ACTA N° 62

SALUD MENTAL

FECHA: Chía, 08/02/2024

HORA: 11:00 am.

LUGAR: Salón de marquesina principal comunidad de cuidado La Macarena.

TEMA: CAPACITACIÓN-ENFERMEDADES Y EMOCIONES

ASISTENTES: Talento humano conformado por equipo de profesionales, auxiliares de enfermería y servicios generales.

Eje de atención: Cuidado Integral

Línea de atención: Respiro al cuidador

ORDEN DEL DÍA:

1. Convocatoria a talento humano.
2. Desarrollo de la capacitación.
3. Retroalimentación y cierre de la actividad.

DESARROLLO:

Introducción: Las personas que tienen buena salud emocional están conscientes de sus pensamientos, sentimientos y comportamientos. Han aprendido maneras saludables de lidiar con el estrés y los problemas que son parte normal de la vida. Se sienten bien consigo mismos y tienen relaciones interpersonales saludables. En otras palabras, el cuerpo responde a la manera como se piensa, siente o actúa. Este es un tipo de "conexión entre la mente y el cuerpo". Cuando las personas están estresadas, ansiosas o molestas, el cuerpo reacciona de una manera que podría indicarle que algo no está bien.

Powered by CamScanner

Objetivo: Capacitar a los colaboradores que laboran en la comunidad de cuidado La Macarena sobre la identificación, aceptación y manejo adecuado de sus emociones facilitando así una atención oportuna de sus dolencias a nivel físico y evitar mayores complicaciones corporales a raíz de su gestión inadecuada de sus emociones.

1. Tanto en las sesiones de los días 07 y 08 de febrero se realiza introducción en la cual se le explica al talento humano el propósito de la dinámica de la capacitación y se les recuerda que cualquier duda e inquietud serán aclaradas al final de ésta a cargo del profesional de psicología.

2. **07/02/2024: 3:30 p.m.:** El profesional de psicología convoca a los cuidadores al salón de marquesina principal de la comunidad de cuidado La Macarena, después se inicia la capacitación acerca de la identificación, aceptación y manejo adecuado de sus emociones, se les explica la importancia de ser honestos con los profesionales de la salud, inicialmente con medicina general, ya que el médico no puede saber con certeza su el paciente está triste, ansioso, o molesto con solo verlo. Además, se les socializa las diferentes molestias a nivel físico por mal manejo o la no expresión adecuada de sus emociones tales como: Sensación de mareo, dolores abdominales, dolores musculares, por ejemplo "Tortícolis", dolores de cabeza, falta de energía, problemas de sueño, irritabilidad y opresión en el pecho. Por último, se dan recomendaciones acerca de como mejorar su salud emocional, entre las que se destacan: *Intente reconocer sus emociones y comprender por qué las está sintiendo, exprese sus sentimientos de manera adecuada, llevar una vida equilibrada, desarrolle la capacidad de adaptación, calme su mente y su cuerpo y cuidarse de sí mismo.* Se abre espacio para aclaración de dudas e inquietudes, cuatro de los colaboradores asistentes manifestaron la importancia de expresar adecuadamente las emociones, ya que en ocasiones sus emociones son invalidadas en algunos contextos, algunos en lo laboral, familiar, personal y profesional. Se realiza cierre de la capacitación.

3. **08/02/2024: 11:00 a.m.:** El profesional de psicología convoca al personal asistencial al salón de marquesina principal, y con la misma dinámica, abordando el mismo tema de la sesión del día 08/02/2024. También se abre espacio para aclaración de dudas e inquietudes, pero esta vez cuatro de los colaboradores asistentes refirieron que es importante relacionar las emociones con los hábitos alimenticios, ya que por ejemplo en programas para reducir peso por parte de algunas EPS , se tiene en cuenta el concepto por profesional de psicología, también comentaron que la enfermedad No es incapacitante, si se está controlada a través de fármacos, también es importante sonreír e incluir actividades de acondicionamiento físico, aeróbicos o clases de rumbaterapia, por ejemplo. Se realiza cierre de la segunda jornada de capacitación.

Recursos: Para los dos días se contó con recursos técnicos y/o tecnológicos como computador portátil, televisor Smart TV, cable HDMI, y se contó con recurso humano conformado por profesional de psicología.

Powered by CamScanner

COMPROMISOS:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución
NO APLICA	NO APLICA	NO APLICA

CONVOCATORIA: Se propone una nueva convocatoria para dentro de tres (3) meses según cronograma.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Edinson Steffens Arteta	Psicólogo	Comunidad Cuidado Macarena	
Ana Paulina Forero	Coordinadora	Comunidad Cuidado Macarena	

Anexos:

- Planilla de asistencia
- Registro fotográfico

Elaboró:

Elaboró: Edinson Steffens Arteta
Psicólogo Comunidad de cuidado La Macarena

Powered by CamScanner

	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo I2023023863 - 14/08/2023 Página: 1 de 1

1. Tema: SALUD MENTAL: ENFERMEDADES Y TRASTORNOS 2. Lugar: SALON MARQUESINA PRINCIPAL. 3. Fecha y hora: 28/02/2024 11:00 AM.

4. Ítem	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de Identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Juliana Aracique Medina	1070011979	R. Ambiental	H. Macarena	Contratista	— // —	3003493966.	JulianaMedina
2	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
3	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
4	Angel Higuera	1094285145	Nutricionista	La Macarena	Contratista	—o—	3209173640	[illegible]
5	Andrés Torres	1070021150	Enfermero	La Macarena	Contratista	—o—	3143250249	[illegible]
6	Lida Abet Ulloa.	51857080	Hogar Macarena	Rg Enfermera	Contratista	—o—	3212159276	[illegible]
7	Rosa Pallares	1.[illegible]448	H. Macarena	S. Generales	Planta	—o—	3142267535	[illegible]
8	Lidi Campos	1019450142	H. Macarena	S. General	Planta		3107350088	[illegible]
9	Angie Perez	1077[illegible]	H Macarena	Auxiliar Enfermeria	Planta	—o—	—o—	[illegible]
10	Erica Galvis	1100551546	H Macarena	Auxiliar de Enfermeria	planta	—o—	3003244031	[illegible]
11	Carolina Hernandez	1077[illegible]105	Hogar la Macarena	Aux de Enfermeria	planta	—// —	3229072629	[illegible]
12	[illegible]	1CA[illegible]417	CC Macarena	Auxiliar Enfermeria	Planta	——	3142352527	[illegible]
13	Christian Buchel. S	1030526332	Comunidad La Macarena	Enfermero	Contratista	[illegible]	3014012014.	[illegible]
14	Ana Aidee Gómez Niño	6830629	68306291	Macarena	planta	[illegible]	3209765578	[illegible]
15	Fernei Schonbach	80410283	H macarena	S General	Planta	—o—	3204252527	[illegible]
16	Ana Paulina Forero	35413872	Hogar Macarena	Coordinadora	Planta	—o—	3202484325	[illegible]
17	Fernando [illegible]	1076[illegible]	Hogar Macarena	S G	Planta	—o— —	— — —	[illegible]
18	Diana Yaneth Cadena	35[illegible]850	H. Macarena	S. G.	Planta	——	3208468111	[illegible]
19	Andrea Ramirez	53910622	Hogar Macarena	Auxiliar Enfermeria	Planta	—o—	3108143373	[illegible]
20								

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo 12023023953 - 14/09/2023 Página: 1 de 1

1. Tema: SALUD MENTAL ENFERMEDADES 2. Lugar: SALON MARQUESINA PRINCIPAL 3. Fecha y hora: 07/02/2024 3:30 P.M.

4. Ítem	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de Identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Karen Melisa León	1000181990	H Macarena	Aux. Enfermería	Planta	— o —	3202423407	
2	Magda Yuri peralosa	35426694	Hogar Macarena.	AUX enfermería	planta.		3197316009.	
3	Johana Cardenas	63556890	H macarena	AU enfermería	Planta	— o —	3170798427	Johana
4	Marleis de Oro	1067401083	H macarena	S.G	Planta	— o —	3203535525	
5	Marco Antonio Castaneda	1072638447	H macarena	Gastronomo	contratista	— o —	3143568279	
6	angie Montañez	1003543893	H Macarena	S-G	Planta	— — —	3208293769	
7	Alejandra Navarrete	1070028560	H. Macarena	Enfermera	Contratista	— / —	3213666551	AlejandraN.
8	María Alejandra Robles Acosta	PPT 1142500	H Macarena	S.G	Planta	mariarobleacosta@gmail2.com	3215035335	MaríaRHA.
9	Gloria Castañeda	1072656004	H. Macarena	AUX Enfermería	Planta	— o —	3208843432	
10	Karime Beltran	1020847983	H. Macarena	S.G	Planta	—	—	
11	Juan Vargas Henao	94462405	Hogar Macarena	Enfermero	planta	— o —	— o —	JVargasH.
12	Alira Gomez	1116782502	Hogar la Macarena	AUX Enfermería	planta	— o —	— o —	Alira Gomez
13	Martha Pachón	35472147	Hogar Macarena	domicilio	Contratista	marthapachon@yahoo.es	3132170373	
14	Jodi Rocio Cano	1076576891	H Macarena	TSocial	Planta	—	3145917061	
15								
16								
17								
18								
19								
20								

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Powered by CamScanner

REGISTRO FOTOGRÁFICO

EJE DE ATENCIÓN: CUIDADO INTEGRAL
LINEA DE ATENCIÓN: RESPIRO AL CUIDADOR
TEMA SALUD MENTAL: ENFERMEDADES Y EMOCIONES.
FECHA Y HORA: 07/02/2024 3:30 PM
AREA: PSICOLOGÍA





EJE DE ATENCIÓN: CUIDADO INTEGRAL
LINEA DE ATENCIÓN: RESPIRO AL CUIDADOR
TEMA SALUD MENTAL: ENFERMEDADES Y EMOCIONES.
FECHA Y HORA: 08/02/2024 11:00 AM
AREA: PSICOLOGÍA



