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: 09/may/2025 - Hora Inicial: 10:30 am – Hora Final: 12:30 pm

LUGAR: IE Portete de Tarqui

Nombre Representante del Escenario: Coordinador Gustavo

COMUNA	INSTITUCIÓN	SEDE
18	IE Portete de Tarqui	Central

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 contribuyan a prevenir situaciones de violencia, suicidio, ideación suicida, trastornos y consumo de spa en el entorno educativo, el subgrupo de salud mental zona ladera lleva a cabo acciones con el propósito de fortalecer capacidades y habilidades sociales para manejar y prevenir situaciones de riesgo en la salud mental.

2. OBJETIVO:

Realizar Acción Informativa en prevención de las violencias, consumo de spa y trastornos dirigida a los estudiantes mediadores de la IE Portete de Tarqui.

3. CONTENIDOS:

- Inicio
- Desarrollo
- Cierre

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.

4. METODOLOGÍA: capacitación magistral e interactiva.

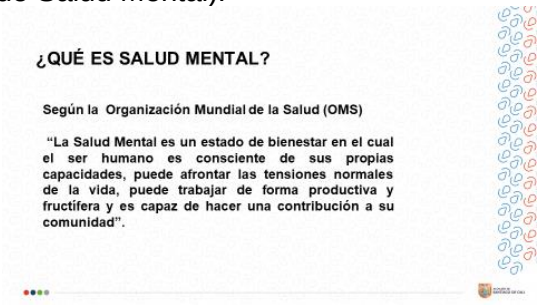
5. DESARROLLO DE LA INTERVENCION:

- Inicio

Siendo las 10:30 am, la contratista María Isabel Méndez del Subgrupo de Salud Mental y Convivencia, de la Secretaría Distrital de Salud inició la acción informativa, saludando a los estudiantes mediadores de la IE Portete de Tarqui, que fueron seleccionados para la acción informativa.

- Desarrollo:

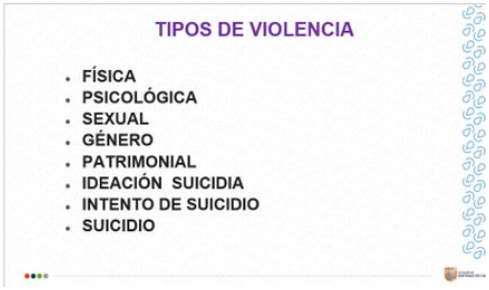
Acto seguido, la contratista María Isabel Méndez, inició la intervención preguntando a los asistentes el concepto de salud mental y posterior a escuchar las diferentes opiniones, explicó a los asistentes el concepto de salud mental de acuerdo con la Organización Mundial de Salud, la cual la define como un estado de bienestar en el cual el individuo se da cuenta de sus propias capacidades, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad (OMS 2001). Posteriormente describió el Acuerdo 0501 del 2021 (Política Pública de Salud Mental).

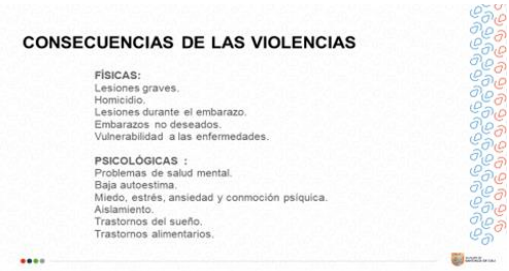




Continuó, la contratista María Isabel Méndez, describiendo el contexto tanto nacional como municipal indicando su complejidad por las inequidades económicas y sociales especialmente en el distrito de Cali. Mostró cifras de salud mental, relacionadas con las violencias, consumo de spa y trastornos. Se refirió al aumento de los casos de intento y suicidio, las violencias, como también el consumo de spa principalmente en la población adolescente y joven. Seguidamente describió el concepto de violencia, los tipos y las consecuencias de esta. Continuó la presentación, la contratista María Isabel Méndez, enunciando los tipos de violencia, haciendo énfasis en la Violencia de Género.

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.





Posteriormente, la contratista María Isabel Méndez, se refirió al consumo de spa como otra problemática que tanto está afectando a los adolescentes. Indicó que las sustancias psicoactivas más antiguas, son las que el cerebro produce. Señaló que desde el momento en que nacemos, los neurotransmisores del cerebro, como la Dopamina, Serotonina, Adrenalina, entre otras, están involucrados en la sensación de placer y bienestar, agregando que lamentablemente, recurrimos a las sustancias psicoactivas externas para obtener placer. Se refirió al concepto de SPA, indicando que es toda sustancia que introducida en el organismo por cualquier vía de administración (ingerida, fumada, inhalada, inyectada, entre otras) produce una alteración del funcionamiento del sistema nervioso central del individuo, la cual modifica la conciencia, el estado de ánimo o los procesos de pensamiento, de acuerdo con el Ministerio de Salud y Protección Social.





La contratista María Isabel Méndez, señaló como algo alarmante, las nuevas adicciones no mediadas por sustancias, como, por ejemplo, el celular, los video juegos y todo lo relacionado con las pantallas. Agregó que esta es otra afectación que está cobrando mucha importancia en los comportamientos no solo de los adolescentes, sino también en la población en general. Así mismo se refirió a la herramienta de Primeros Auxilios Psicológicos, así como también el apoyo desde la Línea 106. Expresó también, que activar la ruta por el servicio de urgencias es el primer paso para abordar casos que requieran atención inmediata.

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, la contratista María Isabel Méndez señaló que el manejo de las emociones tiene relación en gran medida con la manera como respondemos a las situaciones cotidianas. Para ampliar esta afirmación, indicó cómo funciona el sistema endocrino e intervienen en el metabolismo. Explicó que las hormonas se originan en el sistema endocrino y son moléculas orgánicas que actúan en el cuerpo como mensajeros químicos que transmiten señales. Una vez secretadas, son transportadas por el torrente sanguíneo hacia el resto del cuerpo (Órganos). Entre ellas están: Estrógenos, Testosterona, Insulina, Tiroxina, Melatonina, melanina Aldosterona, Adrenalina, Cortisol.

Todas estas hormonas, argumentó, la contratista María Isabel Méndez, tienen estrecha relación con las emociones. Se refirió por ejemplo al Cortisol, la cual es conocida como la "hormona del estrés". Esta ejerce funciones importantes, como regular el metabolismo y además de equilibrar el sistema inmunológico. Como en la actualidad vivimos en situación de alerta y estrés surge el riesgo de enfermar, pues esta hormona afecta órganos.

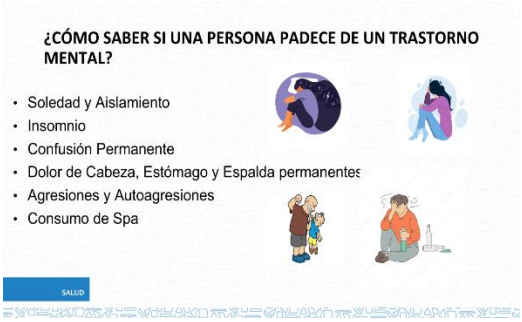
Acto seguido, amplió esta información, describiendo cómo funciona el sistema neuronal. Indicó que los seres humanos producimos neurotransmisores que producen las Neuronas y afectan las emociones. Añadió que, si somos conscientes de la importancia de regularnos emocionalmente, muy seguramente, no vamos a tener comportamientos que induzcan a la violencia, el consumo de spa e incluso llegar a un trastorno. Describió la función de los neurotransmisores y cómo activarlos de manera positiva:

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.

Seguidamente, se refirió a los Trastornos de acuerdo con el concepto de la Organización Mundial de Salud, como una alteración clínicamente significativa de la cognición, la regulación de las emociones o el comportamiento de un individuo. Por lo general, va asociado a angustia o a discapacidad funcional en otras áreas importantes. Refirió, que las causas son Multifactoriales, como son las de orden genético (herencia familiar), otras de orden neurobioquímico cerebral o alteración neurotransmisora. Refirió que también influyen los factores ambientales, psicosociales, económicos, como también el consumo de sustancias de psicoactivas.

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.





Posteriormente, indicó que el autocuidado hace referencia a la capacidad 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. Expresó que la educación emocional, a través de diferentes prácticas tanto lúdicas como artísticas y de gestión emocional, son herramientas para prevenir afectaciones de salud mental en los estudiantes.

Seguidamente, invitó a los estudiantes a organizarse en grupos para desarrollar un ejercicio de escritura creativa como herramienta de salud mental. Para esto se utilizó una herramienta denominada “Historias con dados”. La instrucción fue muy sencilla y se describe a continuación:

- Lanzar tres dados.
- Crear una historia empleando los elementos que aparecen en los mismos.
- La historia debe tener sentido y debe estar relacionada con el tema de salud mental.
- Utilizar conectores para enlazar las partes de la historia y debe tener un inicio, un nudo y un desenlace.
- Plasmar la historia en una hoja de papel y elegir un participante que realice una narración oral del ejercicio realizado.

Los estudiantes inicaron el ejercicio de escritura por grupos. Este no se logró realizar en su totalidad, por razones de tiempo. La mayoría de los estudiantes quedaron con el compromiso de terminarlo y entregarlo a la coordinación de la IE. Algunos terminaron el ejercicio, como por ejemplo una estudiante, el cual se describe a continuación.

“*La vida me dio la oportunidad de estar aqui. Desde mi nacimiento, germiné desde lo más oscuro, mi crecimiento fue tétrico y doloroso, dónde no encontraba la luz. Poco a poco las raíces fueron creciendo, llenas de dolores pero también con mucho amor desconocido, me llené de grandes momentos y dí muchos frutos. Mi abuela, que antes de morir, dijo que veía una gran llave en mi que me abriría puertas.*

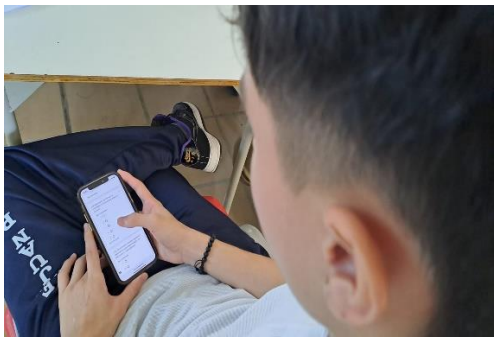
Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

A pesar de las adversidades, me abriré un gran camino, dónde por fin, seré ese árbol que da sombra, ese aire de esperanza que tiene historia, que valoran. Dí vida , di salud, frutos. Me llené de calor y se abrieron puertas con esa llave. Y ahora , detrás de ella estaré refugiada, lejos de ti, llena de calor y firme". Autora: Valentina Villalobos – Estudiante Mediadora IE Portete de Tarqui.

- Cierre:

Finalmente, siendo las 12:30 pm, se dio por terminada la acción informativa. Se invitó a diligenciar la encuesta de satisfacción de la capacitación a través del código QR a algunos de los estudiantes que portaban celular. Así mismo, la contratista, socializaron el código QR de la Línea 106 la cual es un dispositivo de recepción, atención y direccionamiento de casos, que tiene como objetivo brindar apoyó a la comunidad.





6. RESULTADOS ALCANZADOS:

6.1 Cumplimiento de objetivos: Se cumplió el objetivo de la actividad. No de personas: 20 – Hombres: 12 – Mujeres: 8

7. REGISTRO FOTOGRÁFICO

7.1 Evidencias Mecanismos de convocatoria: Se realizó a través de reunión de articulación con el coordinador de la IE Portete de Tarqui, Gustavo Rodríguez

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 Acción Informativa en prevención de las violencias, consumo de spa y trastornos dirigida a los estudiantes mediadores de la IE Portete de Tarqui - Fecha: 09/may/2025 – Hora: 10:30 am – 12:30 pm - Lugar: IE Portete de Tarqui

María Isabel Méndez

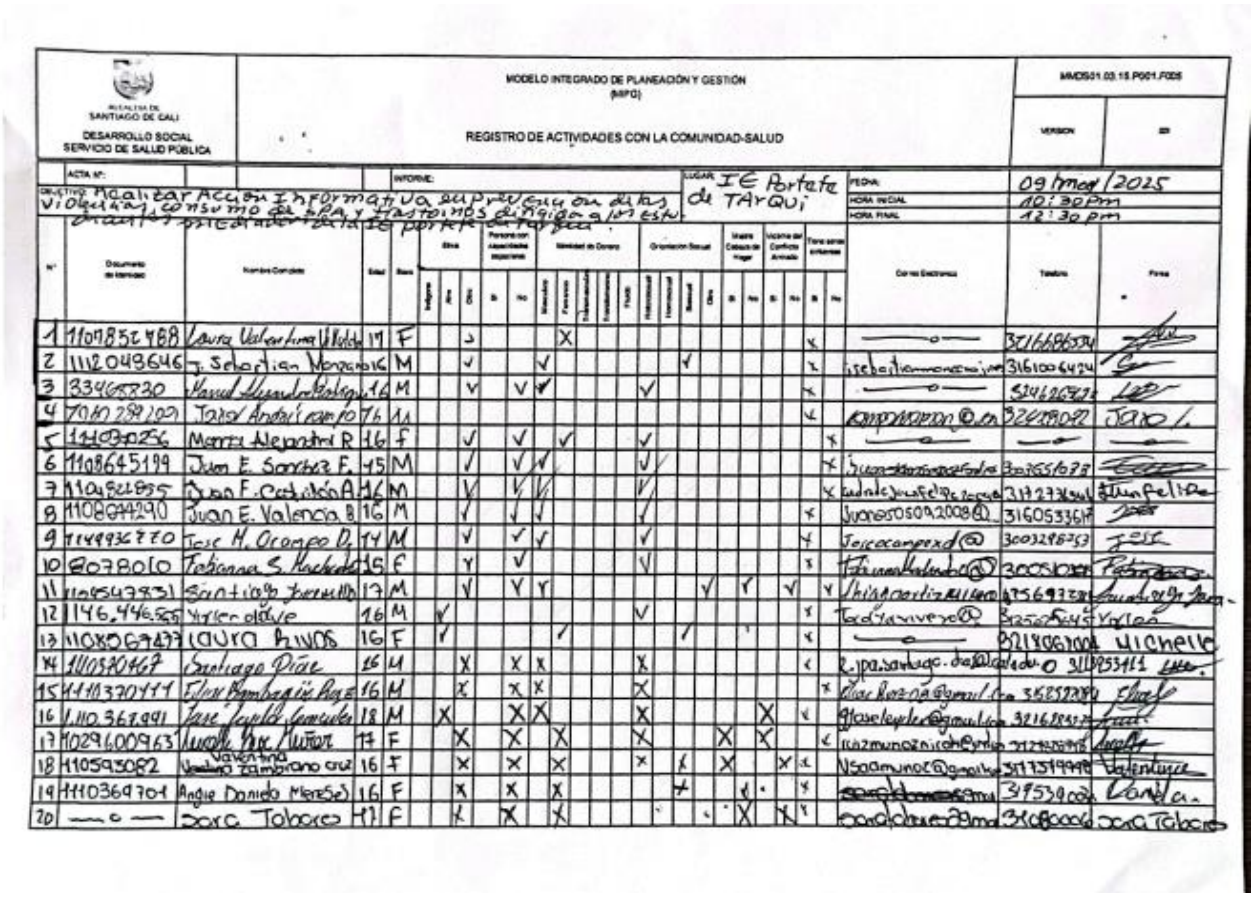
MARIA ISABEL MENDEZ
Contratista
Subgrupo de Salud Mental y Convivencia
Secretaría Distrital de Salud

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

Realizó: 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



MODELO INTEGRADO DE PLANEACIÓN Y GESTIÓN (MIPG)

ALCALDÍA DE SANTIAGO DE CALI
DESARROLLO SOCIAL
SERVICIO DE SALUD PÚBLICA

REGISTRO DE ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD-SALUD

MMDS01.03.15.P001.FOD5

VERSION: 03

ACTA Nº:

INFORME:

LUGAR: IE Portete de TARQUI

FECHA: 09 mayo /2025

HORA INICIAL: 10:30 Pm

HORA FINAL: 12:30 pm

OBJETIVO: Realizar Acción Informativa preventiva en datos Violencia, consumo de SPA y factores ligados a ESN. Estudiantes IE portete de Tarqui

Nº	Documento de Identidad	Nombres Completos	Edad	Sexo	Etnia: Indígena	Etnia: Rrom	Etnia: Otro	Persona con Discapacidad: Si	Persona con Discapacidad: 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	Victima Conflicto Armado: Si	Victima Conflicto Armado: No	Victima del Conflicto Armado: Si	Victima del Conflicto Armado: No	Otras personas interesadas: Si	Otras personas interesadas: No	Correo Electrónico	Telefono	Firma
1	1109852488	Laura Valentina Ulloa	17	F			J				X												X			321668634	
2	1112049646	J. Sebastian Moreno	16	M			√			√						√							√		isebastianmoreno@	3161006424	
3	33468730	Manuel Ulloa Bolaños	16	M			√		√	√					√								X			3146206974	
4	7040 289 202	Jairo Andrés Ramos	16	M																			√			3248807	
5	1110930256	Martin Alejandro R	16	F			√		√		√				√									X				
6	1108645199	Juan E. Sanchez F.	15	M			√		√	√					√								X			3012656978	
7	1104821895	Juan F. Castrillón A	16	M			√		√	√					√								X			3172734	
8	1108044290	Juan E. Valencia B	16	M			√		√	√					√								X			3160533617	
9	1149936770	Jose M. Orozco D.	14	M			√		√	√					√								X			3003298353	
10	1078010	Tatiana S. Machado	15	F			√		√						√								X			3005	
11	1105547831	Santiago Jaramillo	17	M			√		√	√							√		√		√		X			3156	
12	1146.446.555	Yuliet Olave	16	M	√										√								X			3250544	
13	1108069437	LAURA RIVAS	16	F	√						/					/							X			3216061004	
14	1110580467	Santiago Piñe	16	M			X		X	X					X								X			3113853411	
15	1110370111	Tyler Bombagüe Ayala	16	M			X		X	X					X								X			3158	
16	1.110.367.991	Jose Angelo Gonzalez	18	M	X				X	X					X						X		X			3216	
17	1029600963	Lucelly Paz Muñoz	17	F			X		X		X				X			X		X			X			3127	
18	1105930822	Valentina Zambrano cruz	16	F			X		X		X				X		X					X	X			3127	
19	1110369701	Angie Daniela Meneses	16	F			X		X		X					X				X		X	X			3153	
20	—	Sara Tobares	17	F			X		X		X							X		X			X			3168	

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.