ACTA N° 418

FECHA: Bogotá, diciembre, 21 de 2022

HORA: 13:00 a 14:00 horas

LUGAR: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO MEMORIA Y SABER

TEMA: Trastorno de estrés postraumático

ASISTENTES:

Equipo de talento humano

ORDEN DEL DÍA:

1. Objetivo de la actividad.
2. Actividades desarrolladas.
3. Asistentes
4. Registro fotográfico
5. Compromisos.

1. Brindar herramientas al equipo de talento humano que permitan tener estrategias de afrontamiento.

2. DESARROLLO:

Siendo las 13 horas del día de hoy se da inicio a capacitación al equipo de talento humano relacionada con Trastorno de estrés postraumático, donde se procede a proyectar presentación de apoyo para donde se les socializa el concepto de estrés postraumático (TEPT) siendo este "un trastorno de estrés postraumático (TEPT) es una afección de salud mental que algunas personas desarrollan tras experimentar o ver algún evento traumático. Este episodio puede poner en peligro la vida, como la guerra, un desastre natural, un accidente automovilístico o una agresión sexual. Pero a veces el evento no es necesariamente peligroso. Por ejemplo, la muerte repentina e inesperada de un ser querido también puede causar TEPT."

Se continúa resaltando que las los investigadores no saben por qué algunas personas tienen TEPT y otras no. La genética, la neurobiología, los factores de riesgo y los aspectos personales pueden afectar si tiene TEPT después de un evento traumáticos y sus factores de riesgo juegan un papel en si tendrá TEPT. Estos incluyen:

- Su género: Las mujeres tienen más probabilidades de desarrollar TEPT
- Haber tenido traumas en la infancia
- Sentir horror, impotencia o miedo extremo
- Pasar por un evento traumático que dura mucho tiempo
- Tener poco o ningún apoyo social después del evento
- Sufrir estrés adicional después del evento, como la pérdida de un ser querido, dolor y lesiones, o la pérdida del trabajo o del hogar
- Tener antecedentes de enfermedades mentales o uso de sustancias

Ejemplos de síntomas de trastorno por estrés postraumático incluyen los siguientes:

- Revivir la situación una y otra vez con el pensamiento o en el juego.
- Tener pesadillas y problemas para dormir.
- Sentirse muy mal cuando algo recuerda la situación.
- Falta de emociones positivas.
- Sentir miedo o tristeza en forma continua y de manera intensa.
- Irritabilidad y ataques de rabia.
- Buscar en forma constante posibles amenazas; asustarse fácilmente.
- Mostrarse indefenso, con desesperanza o retraimiento.

- Negar que sucedió la situación o no mostrar sentimientos.
- Evitar lugares o personas asociados a la situación.

Ejemplos de situaciones que podrían causar trastorno por estrés postraumático incluyen las siguientes:

- Maltrato físico, sexual o emocional.
- Ser víctima o testigo de violencia o de un delito.
- Enfermedad grave o muerte de un familiar o amigo cercano.
- Desastres naturales o provocados por los seres humanos.
- Accidentes automovilísticos graves.

Cómo puedo ayudar a una persona que sufre de estrés postraumático

- Está dispuesto a escuchar, pero no presiones.
- Elige un momento para hablar.
- Reconoce cuando hacer una pausa.
- Busca ayuda si habla de suicidio.

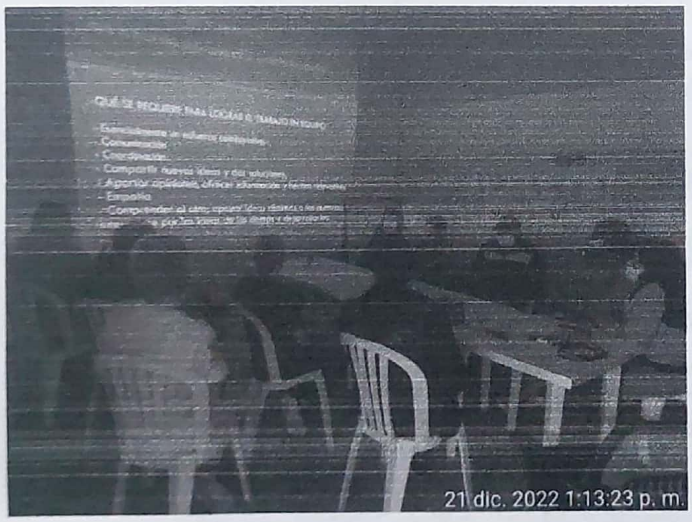
Información tomada de: https://medlineplus.gov/spanish/posttraumaticstressdisorder.html; https://www.cdc.gov/childrensmentalhealth/spanish/ptsd.html

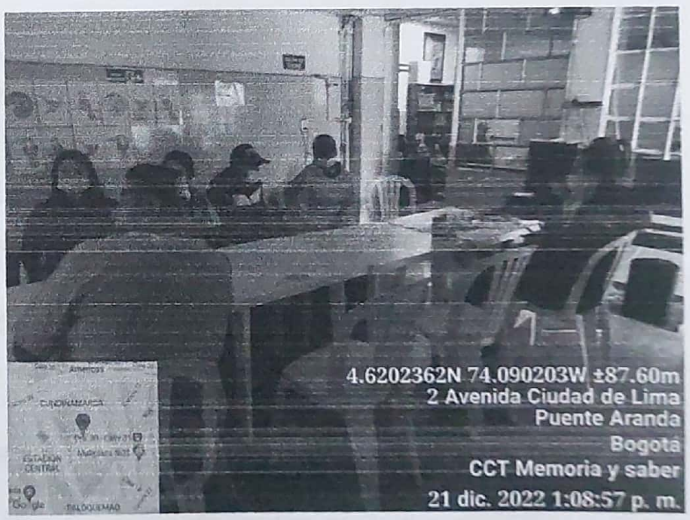
3. Asistentes:

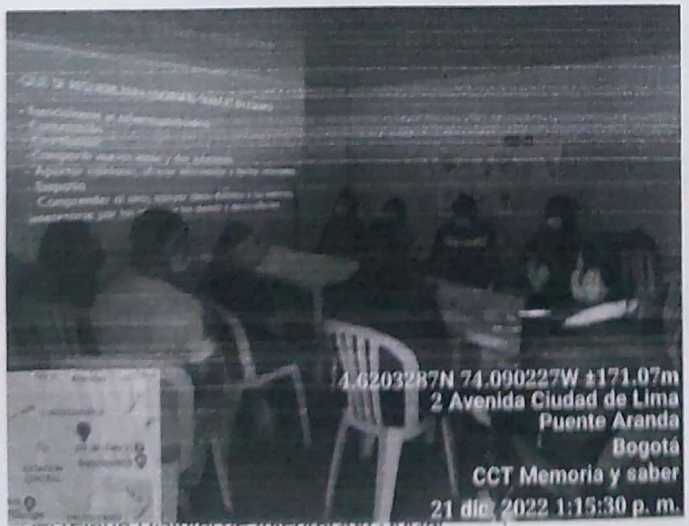
Susana Cárdenas Meza – psicóloga
Andrea Mejía – psicóloga
Ludy Delgadillo – Trabajadora Social
Ramiro Munera – Tallerista
Mónica Martínez – Edu Física
Erika Marroquín – Facilitadora
Fredy Martínez – Facilitadora
Mónica – servicios generales
Esmeralda Bocanegra – Manipuladora de alimentos
Dora Vargas – Manipuladora de alimentos
Esmeralda Leiva – Servicios generales

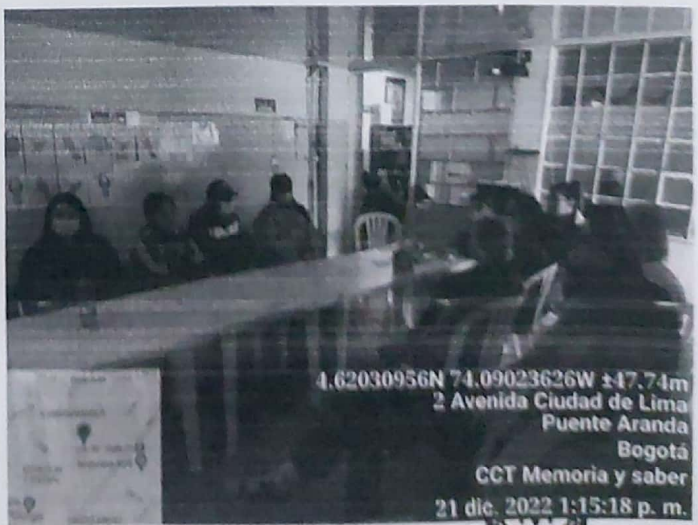
Gabriel Cañón – Aux enfermería
Betty Carabalí – Aux enfermería
Angie Vargas – Edu física
Andersson Navarro – Facilitador
Katherin Vélez – Aux enfermería
Yira Quiñonez – Nutricionista
William Fernández – Coordinador

4. Registro fotográfico









Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

CONVOCATORIA. Se propone una nueva reunión para el día

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Andrea Mejia	Psicologa	ccf Memoria y S	
Viviana Cardenas	Psicologa	ccf Memoria y S	
Judy Delgadillo	Trabajadora Social	ccf Memoria y S	
Ramiro Herrera	Tallerista	ccf Memoria y S	
Erika Marroquin	Facilitadora	ccf Memoria y S	
Monica Martinez	Edr fisica	ccf Memoria y S	
Fredy Martinez	facilitador	ccf Memoria y S	
Gabriel Cañon	Aux Enfermera	ccf Memoria y S	
Betty Carabali	Aux Enfermera	ccf Memoria y S	
Angie Vargas.	Edr fisica	ccf Memoria y S	ANGIEV.
Paco Ricaurte.	Teo.	ccf Memoria y S.	

Dora Vargas	Manipuladora Mr	cet Memoria y S	Dora Vargas
Yina Quiñonez	Nutricionista	cet Memoria y S	
Carmen Boronegra	S. generales	cet Memoria y S	Carmen B.
Esmeralda Leiva	S. generales	cct Memoria y S.	
Lucero Uribe	Manipuladora A.	cet Memoria y S	Lucero Uribe
William Fernandez	Coordinador	cet Memoria y S.	

Anexos: N/A

Elaboró: Susana Cárdenas Meza