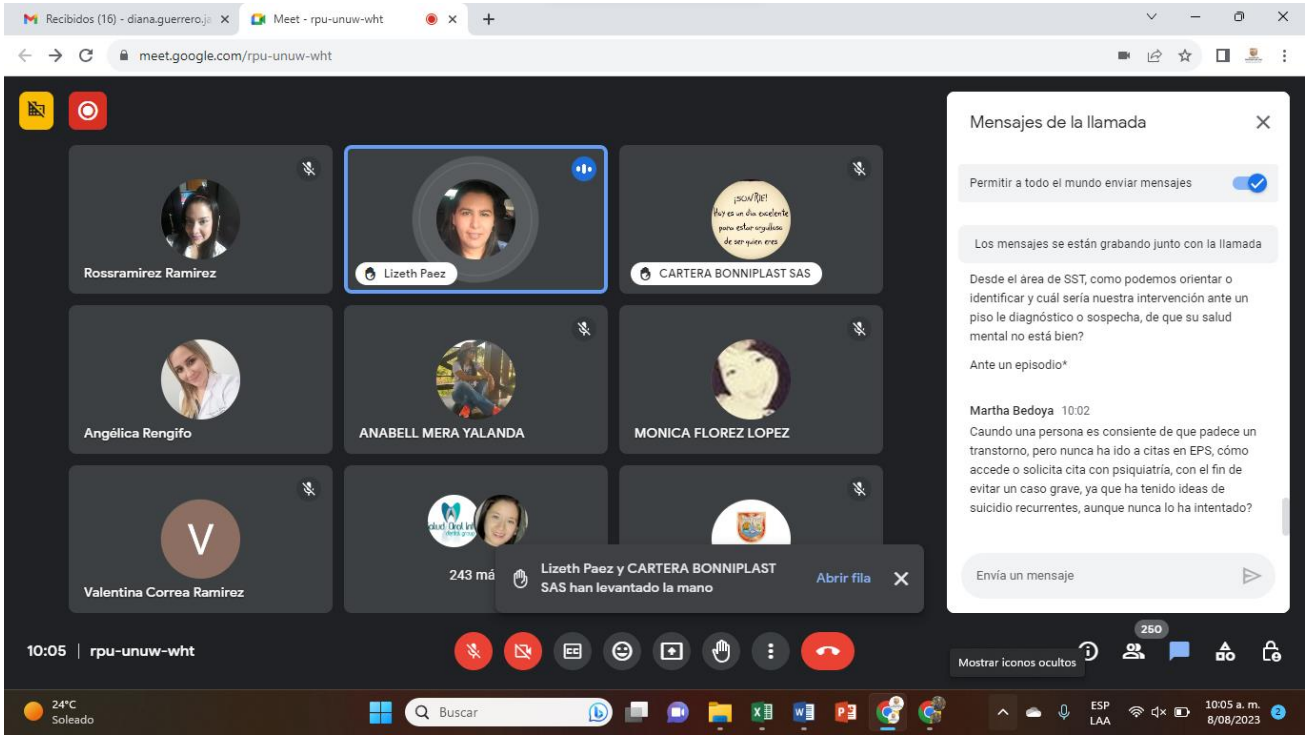
Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.



Firma Anabell Mera Yalanda
Nombre: Anabell Mera Yalanda
Cargo: Contratista
Dimensión de Salud y ámbito laboral
Secretaria de Salud del Distrito Especial de Santiago de Cali

NOTA: Se anexa listado de asistencia compuesto por No. (14) folios.
*Se anexa listado de asistencia de manera Horizontal

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.