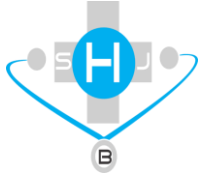


	<p align="center">DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Plan de Intervenciones Colectivas Ficha Metodológica Plan de Intervenciones Colectivas – PIC</p>	
---	--	---

ESE HOSPITAL SAN JOSÉ

LINEA: SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

ESTRATEGIA: VIDA PLENA CONEXIÓN ADOLESCENTE

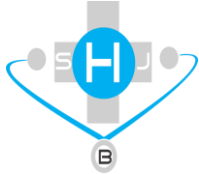
Nombre del profesional: SINDY YULIANA PATIÑO MUÑOZ

Profesión: ENFERMERA

Fecha de ejecución: 13/06/2025

Lugar de la capacitación: INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN ISIDRO

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:
SALUD MENSTRUAL
2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:
<p>Brindar a los estudiantes de la Institución Educativa San Isidro información clara y adecuada sobre la salud menstrual, con el fin de promover el conocimiento del ciclo menstrual, desmontar mitos, fomentar una actitud positiva y de respeto hacia el tema, e impulsar prácticas de higiene y autocuidado que contribuyan al bienestar físico y emocional de las personas.</p>
3. CURSO DE VIDA
Adolescencia
4. METODOLOGIA
<p>Para abordar el tema de salud menstrual de manera participativa, comprensible y efectiva, se aplicó la siguiente metodología:</p> <p>1. Charla educativa interactiva:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Contenido: Se explicó qué es la menstruación, las fases del ciclo menstrual, los órganos involucrados, la importancia de la higiene y se desmitificaron creencias comunes. • Dinámica: Se usaron apoyos visuales (diapositivas) y se permitió la participación activa de los estudiantes con preguntas y comentarios.

	<p>DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Plan de Intervenciones Colectivas Ficha Metodológica Plan de Intervenciones Colectivas – PIC</p>	
---	---	---

2. Actividades prácticas:

- Ejercicios grupales: Reflexiones en pequeños grupos, análisis de situaciones cotidianas y resolución de mitos.
- Material de apoyo: Se entregaron tarjetas con mensajes clave para que ellos mismos respondieran si era correcto o incorrecto.

3. Espacio de diálogo seguro:

- Se generó un ambiente de respeto y confianza, especialmente para que las niñas adolescentes se sintieran cómodas al expresar sus dudas o experiencias relacionadas con la menstruación.
- Se fomentó también la inclusión de los hombres para promover empatía y reducir estigmas.

4. Cierre – Reafirmación de aprendizajes:

- Se repasan las ideas principales.
- Pequeña actividad de reflexión: ¿Qué aprendiste hoy que no sabías antes?
- Entrega de material informativo
- Invitación a acudir a profesionales de salud y orientación en caso de dudas o necesidades personales.

Firma



SINDY YULIANA PATIÑO MUÑOZ