ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI refirió DESARROLLO SOCIAL SERVICIO DE SALUD PÚBLICA	MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION (MIPG) INFORME DE INTERVENCIONES DEL GRUPO SALUD PÚBLICA	MMDS01.03.15.P002.F054	
		VERSIÓN	002

TIPO DE INTERVENCIÓN

Sensibilización [ ] Capacitación [X] Acompañamiento [ ] Seguimiento [ ] Jornada [ ]

Otro, Cuál:

Virtual: [ ] Presencial: [X] Individual: [ ] Colectiva: [ ]

DATOS DEL ENTORNO

Educativo: [ ] Comunitario [ ] Laboral: [X] Institucional: [ ] Otro:

FECHA: 21/abr/2025 - Hora Inicial: 02:00 pm – Hora Final: 04:00 pm

LUGAR: Auditorio Centro Comercial Santiago de Cali

Nombre Representante del Escenario: Paula Andrea Perlaza

COMUNA	INSTITUCIÓN	SEDE
8	FUNDACIÓN MERVA	N/A

1. DATOS GENERALES DE LA INTERVENCION:

En el marco de la Política Pública de Salud Mental (PPSM) y con el propósito de fortalecer capacidades que contribuyan a prevenir situaciones de violencia, suicidio, ideación suicida, trastornos y consumo de spa en el entorno laboral, el subgrupo de salud mental lleva a cabo acciones con el propósito de fortalecer capacidades y habilidades sociales para manejar y prevenir situaciones de riesgo que afectan la salud mental en el lugar de trabajo.

2. OBJETIVO:

Realizar Acción Informativa de Salud Mental en el Entorno Laboral dirigido a las integrantes de la Fundación Mujeres Emprendedoras y Resilientes de Cali y el Valle – MERVA.

3. CONTENIDOS:

- Inicio

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.

- Desarrollo
- Cierre

4. METODOLOGÍA: Exposición magistral y participativa.

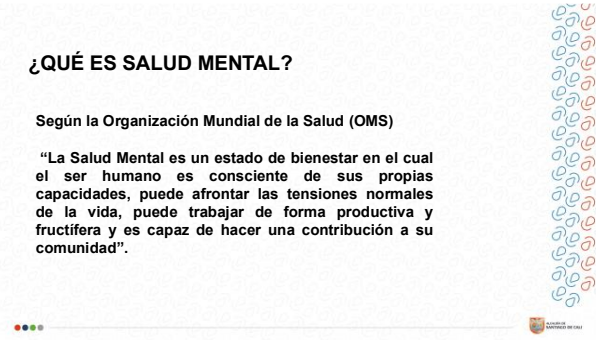
5. DESARROLLO DE LA INTERVENCION:

- Inicio

Siendo las 02:00 pm, la contratista María Isabel Méndez, del Subgrupo de Salud Mental y Convivencia, de la Secretaría Distrital de Salud se presentó en el auditorio del Centro Comercial Santiago de Cali, saludando a las integrantes de la Fundación de Mujeres Emprendedoras y Resilientes de Cali y el Valle MERVA, presentando el propósito de la acción informativa. La directora de la Fundación MERVA Paula Andrea Perlaza, agradeció a las asistentes su presencia e indicó que para ella era un orgullo saber que la fundación estaba cumpliendo un año de constituida, agrupando mujeres emprendedoras.

- Desarrollo:

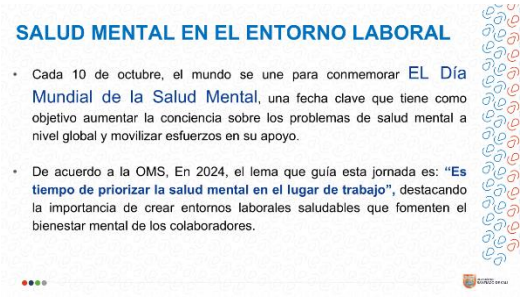
La contratista María Isabel Méndez, inició su presentación preguntando a las asistentes, que era para ellas la salud mental. Esto propició que dieran diversas opiniones al respecto, como, por ejemplo: “la salud mental es poder dormir tranquilas y sin problemas”, “es saberme controlar ante situaciones duras”, “es reconocerme y respetar a los demás”. Seguidamente, la contratista, presentó el concepto de la OMS describiendo aspectos a destacar de la salud mental. Acto seguido describió la normatividad que respalda los derechos que tienen las personas frente a la salud mental.





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.

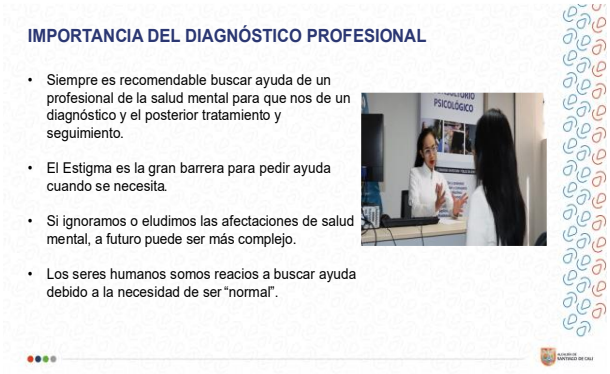
Seguidamente, se refirió al contexto nacional y municipal, el cual presenta un aumento de las afectaciones de salud mental por diversas razones, tales como económicas, sociales, ambientales y culturales. Argumentó, que todo esto tiene un alto impacto en los diferentes entornos (familiar, comunitario y laboral). En cuanto al entorno laboral, refirió que son normales las preocupaciones, sobre todo cuando se es trabajadora informal y/o independiente como es el caso de las integrantes de la Fundación MERVA. Sin embargo, desde el sector salud, indicó la contratista María Isabel Méndez, existe un interés porque cada día se proteja a los trabajadores formales e informales.





El paso siguiente fue explicar a las asistentes, la relación entre las emociones y los comportamientos de las personas que pueden llevarlas a una afectación de salud mental, sino las gestionan. Describió cada una de las emociones e invitó a las participantes a expresar acerca de cómo las gestionan. De igual forma, presentó las posibles causas en el entorno laboral, de una afectación, cómo se presenta y la importancia del diagnóstico profesional.





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.

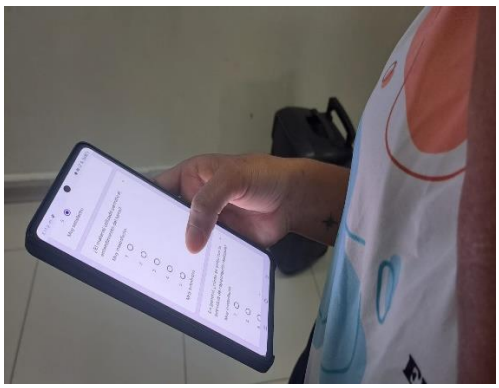
Se refirió, posteriormente, la contratista María Isabel Méndez, a la manera cómo podemos gestionar las emociones hacer pausas activas en el lugar de trabajo. Se refirió a la importancia del autocuidado como la capacidad de estar atento(a)s a lo que nos sucede, lo que pensamos y lo que sentimos y en este sentido socializó algunas técnicas para manejar el estrés laboral:

- Micro meditación para reiniciar de 60 segundos: A veces no tenemos tiempo para una sesión completa de meditación. Cerrar los ojos durante 60 segundos. Inhalar y exhalar, ayuda a reiniciar el sistema nervioso.
- Interrupción de patrones: Romper el ciclo con un cambio rápido del entorno. Ponerse de pie o incluso aplaudir con fuerza (brinda un descanso mental).
- Enraizamiento: 5 - 4 – 3 – 2 - 1 (ejercicio sensorial que nos trae de nuevo al presente): 5 cosas para ver - 4 cosas para tocar - 3 cosas para oír - 2 cosas para oler - 1 cosa para saborear.

- Cierre:

Finalmente, siendo las 04:00 pm, se dio por terminada la acción informativa, invitando a las asistentes a diligenciar la encuesta de medición de la satisfacción a través del código QR. Se brindó además información de la Línea 106.





6. RESULTADOS ALCANZADOS:

6.1 Cumplimiento de objetivos:

Se cumplió el objetivo de la acción informativa. En la acción informativa participaron las siguientes personas:

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.

No de personas: 35 – Hombres: 4 – Mujeres: 31

7. REGISTRO FOTOGRÁFICO

7.1 Evidencias Mecanismos de convocatoria: Se realizó a través de articulación vía telefónica

7.2 Evidencias del desarrollo de la Intervención:





Fuente: Realizar Acción Informativa de Salud Mental en el Entorno Laboral dirigido a las integrantes de la Fundación de Mujeres Emprendedoras y Resilientes de Cali y el Valle - MERVA- Fecha: 21/abr/2025 – Hora: 02:00 pm – 04:00 pm
Lugar: Auditorio Centro Comercial Santiago de Cali

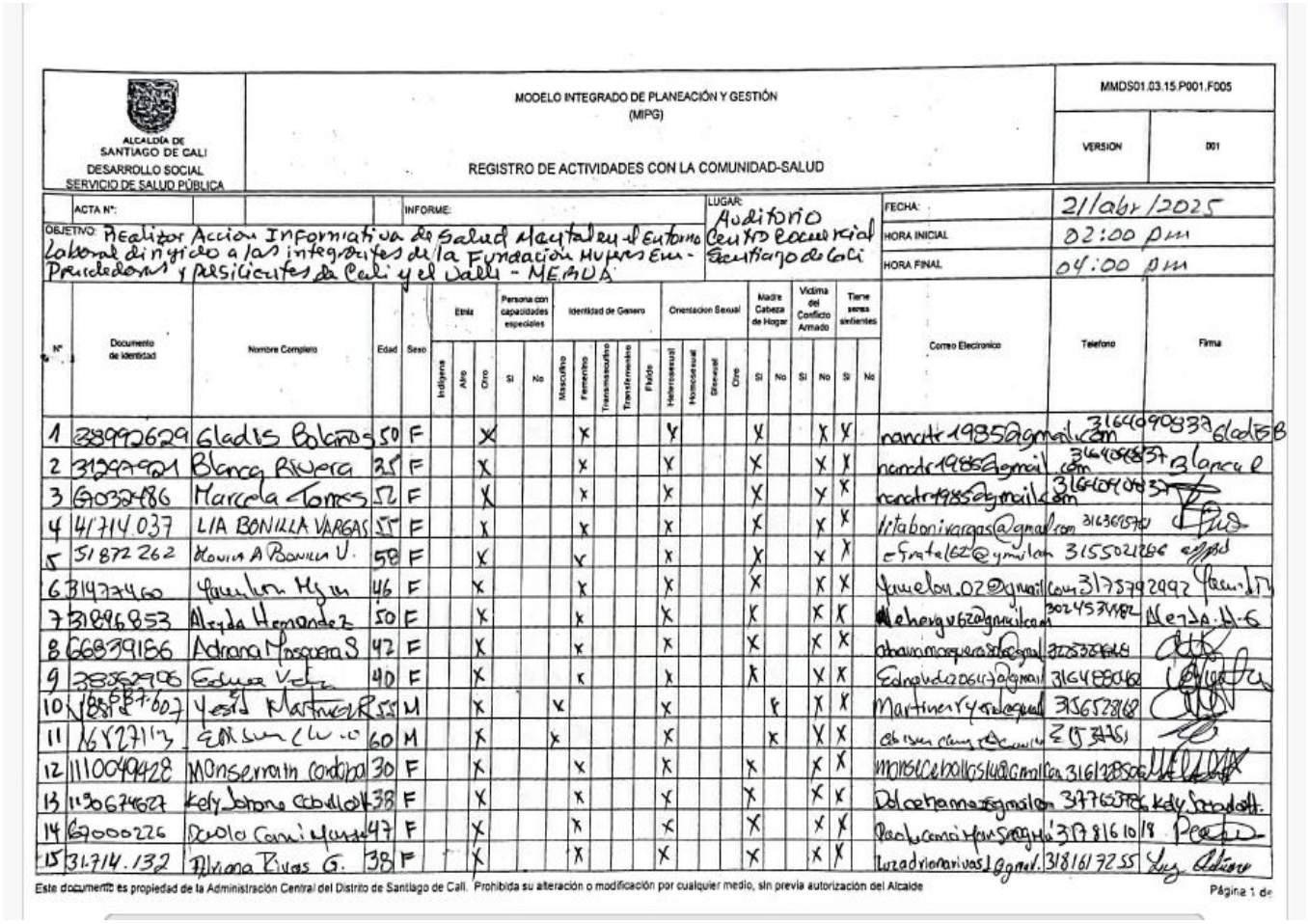
MARIA ISABEL MENDEZ
Contratista
Subgrupo de Salud Mental y Convivencia
Secretaría Distrital de Salud

NOTA: Se anexa listado de asistencia compuesto por tres (3) folios.

Realizó: María Isabel Méndez– 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



ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI
DESARROLLO SOCIAL
SERVICIO DE SALUD PÚBLICA

MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MIPG)

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD

MMDS01.03.15.P001.F005 | VERSION 001

ACTA N°: | INFORME: | LUGAR: Auditorio Centro Comercial Santiago de Cali | FECHA: 21/abr/2025 | HORA INICIAL 02:00 pm | HORA FINAL 04:00 pm

OBJETIVO: Realizar Accion Informativa de Salud Mental en el Entorno Laboral dirigido a las integrantes de la Fundación Mujeres Emprendedoras y Pasiticuras de Cali y el Valle - MEMUA

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: Transmasculino	Identidad de Genero: Transfemenino	Identidad de Genero: Fluido	Orientacion Sexual: Heterosexual	Orientacion Sexual: Homosexual	Orientacion Sexual: Bisexual	Orientacion Sexual: Otro	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	38992629	Gladis Bolaños	50	F			X				X				X				X			X	X		nanchi1985@gmail.com	3164090837	gladisB
2	31299921	Blanca Rivera	35	F			X				X				X				X			X	X		nanchi1985@gmail.com	3164090837	Blanca R
3	66032486	Marcela Torres	52	F			X				X				X				X			X	X		nanchi1985@gmail.com	3164090837	
4	41714037	LIA BONILLA VARGAS	55	F			X				X				X				X			X	X		lilabonivargas@gmail.com	3163695740	
5	51872262	Nohora A Bonilla V.	58	F			X				X				X				X			X	X		efratelez@ymail.com	3155021286	
6	31474460	Yanelon Hyon	46	F			X				X				X				X			X	X		yanelon.02@gmail.com	3175792992	
7	31896853	Aleyda Hernandez	50	F			X				X				X				X			X	X		aleherg062@gmail.com	3024537482	
8	66839186	Adriana Mosquera S	47	F			X				X				X				X			X	X		adrianamosquera@gmail.com	3205328648	
9	38562906	Edilma Vela	40	F			X				X				X				X			X	X		Edmavela2061@gmail.com	3164880468	
10	16687607	Yesid Martinez R	55	M			X		X						X					X		X	X		Martinezy4@hotmail.com	3156528168	
11	16427113	Edilson Chaverra	60	M			X		X						X					X		X	X		edilsonchaverra@hotmail.com	3153746161	
12	1110049428	Monserrath Cordoba	30	F			X				X				X				X			X	X		monsecebollas1402@gmail.com	3161285826	
13	1130674627	Kelly Johana Ceballos	38	F			X				X				X				X			X	X		Dulcejhana@gmail.com	3176537626	Kelly Ceballos
14	67000226	Paola Camila Muñoz	47	F			X				X				X				X			X	X		Paolacamila4@hotmail.com	3178161018	
15	31.714.132	Adriana Rivas G.	38	F			X				X				X				X			X	X		luzadrianarivas1@gmail.com	3181617255	

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.

ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI
DESARROLLO SOCIAL
SERVICIO DE SALUD PÚBLICA

MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MIPG)

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD

MMDS01.03.15.P001.F005 | VERSION 001

ACTA N°: | INFORME: | LUGAR: Auditorio Centro Comercial Santiago de Cali | FECHA: 21/04/2025

OBJETIVO: Realizar Acción Informativa de Salud Mental en el entorno Laboral dirigido a las Integrantes de la Fundación Mujeres Emprendedoras y Resilientes de Cali y el valle - MERVA

HORA INICIAL: 02:00 PM

HORA FINAL: 04:00 PM

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: Transmasculino	Identidad de Genero: Transfemenino	Identidad de Genero: Fluido	Orientacion Sexual: Heterosexual	Orientacion Sexual: Homosexual	Orientacion Sexual: Bisexual	Orientacion Sexual: Otro	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
16	66.843.932	Yaneth Correa Cobo	59	F			X		X		X				X				X			X		X		316 869 7886	Yaneth Correa C
17	31305464	Diana Marcela Hoyos	41	F			X		X		X				X					X		X	X		Dianamayorga1c@gmail.com	3204283	Diana Hoyos
18	31963032	NOREYDA Martinez	48	F			X		X		X				X				X			X	X		KISSNI1401681@hotmail.com	3132514133	
19	31965505	Esperanza Macuaca	37	F			X		X		X				X					X		X	X			3233353521	
20	31.281.964	Melba Bozo	50	F			X		X		X				X				X			X	X			3163456421	Melba Bozo
21	66838396	Nancy Dominguez P	35	F			X		X		X				X				X			X	X			3174258900	Nancy Dominguez
22	66911005	Viviana F. Arce	35	F			X		X		X				X				X			X	X		Vivianaf-71@hotmail.com	3135918664	Viviana Arce
23	6201119	Sandra Patricia M.	48	F			X		X		X				X				X			X	X		Esta comunidad trabaja mesa de 098@gmail.com	3149346550	
24	1193047807	Jairo Serna Ch	28	H			X	X		X					X					X		X	X		Serna68@gmail.com	3206134127	Jairo Serna
25	6028761	Madinson Velasco L.	65	H			X	X	X						X					X		X	X		mandovelo@gmail.com	3232991622	
26	1113513337	Sandra Cecilia Ba	38	F			X		X		X				X				X			X	X		Sandracaicedo@gmail.com	3103750337	Sandra C
27	67.010538	Paula B. Palaza	47	F			X		X		X				X				X			X	X		mariapaz-776@hotmail.com	3166213653	
28	66902544	Maura Isabel Cuchumbe	54	F			X		X		X				X				X			X	X		maurabug43@gmail.com	3179908316	Maura C S
29	31849509	Ana Maria Valencia	30	F			X		X		X				X				X			X	X			318 8227095	Ana Maria Valencia
30	1143191213213	Lorena Garcia Lopez	23	F			X		X		X				X				X			X	X		Manitagarcia-1@outlook.com	3142169616	L. Garcia

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.

ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI
DESARROLLO SOCIAL
SERVICIO DE SALUD PÚBLICA

MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MIPG)

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD

MMDS01.03.15.P001.F005 | VERSION 001

ACTA N°: | INFORME: | LUGAR: Auditorio Centro Comercial Santiago de Cali | FECHA: 21/abr/2025 | HORA INICIAL 02:00 pm | HORA FINAL 04:00 pm

OBJETIVO: Realizar Acción Informativa de Salud Mental en el entorno Laboral dirigido a los Integrantes de la Fundación Hipertenso Procuidadoras y Residentes de Cali y el Valle - HERVA

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: Transmasculino	Identidad de Genero: Transfemenino	Identidad de Genero: Fluido	Orientacion Sexual: Heterosexual	Orientacion Sexual: Homosexual	Orientacion Sexual: Bisexual	Orientacion Sexual: Otro	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
31	31.225.410	Ma. Isabel M	67	F			X		X		X				X				X			X		X		3155120980	
32	34631085	Hilda Saldual	48	F			X		X		X				X				X			X		X		3103762410	
33	67033993	LADY JOHANA ROJAS	30	F			X		X		X				X				X			X		X		3170358911	
34	31972436	LUZ MARINA CACERES	30	F			X		X		X				X				X			X		X		3116619972	
35	69.082.193	Monica Jimenez H	39	F			X		X		X				X				X			X		X		3147305607	

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.