TIPO DE INTERVENCIÓN

Sensibilización ☐ Capacitación ☒ Acompañamiento ☐ Seguimiento ☐ Jornada ☐

Otro, Cuál: _____

Virtual: ☐ Presencial: ☐ Individual: ☐ Colectiva: ☒

DATOS DEL ENTORNO

Educativo: ☐ Comunitario: ☐ Laboral: ☐ Institucional: ☐ Otro: Extramural.

FECHA: 25/sep/2023 Hora Inicial: 07:00 am – Hora Final: 04:00 pm

LUGAR: Eco finca Mystical Land, Vereda la Cumbre.

Nombre Representante del Escenario: Lina Galindo, Profesional Psicosocial de la ESE Norte; Sonia Vélez y Paola Andrea Palechor contratistas de la Secretaría Distrital de Salud Subgrupo de Salud Mental y Convivencia, apoyos a la supervisión de PIC componente de SPA.

COMUNA	INSTITUCIÓN	SEDE
N/A	N/A	N/A

1. DATOS GENERALES DE LA INTERVENCION: Taller de cuidado al cuidador en el marco del Plan de Intervenciones Colectivas PIC, dirigido a profesionales que desarrollan acciones en comunidad.

2. OBJETIVO: Participar en el proceso de capacitación en estrategias promoción de la salud mental y cuidado al cuidador dirigido a profesionales psicosociales que desempeñan un rol en el cuidado de la salud mental de la comunidad.

3. CONTENIDOS: Identificación de los 4 elementos y la biodanza como estrategias de autocuidado.

4. METODOLOGÍA: Vivencial.

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.

5. DESARROLLO DE LA INTERVENCION

La profesional psicosocial de la ESE Norte, Lina Galindo dio la bienvenida a los profesionales psicosociales de la Secretaría de Distrital de Salud e indicó que de acuerdo con los dispuesto en el oficio de convocatoria se cuenta con dos buses con la capacidad requerida para el traslado desde el punto de encuentro, Secretaría de Distrital de Salud, al lugar en el cual se desarrollara la jornada Eco finca Mystical Land, ubicada en la Vereda la Cumbre. Se realizó verificación del listado de los asistentes registrados en la lista de preinscripción en compañía de la contratista Sonia Vélez y Carolina Restrepo de la Secretaría Distrital de Salud del Subgrupo de Salud Mental y Convivencia, posterior a ello, se dio inicio al traslado de los funcionarios al destino antes mencionado, en el transcurso de este no se presentaron novedades.

En el lugar de destino, Eco finca Mystical Land, el personal del lugar dio la bienvenida los profesionales psicosociales de la Secretaría Distrital de Salud, momento en el cual se brindó un refrigerio y se orientó a los funcionarios dirigirse al salón principal para dar apertura a la jornada. La tallerista Sandra Patricia Osorio, dio la bienvenida a los participantes, indicando que este es un espacio definido para abordar estrategias de cuidado de si, realizó una breve descripción de los espacios disponibles que permiten la conexión con la naturaleza y los 4 elementos que movilizan el ser; posterior a ello, la contratista Carolina Restrepo referente del Subgrupo de Salud Mental y Convivencia de la Secretaría Distrital de Salud indicó que esta actividad está dirigida a los actores psicosociales que desempeñan un rol de cuidado en la comunidad, especialmente en salud mental, ya que reconoce la importancia de estos espacios como una estrategia de cuidado a las personas que cuidan, con el fin de prevenir el desgaste que genera este rol.

A continuación, la tallerista Sandra Patricia Osorio indicó que en el desarrollo de la jornada se abordaran los elementos de:

- Aire, el cual refleja el conocimiento, la capacidad de discernimiento y la creatividad, por lo general se asocia a los procesos mentales y la sabiduría, la conexión con este elemento se establece a través de la respiración.
- Fuego, el cual proyecta los deseos, estimula la mente, permite transmutar y purificar, refleja la pasión física y espiritual y su centro es el corazón.
- Tierra, trabaja la paciencia, la quietud, representa la abundancia, la prosperidad y es donde descansan los otros elementos y se representa con el cuerpo.
- Agua, corresponde al dominio del inconsciente, de las emociones, la intuición y se asocia a la fertilidad.

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.

Posterior a ello, refirió que a través del recorrido se hará la conexión con cada uno de ellos, ya que el área, permite la vinculación y circulación por cada uno de ellos, a continuación, mencionó la biodanza como una herramienta de reconexión con la vida y el cuerpo, que a través del canto y la danza se movilizan las emociones del ser y permite un proceso de conexión dado que involucra el sistema afectivo motor, disminuye la tensión corporal, facilita la relajación, libera tensiones, alivia el cuerpo y el alma; después de la introducción, se realizó un ejercicio guiado de respiración y se brindó la orientación a los asistentes de transitar por un laberinto, el cual contaba con plantas aromáticas para establecer la conexión con la naturaleza; a continuación, se indicó ubicarse en torno a un campo despejado el cual estaba disponible para caminar sin calzado, con el objetivo de generar conexión con la tierra, posterior a ello, se indicó a los participantes tomarse de la mano y realizar una figura en forma de caracol, esto con el fin de abordar el trabajo en grupo, a continuación se realizado un ejercicio de respiración para generar un proceso de introspección a los participantes, finalizada esta actividad se entregó a cada persona una vela aromática para encender y observar durante el proceso de combustión, siendo un espacio de reflexión para las personas, culminado esta actividad se indicó el receso para el almuerzo.

Retomando el cronograma, se dio inicio a las actividades dirigidas de biodanza, la cuales fueron acompañadas por música acorde a cada acción dirigida, como primera medida se invitó a los participantes a realizar un círculo y tomarse de las manos, de acuerdo al ritmo realizar movimientos tanto de pies como de manos, posterior a ello, se establecieron dos círculos, uno interno y uno externo y de acuerdo al ritmo desplazarse y realizar un gesto a cada una de las personas con las cuales se encontraba en el proceso, a continuación se indicó conformar grupos pequeños, moverse de acuerdo a los ritmos y cambiar de grupo de acuerdo a la conveniencia individual, se realizó un ejercicio de confianza en el cual se orientó realizar una fila y la persona ubicada en la parte de adelante dirigía al equipo en tanto las personas de atrás le seguían con los ojos cerrados, a través de estos ejercicios se toco el trabajo en equipo, la empatía, la expresión de emociones y el desprendimiento, ya que a medida que transcurría el tiempo se generaban cambios en los grupos de personas y las emociones expresadas cambiaban según la acción y el ritmo. Finalizada la actividad de biodanza, la tallerista Sandra Patricia Osorio, orientó a los participantes a conformar grupos de 5 personas, a continuación una de ellas debía ubicarse en el centro y las personas le rodeaban y de acuerdo a la indicación trasmitían su energía a través de movimientos que representaban cada uno de los elementos, para la tierra se realizaban toques en diferentes áreas del cuerpo, para el agua se realizaban movimientos de los dedos de arriba hacia abajo, para el fuego cada persona realizaba una fricción previa con sus manos y las ubicaba en el cuerpo del compañero de abajo hacia arriba y para finalizar el aire se exhalaba en el cuerpo del compañero, durante estas acciones la persona del centro debía permanecer

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.

con los ojos cerrados, realizado los cuatro movimientos se brindaba un abrazo a la persona y se rotaba la posición.

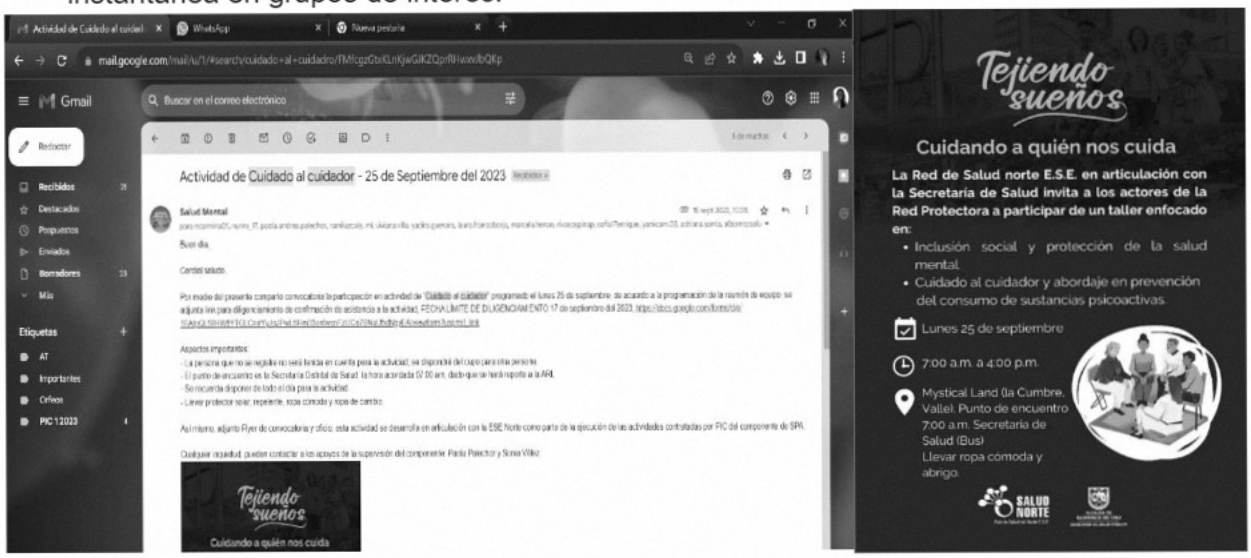
Para el cierre de la actividad se proporcionó hojas de papel y lapiceros para que las personas expresaran las emociones que movilizaron durante la jornada y se indicó que los que desearan quemarlo, se disponía de una brasa en la parte inferior para realizar esta acción, posterior a ello, se realizó la entrega de un souvenir conformado por una botella de vidrio, una flor, una vela aromática y un incienso, para finalmente movilizarse al área del comedor para el refrigerio. Posterior a ello, se realizó el traslado de los participantes al punto de encuentro inicial, la Secretaría Distrital de Salud, sin novedades durante este proceso.

6. RESULTADOS ALCANZADOS: Se dio cumplimiento al objetivo, con la participación de 50 personas: cuarenta y dos (42) mujeres y ocho (8) hombres.

6.1. Cumplimiento de objetivos: Se dio cumplimiento al objetivo.

7. REGISTRO FOTOGRÁFICO

7.1. Evidencias Mecanismos de convocatoria: Correo electrónico y difusión de flyer por mensajería instantánea en grupos de interés.



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



Fuente: Proceso de capacitación en estrategias promoción de la salud mental y cuidado al cuidador dirigido a profesionales psicosociales que desempeñan un rol en el cuidado de la salud mental de la comunidad., Eco finca Mystical Land, Vereda la Cumbre, 25/sep/2023, Hora Inicial: 07:00 am – Hora Final:04:00 pm

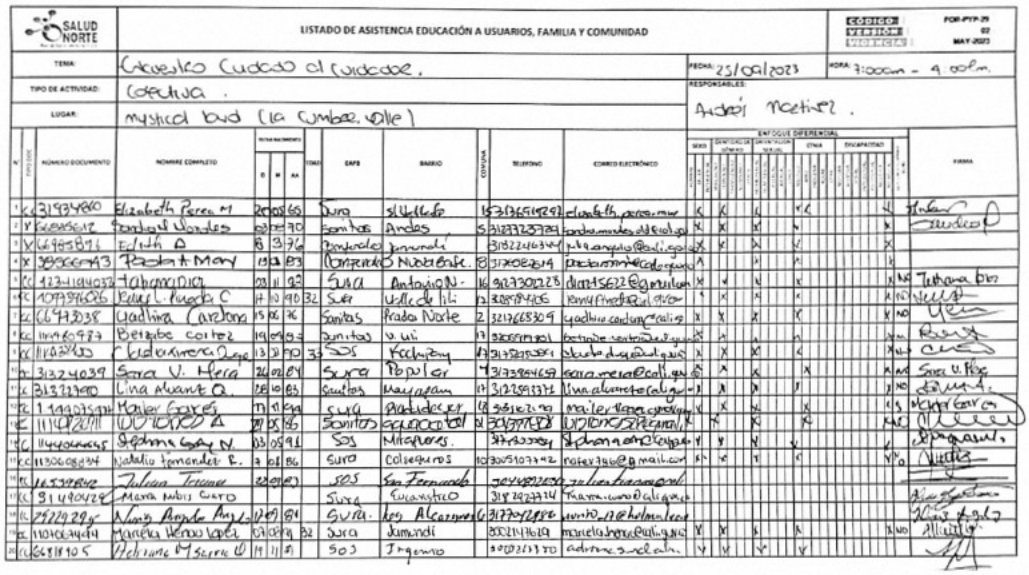
Firma Sonia E. Vélez.
Nombre: SONIA VÉLEZ
Cargo: Contratista Subgrupo de Salud Mental y Convivencia

NOTA: Se anexa registro fotográfico compuesto por un (1) folio y listado de asistencia compuesto por dos (2) folios, para un total de tres (3) folios.

Elaboró: Sonia Vélez– Contratista
Revisó: Mirlelly Torres - Contratista

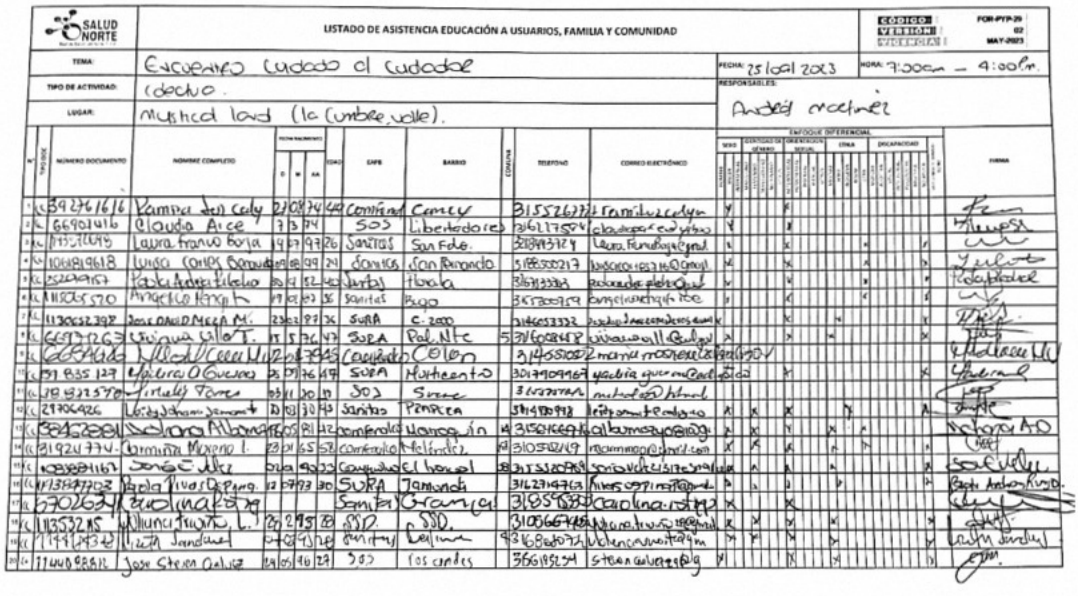
Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

LISTADO DE ASISTENCIA



LISTADO DE ASISTENCIA EDUCACIÓN A USUARIOS, FAMILIA Y COMUNIDAD

TEMA: Encuentro Cuidado al cuidador. FECHA: 25/04/2023 HORA: 7:00am - 4:00pm.
TIPO DE ACTIVIDAD: Colectiva. RESPONSABLES: Andrés martinez.
LUGAR: Mystical land (la cumbre, valle)



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.

LISTADO DE ASISTENCIA

SALUD NORTE

LISTADO DE ASISTENCIA EDUCACIÓN A USUARIOS, FAMILIA Y COMUNIDAD

CÓDIGO: FOR-PYP-29 | VERSIÓN: 02 | VIGENTE DESDE: MAY-2023

TEMA: Encuentro Cuidado al Cuidador | FECHA: 25/09/2023 | HORA: 7:00am - 9:00am

TIPO DE ACTIVIDAD: Colectivo. | RESPONSABLES: Andrés Martinez.

LUGAR: Mpal Ladi (IC Cumbre, UPR).

N°	TIPO DOC	NÚMERO DOCUMENTO	NOMBRE COMPLETO	FECHA NACIMIENTO D	M	AA	EDAD	EAPB	BARRIO	GESTANTE	TELEFONO	CORREO ELECTRÓNICO	ENFOQUE DIFERENCIAL SEXO	GESTANTE (GENERO)	ORIENTACIÓN SEXUAL	ETNIA	DISCAPACIDAD		FIRMA
1	CC	1144[illegible]012	Ingrid Gabriela Martinez	19	01	92	31	Sura	Ellevedc	N	3[illegible]	Ing.gabriela.martinez@[illegible]	M	N	H	N	N		Ingrid Martinez
2	CC	1678[illegible]14	Cecilia Orejuela	21	9	1952	—	Vipsalud	Vipasa	-	3[illegible]	[illegible]	M	N	H	N	N		[illegible]
3	CC	1151919627	Linda Muñoz	16	5	96	27	SOS	Yumbo	-	319 7650[illegible]	Lmmc52[illegible]	M	N	H	N	N		[illegible]
4	CC	31584640	Sandra Osorio	02	02	66	57	Coosalud	Mariscal	-	3143865[illegible]	[illegible]	M	N	H	N	N		[illegible]
5	CC	6[illegible]3810	Jorge Viveros	15	11	1973	50	SOS	Mpal Ladi	-	3204520152	———	M	N	H	N	N		[illegible]
6	CC	3[illegible]1999	Yenifer Arcos	09	04	95	-	Sura	Granada	-	3117[illegible]810	———	M	N	H	N	N		[illegible]
7	CC	1144[illegible]1001	Olivo Pelaez	10	03	96	26	Sanitas	Calchaqui	A	3[illegible]1026	David.[illegible]@[illegible]	M	N	H	N	N		[illegible]
8	CC	1025[illegible]2277	Carlos Andres Osorio	17	06	98	25	———	Vipasa	-	32235 [illegible]89	Carlos[illegible]	M	N	H	N	N		Carlos
9	CC	1[illegible]3[illegible]1	Jessica Alexandra [illegible]	16	06	90	33	Sanitas	Los Andes	-	3207[illegible]92	———	M	N	H	N	N		[illegible]
10	CC	1149[illegible]	Yuly Cifuentes	15	06	96	27	Sura	Mayales	-	3122[illegible]91	Yuly.cifuentes@[illegible]	M	N	H	N	N		[illegible]
11																			
12																			
13																			
14																			
15																			
16																			
17																			
18																			
19																			
20																			

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.