ACTA No.01

NOMBRE DEL COMITÉ O DE LA REUNIÓN: socialización estrategia redes comunitarias para el cuidado de la salud.

CIUDAD Y FECHA: 16-05-2025	**HORA DE INICIO: 3:00 pm**	**HORA FIN: 4:00 pm**
LUGAR:	**Renan Barco**	

TEMAS:
socialización y definición de temas de interés.

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN:

- Informar en salud para la adopción de estilos de vida saludable
- presentar del evento, sus objetivos y la importancia del bienestar emocional.
- Distribuir materiales informativos (folletos sobre las emociones)

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

1. Momento de Apertura

La psicóloga Tatiana Henao dio la bienvenida a los asistentes, agradeciendo su presencia e interés en participar de esta jornada comunitaria. Se explicó brevemente el propósito de la reunión: **socializar la estrategia de Redes Comunitarias para el Cuidado de la Salud**, enmarcada en el fortalecimiento del bienestar emocional y la salud mental de las familias y comunidades.

---

2. Momento de Conversatorio Participativo

La moderadora propuso una serie de preguntas orientadoras para abrir el diálogo sobre salud mental y convivencia familiar. Se promovió la participación activa de los asistentes, quienes compartieron experiencias, percepciones y propuestas.

Pregunta 1: ¿Qué entienden por salud mental?

Los asistentes compartieron sus ideas, mencionando frases como:

- “Es no estar loco.”
- “Es sentirse bien con uno mismo.”

- “Tener paz mental.”
- “Poder dormir bien y estar tranquilo.”
- “Saber controlar las emociones.”

La moderadora complementó explicando que la salud mental va más allá de la ausencia de enfermedad, involucrando cómo pensamos, sentimos, actuamos, enfrentamos los retos de la vida y nos relacionamos con los demás.

Pregunta 2: ¿Qué cosas afectan nuestra salud mental en casa, en el trabajo o en la comunidad?

Se mencionaron factores como:

- Discusiones familiares
- Estrés laboral
- Desempleo
- Violencia intrafamiliar
- Soledad
- Uso excesivo de redes sociales

Se reforzó la importancia de identificar estos factores y trabajar en redes de apoyo.

Pregunta 3: ¿Qué es para ustedes una buena convivencia familiar?

Los participantes destacaron valores como:

- Respeto mutuo
- Diálogo abierto
- Apoyo emocional
- Límites claros
- Tiempo en familia

Se reflexionó sobre la importancia de mantener relaciones familiares sanas a pesar de las diferencias.

Pregunta 4: ¿Qué dificultades viven las familias hoy en día para convivir en armonía?

Surgieron temas como:

- Problemas económicos

- Uso excesivo del celular
- Violencia en el hogar
- Falta de tiempo para compartir
- Dificultades de comunicación

Se validaron las experiencias compartidas y se generó un ambiente de confianza.

Pregunta 5: ¿Qué señales nos muestran que algo no anda bien emocionalmente?

Se identificaron señales como:

- Tristeza constante
- Irritabilidad
- Insomnio
- Aislamiento
- Consumo de sustancias
- Autolesiones o comportamientos violentos

Se resaltó la importancia de prestar atención a estos signos y no normalizarlos.

Pregunta 6: ¿A quién acudir o qué hacer si alguien en la familia tiene problemas emocionales?

Se propusieron varias alternativas:

- Buscar apoyo en alguien de confianza
- Acudir a profesionales de salud mental (psicólogo, trabajador social)
- Acceder a los servicios de salud disponibles
- Evitar minimizar lo que siente la otra persona

---

3. Momento de Construcción Comunitaria

Durante la conversación, varios asistentes expresaron su interés en profundizar temas relacionados con la salud mental y la convivencia:

- **Don Arquímedes:** Propuso trabajar el tema de *pautas de crianza y manejo de emociones*.
- **Señora Magola:** Sugerencia para abordar *prevención del consumo de sustancias*.

- **Señora Ángela:** Mostró interés en *manejo del estrés*.
- **Reinel Zapata:** Propuso desarrollar estrategias para la *resolución de conflictos*.
- **Orfandy:** Propuso temas de *autoestima, autoconcepto y toma de decisiones*.

La moderadora valoró cada una de estas propuestas y se comprometió a incluirlas en el desarrollo de futuras sesiones comunitarias.

---

4. Momento de Cierre

Se agradeció la participación activa de todos los asistentes, destacando la importancia de estos espacios para fortalecer las redes comunitarias de apoyo. Se invitó a mantener el compromiso con el cuidado de la salud mental, tanto a nivel individual como colectivo.

CONCLUSIONES

El encuentro realizado el 16 de mayo de 2025 en el Polideportivo Renán Barco permitió generar un espacio de diálogo abierto, reflexivo y participativo en torno a la salud mental y la convivencia familiar. La estrategia **Redes Comunitarias para el Cuidado de la Salud** fue bien recibida por los asistentes, quienes no solo compartieron sus percepciones y vivencias, sino que también propusieron temas clave para abordar en futuras jornadas.

Se evidenció una alta sensibilidad e interés por comprender y fortalecer la salud emocional en el entorno familiar y comunitario. Las aportaciones de los participantes enriquecieron la discusión, dejando claro que existen múltiples factores que influyen en el bienestar mental, y que es fundamental contar con espacios como este para promover el autocuidado, el apoyo mutuo y la prevención de problemáticas psicosociales.

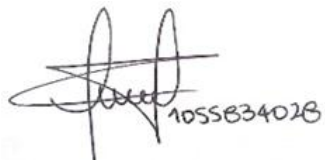
Finalmente, se reconoce la disposición de la comunidad para seguir construyendo de forma colectiva estrategias de acompañamiento emocional y fortalecimiento familiar, reafirmando que el cuidado de la salud mental es una responsabilidad compartida y esencial para la calidad de vida de todos y todas.

COMPROMISOS

ACTIVIDAD	RESPONSABLE	FECHA
ASISTENTES		
NOMBRE	**CARGO/DEPENDENCIA/ENTIDAD**	**FIRMA**
INVITADOS (Opcional)		
NOMBRE	**CARGO/DEPENDENCIA/ENTIDAD**	

(Se adjunta registro de asistencia de participantes)

Siendo las 4:00 pm, se da por terminada la reunión



TATIANA HENAO GALLEGO
PSICOLOGA SALUD PUBLICA
REG. 22736

Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Asistencia Técnica Procedimiento Plan de Intervenciones Colectivas **Asistencia Actividades de PIC**	Versión: 03 Código: F021-P03-AT Fecha: 2025-02-10

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Conversatorio de salud Mental y Convivencia Familiar FECHA: 16-05-2025

MUNICIPIO: Aguadas RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD: Tatiana Henao

DIMENSIÓN O LÍNEA: APS ESTRATEGIA: Redes Comunitarias para el cuidado de la salud.

N°	Asistentes (nombre completo y legible)	Número de Documento	Teléfono	Edad (Años cumplidos)	Género (¿Masculino, Femenino, otro, ¿cual?)	Grupo Poblacional												Firma o Huella
						Persona con discapacidad	Víctima	NARP	Indígena	LGTBIQ+	Migrante	Situación de, en y en riesgo de calle	Trabajadoras sexuales	Trabajadores informales	Mujer en edad fértil	Gestante	Ninguno	
1	Arquimedes Lotero	75048258	3206742684	54	M												X	Arquimedes Lotero
2	Doris Adriana Gallego	1055833581	3234433216	25	F												X	Doris Adriana Gallego
3	Daniela Loaiza Ortiz	1055804932	3216402669	31	F												X	Daniela Loaiza Ortiz.
4	Mª Magola Villa V	24365888	3148767460	58	F												X	Mª Magola Villa V.
5	Marta Lucia Ortiz Henao	24368437	3106445279	57	F												X	Marta Lucia Ortiz Henao
6	Angela Mª Patiño	1055834366	3147640838	32	F												X	Angela Maria Patiño
7	Mª Orfanda Cardona	24362614	3143940193	70	F												X	Mª Orfanda Cardona V
8	Luz Adiela Cortes	30490802	3226025501	60	F												X	Luz Adiela Cortes
9	Olga Cecilia Quintero	24366238	3148375012	58	F												X	Olga Cecilia Quintero O
10	Ana Sofia Giraldo M	1055834699	3145918484	15	F												X	Ana Sofia Garcés Maldonado
11	Eliana Maldonado	1055833442	3136860912	35	F												X	Eliana Maldonado
12	Raul Zapata Bedoya	9805105	3104064526	65	M												X	Raul Zapata B

Nota: Esta lista de asistencia debe ser diligenciada por el profesional en las actividades con comunidad en el primer encuentro y el participante firmará o pondrá huella (en caso de que no sepa leer y escribir)

Powered by CamScanner

Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Asistencia Técnica Procedimiento Plan de Intervenciones Colectivas **Asistencia Actividades de PIC**	Versión: 03 Código: F021-P03-AT Fecha: 2025-02-10

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Conversatorio de salud Mental y Convivencia Familiar. **FECHA:** 16-05-2025

MUNICIPIO: Aguadas **RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:** Tatiana Henao

DIMENSIÓN O LÍNEA: APS **ESTRATEGIA:** Redes Comunitarias para el Cuidado de la salud.

N°	Asistentes (nombre completo y legible)	Número de Documento	Teléfono	Edad (Años cumplidos)	Género (¿Masculino, Femenino, otro, ¿cual?)	Grupo Poblacional												Firma o Huella
						Persona con discapacidad	Víctima	NARP	Indigena	LGTBIQ+	Migrante	Situación de, en y en riesgo de calle	Trabajadoras sexuales	Trabajadores informales	Mujer en edad fértil	Gestante	Ninguno	
1	Ana Luz Arias Giraldo	24365857	3128050899	66	F	✓											X	Ana Luz Arias
2	Claudia Patricia Sanchez	24310569	3218534942	46	F												X	Claudia P S S
3	Germán Arias	75049854	3103151806	52	M												X	Germán
4	Ana María Martínez	24336411E7	3137467259	55	F												X	Ana María Martínez
5	María Elvia Cortés	24336411E7	3137467259	66	F												X	María Elvia Cortés
6	Oracio Arias	7334574	31[illegible]21	70	M												X	Oracio
7	Fulvia Medina	33345572	3202873816	79	F												X	Fulvia Med
8																		
9																		
10																		
11																		
12																		

Nota: Esta lista de asistencia debe ser diligenciada por el profesional en las actividades con comunidad en el primer encuentro y el participante firmará o pondrá huella (en caso de que no sepa leer y escribir)

Powered by CamScanner