TIPO DE INTERVENCIÓN

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

Otro, Cuál:

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

DATOS DEL ENTORNO

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

FECHA: 07/may/2025 Hora Inicial: 10:00 am – Hora Final: 11:30 am

LUGAR: Institución Educativa Liceo Departamental

Nombre Representante del Escenario: Nora Lucia Montaño

COMUNA	INSTITUCIÓN	SEDE
17	Institución Educativa Liceo Departamental	Principal

1. DATOS GENERALES DE LA INTERVENCION:

   En el contexto de la Política Pública de Salud Mental (PPSM) y con el objetivo de mejorar las capacidades para prevenir situaciones de violencia, suicidio, pensamientos suicidas, trastornos y el consumo de sustancias psicoactivas en el ámbito educativo, el subgrupo de salud mental realiza acciones orientadas a reforzar las habilidades y competencias sociales necesarias para gestionar y prevenir los riesgos que impactan la salud mental dentro de la comunidad educativa.

2. OBJETIVO:
   Realizar capacitación en prevención de violencias, consumo de sustancias psicoactivas (SPA) y salud mental, dirigida a los mediadores escolares de la IE Liceo departamental.

   .

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
   -Inicio
   -Desarrollo
   -Cierre

4. METODOLOGÍA:

   Metodología participativa.

5. DESARROLLO DE LA INTERVENCION:

   Las contratistas Vanessa Viveros y María Isabel Méndez del Subgrupo de Salud Mental y Convivencia, se presentaron en la Institución Educativa Liceo Departamental con el objetivo de abordar los temas de prevención de violencias y manejo de emocional con los estudiantes.

   La actividad comenzó con preguntas rompe hielo a los adolescentes para explorar su comprensión sobre las emociones, con interrogantes como '¿Qué son las emociones?' y '¿Cuáles son las emociones?'.

   Posteriormente, la contratista Vanessa Viveros, ofreció una breve explicación sobre las emociones básicas, su importancia y su impacto en la vida cotidiana. Una vez aclaradas las dudas sobre las emociones, la contratista Vanessa Viveros volvió a realizar una pregunta para integrar el concepto de 'salud mental': '¿Ustedes creen que las emociones forman parte de la salud mental?' La mayoría compartió sus puntos de vista, expresando ideas como 'Sí, porque cómo nos sentimos depende de nuestro estado de ánimo' o 'Las emociones deben ser reconocidas para estar tranquilos'. A partir de estas respuestas, la contratista María Isabel Méndez socializó el término 'salud mental', citando la definición de la OMS, que describe la salud mental como: 'Un estado de bienestar en el cual el individuo se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar de manera productiva y fructífera, y es capaz de hacer una contribución a su comunidad' (OMS, 2001).

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.



La contratista María Isabel Méndez presentó el contexto económico, social y ambiental actual, destacando tres grandes retos: la guerra, el hambre y el cambio climático. Señaló que, aunque estas problemáticas no se resuelven rápidamente, cada persona debe decidir cómo afrontarlas, ya que pueden afectar la salud mental y derivar en violencia familiar, consumo de sustancias o trastornos. Al preguntar si la vida les parecía fácil, la mayoría de los estudiantes respondió que no. La contratista María Isabel Méndez reafirmó que la vida es impredecible y que la salud mental también depende de la capacidad para enfrentar las dificultades, retomando la definición de la OMS expuesta al inicio.

Dando continuidad, la contratista Vanessa Viveros, se refirió a las emociones, como una respuesta normal ante las situaciones adversas y en este sentido indicó que era válido sentir tristeza, rabia, miedo y/o nostalgia. Lo que no es válido, expresó es que no se gestionen estas emociones. Indicó que existen una serie de técnicas para gestionarlas las cuales son importantes para tener en cuenta en el día a día. La contratista Vanessa Viveros brindó ejemplos a los estudiantes sobre la mala gestión emocional y cómo esto puede desencadenar en violencia, trastornos y, en algunos casos, en el consumo de sustancias psicoactivas. Así mismo, proporcionó herramientas para gestionar, liberar y exteriorizar cada emoción de manera adecuada, evitando recurrir a formas no saludables como los distintos tipos de violencia. Dando continuidad la contratista Vanessa Viveros mencionó los diferentes tipos de violencia, haciendo especial énfasis en la autolesión,

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 ideaciones suicidas y el suicidio. Asimismo, la contratista Vanessa Viveros explicó cómo los diferentes tipos de violencia están estrechamente vinculados al dolor y al sufrimiento psíquico y social. En su explicación, detalló que los elementos que rodean a un individuo, tales como sus emociones, relaciones familiares, personales y sentimentales, así como su contexto político, académico, laboral, económico y cultural, pueden influir significativamente en su bienestar. Las personas que experimentan sufrimiento psíquico y social suelen enfrentar dificultades en alguna o varias de estas áreas, lo que puede desencadenar problemas de salud mental como ansiedad o depresión, entre otros. Estas situaciones requieren una atención especializada y diferenciada, basada en un enfoque psicosocial que contemple las particularidades de cada individuo.

Dando continuidad, la contratista Vanessa Viveros introdujo el concepto de sustancias psicoactivas. Se explicó que estas son compuestos, ya sean naturales o sintéticos, que tienen la capacidad de alterar el funcionamiento del sistema nervioso central. Su consumo puede modificar la percepción, el estado de ánimo y el comportamiento de las personas, lo que hace necesario un conocimiento claro sobre los riesgos asociados a su uso y abuso.

Seguidamente, la contratista Vanessa Viveros explicó que las sustancias psicoactivas se clasifican en tres grupos principales:

Depresoras: Son aquellas que disminuyen la actividad cerebral, como el alcohol y los opioides (incluidos algunos fármacos).

Estimulantes: Aumentan la actividad cerebral, tales como la cocaína y la cafeína.

Alucinógenas: Provocan distorsiones en la percepción, como el LSD y el cannabis.

Para profundizar en los efectos de estas sustancias, la contratista Vanessa Viveros planteó a los estudiantes la pregunta: “¿Cómo creen que afectan el cerebro?” La contratista Vanessa Viveros les explicó que las sustancias psicoactivas alteran la comunicación entre las células cerebrales, lo que puede afectar la liberación y regulación de neurotransmisores clave como la serotonina y la dopamina. Esto puede resultar en dependencia o adicción, ya que las sustancias modifican la estructura y el funcionamiento del cerebro.

Además, la contratista Vanessa Viveros destacó que el consumo de estas sustancias puede tener efectos devastadores a nivel psicológico, como la aparición o agravamiento de trastornos mentales. También puede generar dificultades para comunicarse, lo que puede llevar al

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.

aislamiento social. A nivel físico, el abuso de estas sustancias puede ocasionar problemas cardiovasculares, debilitar el sistema inmunológico y, con el tiempo, provocar un deterioro tanto físico como cognitivo.

Seguidamente la contratista María Isabel Méndez invitó al grupo a participar en una actividad reflexiva y creativa llamada “El tendedero de las emociones”. Explicó que, una vez interiorizados los conceptos trabajados durante la sesión, los estudiantes debían recordar un momento o situación que les haya generado alegría, escribirlo en una hoja y colgarlo en un “tendedero” simbólico. La dinámica buscaba fortalecer la conexión entre la vivencia emocional y la expresión escrita, promoviendo la empatía y la participación. Algunos estudiantes compartieron voluntariamente sus recuerdos con el grupo.

Posteriormente, la contratista Vanessa Viveros llevó a cabo una evaluación tipo post -test, con el objetivo de verificar la comprensión y apropiación de los conceptos abordados durante la jornada. Para ello, se formularon preguntas clave relacionadas con los temas trabajados. Con el fin de fomentar la participación activa y mantener el interés de los estudiantes, se ofrecieron pequeños incentivos a quienes respondieran de manera acertada. Esta estrategia permitió identificar el nivel de aprendizaje alcanzado por los asistentes de una forma dinámica y participativa.

Las preguntas aplicadas fueron las siguientes:

¿Cuántos tipos de violencia existen según la presentación abordada?

Respuesta de un estudiante (15 años): “Cinco tipos: violencia física, sexual, psicológica, de género y patrimonial.”

¿Qué es salud mental según la OMS?

Respuesta de un estudiante de (14 años): "La salud mental, según la OMS, es cuando una persona se siente bien con ella misma, puede manejar sus emociones, hacer cosas normales del día a día, llevarse bien con los demás y enfrentarse a los problemas sin sentirse demasiado mal. Es como estar sano por dentro, en los pensamientos y en los sentimientos."

¿Sabes cuál es la hormona que tu cuerpo produce cuando estás estresado y qué cosas puedes hacer para que esa hormona baje?

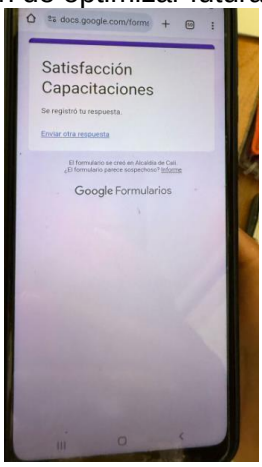
Respuesta de un estudiante de (15 años): “La hormona del estrés se llama cortisol. El cuerpo la produce cuando estamos muy preocupados o nerviosos. Se puede bajar haciendo ejercicio, durmiendo bien, respirando profundo o haciendo cosas que te relajen, como escuchar música o

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.

salir a caminar.”

Finalmente, algunos estudiantes compartieron cómo vivieron la actividad. Además, se socializó la línea 106, un servicio de atención en salud mental disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana, con acompañamiento profesional por parte de psicólogos. Al finalizar la actividad, se agradeció a todos los participantes por su disposición y compromiso. Las contratistas Vanessa Viveros y María Isabel Méndez destacaron la importancia de poner en práctica los factores protectores en la vida cotidiana y motivó a los asistentes a compartir lo aprendido con sus familiares y amigos. Además, se les recordó la relevancia de buscar apoyo como un pilar fundamental para el bienestar personal y comunitario, enfatizando que el cuidado de la salud mental es esencial para fortalecer tanto el individuo como la comunidad en su conjunto.

Para finalizar se les socializó las encuestas de satisfacción donde debían de diligenciar el código QR, esta tiene como objetivo recoger sus opiniones y valoraciones sobre el desarrollo de la actividad. Esta encuesta permite identificar fortalezas, oportunidades de mejora y evaluar el impacto de la capacitación en el personal, con el fin de optimizar futuras sesiones formativas.



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. RESULTADOS ALCANZADOS:

No. de asistentes personas 17 No. hombres: 09 No. Mujeres: 08

Esta iniciativa se enmarca en el Acuerdo 0501 de 2021, cuyo objetivo principal es promover la mejora de la calidad de vida de la población del Distrito de Santiago de Cali, mediante acciones constantes, coordinadas e intersectoriales en salud mental, convivencia social.

La participación se distribuyó de acuerdo con las siguientes políticas:

- Política de Adolescencia: 14 personas (06 mujeres 08 hombres).
- Política de Adultez: 2 personas (01 hombre 01 Mujer)
- Política de Vejez: 1 persona (mujer).

6.1 Cumplimiento de objetivos:

La intervención concluyó con un impacto positivo y significativo en la población participante. A lo largo de la jornada, se evidenció la importancia de mantener una salud mental adecuada, así como la necesidad de gestionar correctamente las emociones. Asimismo, se destacó el valor de los factores protectores como herramientas esenciales para alcanzar un equilibrio emocional y psicológico. Al finalizar, los participantes mostraron una mayor conciencia sobre el cuidado de su bienestar mental y emocional en su vida cotidiana.

7. REGISTRO FOTOGRÁFICO

7.1 Evidencias Mecanismos de convocatoria: Reunión presencial

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.

a. Evidencias del desarrollo de la Intervención





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.



Fuente Realizar capacitación en prevención de violencias, consumo de sustancias psicoactivas (SPA) y salud mental, dirigida a los mediadores escolares de la IE Liceo departamental: 07/may/2025 - Hora: 10:00 am – 11:30 am - Lugar: IE Liceo Departamental.

VANESSA VIVEROS BETANCOURT
Contratista
Subgrupo de Salud Mental y Convivencia Secretaría Distrital de Salud

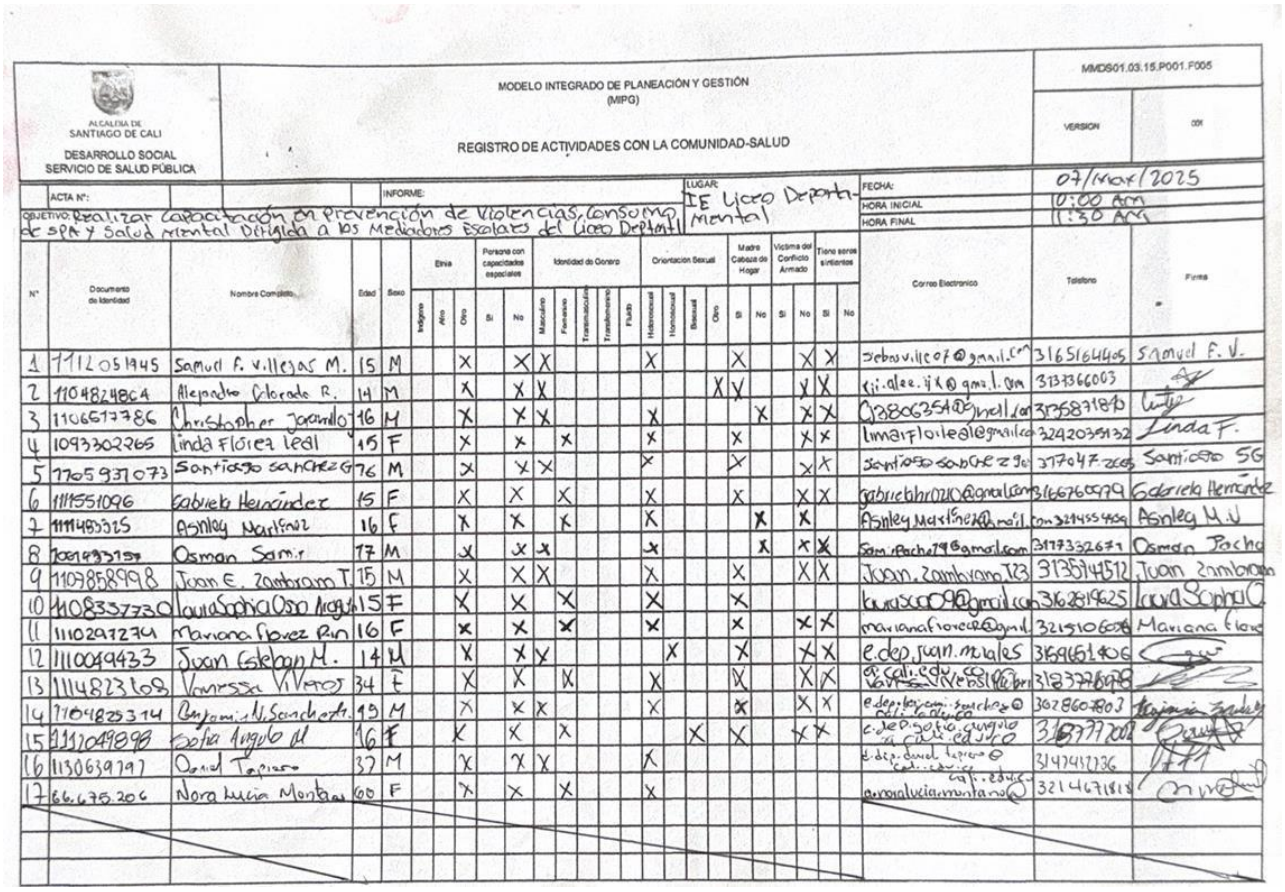
MARIA ISABEL MENDEZ
Contratista
Subgrupo de Salud Mental y Convivencia Secretaría Distrital de Salud

NOTA: Se anexa listado de asistencia compuesto por un (1) folio.

Realizó: Vanessa Viveros – 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: IE Liceo Departamental | FECHA: 07/Mar/2025 | HORA INICIAL 10:00 Am | HORA FINAL 11:30 Am

OBJETIVO: Realizar capacitación en Prevención de Violencias, Consumo de SPA y Salud mental Dirigida a los Mediadores Escolares del Liceo Departamental

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	Orientación Sexual: Heterosexual	Orientación Sexual: Homosexual	Orientación Sexual: Bisexual	Orientación 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	1112051945	Samuel F. villegas M.	15	M			X		X	X					X				X			X		X	X	sebas.villegas07@gmail.com	3165164405	Samuel F. V.
2	1104824804	Alejandro Colorado R.	14	M			X		X	X								X	X			X		X		3133366003	
3	1106617786	Christopher Jaramillo	16	M			X		X	X					X					X		X		X		Cj38063254@gmail.com	3135871845	
4	1093302265	Linda Flórez Leal	15	F			X		X		X				X				X			X		X	X	lmarflorezl@gmail.com	3242035132	Linda F.
5	1765937073	Santiago sanchez G	16	M			X		X	X					X				X			X		X	X	santiagosanchez9@	317647 2665	Santiago SG
6	1111551096	Gabriela Hernández	15	F			X		X		X				X				X			X		X	X	gabrielahrnz0@gmail.com	3166760779	Gabriela Hernández
7	1111489315	Ashley Martínez	16	F			X		X		X				X					X		X				Ashley.martinez@gmail.com	3219455469	Ashley M.V
8	1061493159	Osman Samir	17	M			X		X	X					X					X		X		X	X	Sam.rocha79@gmail.com	3117332671	Osman Rocha
9	1107858998	Juan E. Zambrano T.	15	M			X		X	X					X				X			X		X	X	Juan.zambrano.123	3135714512	Juan Zambrano
10	1108337330	Laura Sofía Ospina Angel	15	F			X		X		X				X				X							laurisco99@gmail.com	3162819625	Laura Sofía O
11	1102917274	Mariana Flórez Rin	16	F			X		X		X				X				X			X		X	X	marianaflorez@gmail.com	3215106	Mariana Flórez
12	1100049433	Juan Esteban M.	14	M			X		X	X						X			X			X		X	X	e.dep.juan.morales@cali.edu.co	3159651406	
13	1114823608	Vanessa Rivera	34	F			X		X		X				X				X			X		X	X	e.dep.vanessa.rivera@cali.edu.co	3183778698	
14	1104825314	Benjamin Sanchez A.	19	M			X		X	X					X				X			X		X	X	e.dep.benjamin.sanchez@cali.edu.co	3028607803	Benjamin Sanchez
15	1111049898	Sofía Angulo M	16	F			X		X		X						X		X			X		X		c.dep.sofia.angulo@cali.edu.co	3167777202	
16	1130639797	Daniel Tapiero	37	M			X		X	X					X											e.dep.daniel.tapiero@cali.edu.co	3147447236	
17	66.675.206	Nora Lucia Montaño	60	F			X		X		X				X											noralucia.montano@cali.edu.co	3214671818	