TIPO DE INTERVENCIÓN

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

Otro, Cuál:

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

DATOS DEL ENTORNO

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

FECHA: 24/abr/2025 - Hora Inicial: 02:00 pm – Hora Final: 03:30 pm

LUGAR: Reunión virtual: https://meet.google.com/fon-pdzh-sdh?authuser=0

Nombre Representante del Escenario: Zulay Mora

COMUNA	INSTITUCIÓN	SEDE
18	Fundación Genesis - Creciendo juntas	N/A

1. DATOS GENERALES DE LA INTERVENCION:

En el marco de la Política Pública de Salud Mental y Convivencia (PPSM) y con el propósito de fortalecer capacidades que contribuya a prevenir situaciones de violencia, suicidio, trastornos y consumo de SPA en los diferentes entornos, el subgrupo de salud mental y convivencia de la Secretaría de Salud 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 la comunidad.

2. OBJETIVO:

Realizar capacitación en prevención de las Violencias y rutas de atención dirigida al colectivo de mujeres “creciendo juntas” de la Comuna 18, en el marco de la Política Pública de Salud Mental, Acuerdo 0501 de 2021.

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: Reunión participativa.

5. DESARROLLO DE LA INTERVENCION:

- Inicio

Siendo las 02:00 pm, las contratistas Vanessa Viveros y María Isabel Méndez, del Subgrupo de Salud Mental y Convivencia, de la Secretaría Distrital de Salud dieron inicio a la Capacitación, saludando a las asistentes y agradeciendo la asistencia.

- Desarrollo:

La contratista María Isabel Méndez, explicó el motivo de este primer acercamiento de articulación entre el Subgrupo de Salud Mental y Convivencia de la Secretaría Distrital de Salud y la Mesa de Mujeres de la comuna 18 y celebraron el vínculo de ahora en adelante, ya que, desde la institucionalidad, los derechos de las mujeres y las afectaciones de salud mental desde diferentes aspectos es una necesidad apremiante de atender. Por su parte la coordinadora del colectivo “Creciendo Juntas” de la comuna 18, Zulay Mora, agradeció la presencia de las contratistas.

Durante su intervención, la Coordinadora del colectivo Creciendo Juntas, Zulay Mora, presentó el propósito de esta instancia de participación. Explicó que forman parte de la Fundación Génesis, un espacio que agrupa a diversas organizaciones de mujeres de las zonas urbana y rural de Santiago de Cali. Esta instancia tiene como objetivo principal actuar como canal de interlocución entre las mujeres y la administración municipal, permitiendo ejercer veeduría social sobre la implementación de la Política Pública de “Reconocimiento, Equidad de Género e Igualdad de Oportunidades”. Además, promueve el desarrollo de planes, programas y proyectos que garanticen y fortalezcan los derechos humanos de las mujeres.

Posteriormente, la contratista María Isabel Méndez retomó la presentación del Subgrupo de Salud Mental y Convivencia, socializando en primer lugar el concepto de salud mental, de acuerdo a la Organización Mundial de Salud, la cual conceptualiza 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

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.

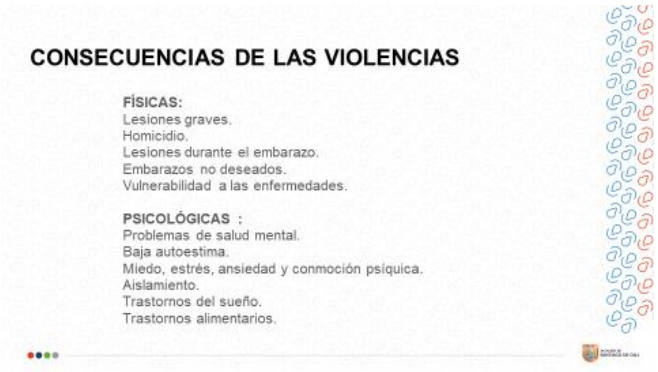
vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer una contribución a su comunidad (OMS 2001). Posteriormente describió el Acuerdo 0501 del 2021 (Política Pública de Salud Mental).

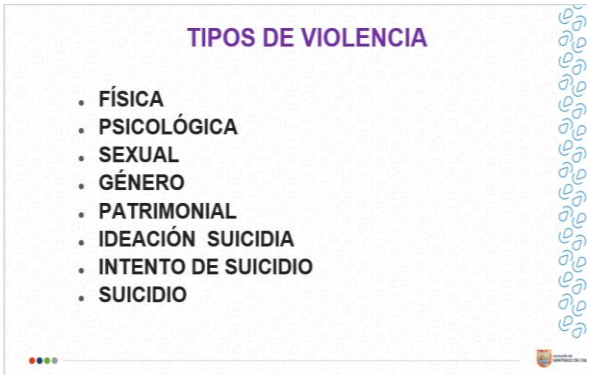
Acto seguido, la contratista Vanessa Viveros, señaló que el contexto tanto nacional como municipal es algo complejo por las inequidades económicas y sociales especialmente en el distrito de Cali. Mostró cifras de salud mental, relacionadas con las violencias, consumo de spa y trastornos. Se refirió al aumento de los casos de intento y suicidio principalmente en la población adolescente y joven. En este sentido preguntó a las asistentes, si la violencia, el cual era el tema que solicitaron, ¿era la solución a los problemas? En este orden explicó el concepto de Violencia.



La contratista María Isabel Méndez continuó con la presentación, abordando los diferentes tipos de violencia, con especial énfasis en la violencia de género. Aprovechó el espacio para proponer, en el marco de la próxima capacitación, la realización de un cine foro con la película “Adolescente”, como una herramienta pedagógica para profundizar en temas relacionados con el entorno familiar y su impacto en las primeras etapas de la vida. Posteriormente, expuso las consecuencias de la violencia, tanto físicas como psicológicas, y reiteró la importancia de reconocer sus diversas manifestaciones.

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 continuación, la contratista Vanessa Viveros abordó el tema de la gestión de las emociones y su vínculo con los actos de violencia, explicando cómo una adecuada comprensión y manejo de las emociones puede contribuir a prevenir comportamientos violentos. Destacó que las emociones están estrechamente relacionadas con el sistema endocrino, ya que este regula la producción de hormonas en glándulas como el hipotálamo, la hipófisis y la tiroides, las cuales influyen directamente en el metabolismo y en diversas funciones corporales. Estas hormonas, como la adrenalina, el cortisol, la insulina, la tiroxina, los estrógenos, la testosterona, la melatonina, la melanina y la aldosterona, actúan como mensajeros químicos que, una vez secretados, se transportan a través del torrente sanguíneo hacia distintos órganos del cuerpo, generando respuestas fisiológicas y emocionales.
Continuando con la exposición, describió qué son los neurotransmisores que producen las neuronas y afectan las emociones y enunció cómo se pueden activar de la siguiente manera:

- Endorfina: Estimula las áreas del cerebro que producen placer. Se libera al hacer ejercicio, reír, escuchar música o comer chocolate.

- Serotonina: Genera bienestar, concentración, autoestima y equilibrio emocional. Se libera al exponerse al sol, meditar, dormir bien o comer alimentos ricos en triptófano.

- Dopamina: Es parte del sistema de recompensa del cerebro. Se libera al lograr metas, tener nuevas, experiencias, sentirse orgulloso o recibir elogios.

- Oxitocina: Favorece el vínculo afectivo, la confianza y la empatía. Se libera al abrazar, besar, acariciar o tener relaciones sexuales.

Acto seguido, la contratista María Isabel Méndez se refirió al concepto del autocuidado como una herramienta para gestionar las emociones. Señaló que el autocuidado hace referencia a la capacidad

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.

de estar atento(a)s a lo que nos sucede, lo que pensamos y lo que sentimos. Autocuidado es sabernos validar y proteger. Es lograr un equilibrio en nuestro estado de bienestar físico y emocional. Socializó una herramienta que puede ayudar a identificar cuales aspectos trabajar para tener salud física y emocional. Esta herramienta fue propuesta por el psiquiatra Phil Stutz, quien la denominó Fuerza Vital.





Para una mejor comprensión de esta herramienta, la contratista María Isabel Méndez, invitó a las asistentes a realizar el ejercicio de la Fuerza Vital, invitándolas a dibujar una pirámide y reflexionar los tres aspectos que habla dicha herramienta desde sus casas.

- Relación con el cuerpo (cómo está su salud física, periodicidad de chequeo médico, alimentación saludable, actividad física).
- Relación con los demás (Cómo se relacionan con su pareja, hijos, padres, hermanos, familiares, vecinas, compañeras de trabajo)

Seguidamente, se socializaron las diferentes estrategias de protección frente a las violencias, con especial énfasis en aquellas dirigidas a la protección de las mujeres. Entre las iniciativas mencionadas se destacaron las relacionadas con las Masculinidades no Hegemónicas, la Línea 106 de atención psicológica y la Ruta Integral de Atención a Víctimas de Violencia.

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.



Asimismo, la contratista Vanessa Viveros explicó de manera detallada el proceso de activación de la Ruta de Atención a Víctimas de Violencia, resaltando la importancia del acompañamiento institucional para garantizar una respuesta oportuna y efectiva. También socializó la existencia de los Consultorios Rosa, espacios diseñados para ofrecer atención especializada, confidencial y con enfoque de género a mujeres víctimas de violencia, ubicados en la ESE Ladera.



- Cierre:

Finalmente, siendo las 03:30 pm, se dio por terminada la acción informativa, se socializó la encuesta de satisfacción, invitando a las asistentes a diligenciar el código QR, para aplicar la encuesta.

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.

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN CAPACITACION



6. RESULTADOS ALCANZADOS:

6.1 Cumplimiento de objetivos:

Se cumplió el objetivo de la actividad realizada. Las contratistas María Isabel Méndez y Vanessa Viveros, comentaron que esperan que a la próxima convocatoria asistan más personas. Se reiteró que en la próxima reunión es muy importante asistir pues se realizara cine foro y mesa de discusión de otras afectaciones de salud mental, como el consumo de spa y los trastornos.

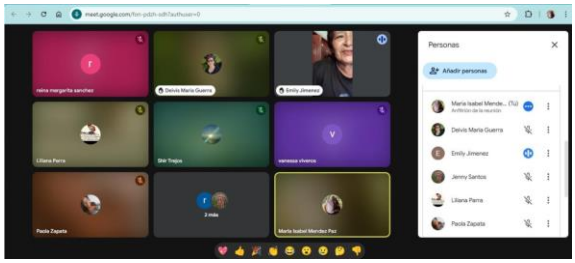
En la acción informativa asistieron las siguientes personas. No de personas: 13– Hombres: 0 – Mujeres: 13.

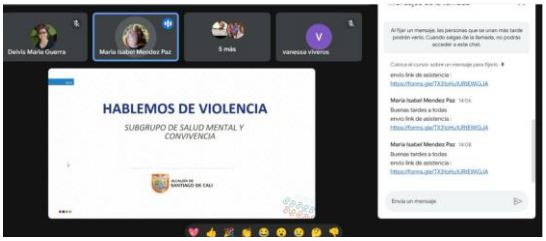
Cursos de vida:
Adultez 29-59 años: 11 mujeres
Vejez 60 o más: 02 mujeres

7. REGISTRO FOTOGRÁFICO
7.1 Evidencias Mecanismos de convocatoria: Se realizó a través de contacto telefónico.

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 Realizar capacitación en prevención de las Violencias y rutas de atención dirigida al colectivo de mujeres “creciendo juntas” de la Comuna 18, en el marco de la Política Pública de Salud Mental, Acuerdo 0501 de 2021. Fecha: 24/abr/2025 – Hora: 02:00 pm – 03:30 pm. Lugar: Reunión virtual: https://meet.google.com/fon-pdzh-sdh?authuser=0

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

VANESSA VIVEROS
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

Fecha/Hora	Nombre completo	Nombre Organización	Edad	Correo electrónico	Autorización de firma - Protección de datos personales
2025/04/24 02:00 p.m.	Nancy Giraldo	Creciendo Juntas	54	nancyg1442hotmail.com	He leído y acepto políticas de protección de datos personales
2025/04/24 02:15 p.m.	Deybis María Guerra	Creciendo Juntas	54	deimague20@gmail.com	He leído y acepto políticas de protección de datos personales
2025/04/24 02:30 p.m.	Margarita Sánchez	Creciendo Juntas	65	margaratrueque@gmail.com	He leído y acepto políticas de protección de datos personales
2025/04/24 02:33 p.m.	Luz Mery Perlaza	Creciendo Juntas	54	pluzmery805@gmail.com	He leído y acepto políticas de protección de datos personales
2025/04/24 02:35 p.m.	Virginia Manquillo	Creciendo Juntas	54	No tiene correo electrónico	He leído y acepto políticas de protección de datos personales
2025/04/24 02:50 p.m.	Consuelo Rincón	Creciendo Juntas	50	consuelo21rbc@gmail.com	He leído y acepto políticas de protección de datos personales
2025/04/24 02:50p.m.	Onoria Rivas	Creciendo Juntas	33	limpa.rivas@gmail.com	He leído y acepto políticas de protección de datos personales
2025/04/24 03:00 p.m.	Idalia Guerrero	Creciendo Juntas	59	rositafus@gmail.com	He leído y acepto políticas de protección de datos personales
2025/04/24 03:10 p.m.	Jenny Patricia Santos	Creciendo Juntas	47	jennyfortaleza23@gmail.com	He leído y acepto políticas de protección de datos personales
2025/04/24 03:15 p.m.	Liliana Parra	Creciendo Juntas	48	lili.solarte1221@gmail.com	He leído y acepto políticas de protección de datos personales
2025/04/24 03:17 p.m.	Emilia Jimenez	Creciendo Juntas	68	No tiene correo electrónico	He leído y acepto políticas de protección de datos personales
2025/04/24 03:20 p.m.	Janeth Rocío Ceballos	Creciendo Juntas	57	janeth196@hotmail.com	He leído y acepto políticas de protección de datos personales
2025/04/24 03:30 p.m.	Shirley Trejos	Creciendo Juntas	59	shirleytrejos@gmail.com	He leído y acepto políticas de protección de datos personales

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.