ACTA No. 3		
NOMBRE DEL COMITÉ O DE LA REUNIÓN: Sesión de grupo de apoyo- sesión 2		
CIUDAD Y FECHA: Resguardo indígena Totumal, Belalcázar 11/07/2025	**HORA DE INICIO: 14:00 pm**	**HORA FIN: 16:00 pm**
LUGAR: Comedor escolar		
TEMAS: Desarmonías de pensamiento y su impacto en la salud mental.		
OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN: Identificar las problemáticas de salud mental y su impacto dentro del resguardo indígena Totumal a través de la comprensión sobre las desarmonías de pensamiento promoviendo prácticas para el bienestar mental a través de la psicoeducación.		
DESARROLLO DE LA REUNIÓN		
La segunda actividad propuesta para la estrategia de interculturalidad inicia con la presentación del equipo conformado por el agente comunitario, fisioterapeuta y psicóloga. Con el propósito de dar cumplimiento al objetivo propuesto, cada miembro del equipo se encargó de orientar y acompañar a los integrantes durante el desarrollo de la actividad. Es importante resaltar el trabajo del agente comunitario como facilitador en la comprensión a través de la traducción de los temas, ya que algunos integrantes no hablaban español. El taller tuvo como objetivo entender e identificar las desarmonías de pensamiento dentro del territorio, además de generar un espacio para la psicoeducación, promoviendo el bienestar mental. Para facilitar la comprensión de la temática, se procede a definir el concepto *desarmonías*		

de pensamiento, entendiendo estas como el desequilibrio entre cuerpo, mente, espíritu y naturaleza, los cuales se producen cuando se tiene una desconexión con los valores fundamentales que sostienen la cosmovisión del mundo. Para la comunidad Embera Chamí, la conexión con uno mismo, la familia, la comunidad, el territorio, los elementos de la naturaleza y las fuerzas cósmicas son fundamentales para la armonía y el buen vivir (Ministerio de Salud y Protección Social, 2019). En este orden de ideas, resulta oportuno abordar el concepto de salud mental adoptado por la misma comunidad, entendiendo esta como:

La conexión armónica del individuo con la espiritualidad, que se expresa en el cumplimiento y respeto por la Ley de Origen, y en la relación directa y armónica con el entorno (territorio, ríos, selva, el universo, los cuatro elementos y la comunidad). Se refleja en la fortaleza tanto del pensamiento como del cuerpo físico (Ministerio de Salud y Protección Social, 2019, p. 33).

Comprender estos términos permite un acercamiento a los saberes, una comprensión más amplia para el abordaje oportuno de las problemáticas, ampliando la perspectiva del profesional de la salud. Además, facilita el anclaje y la conexión entre el saber occidental y el saber ancestral.

Para la OPS (s.f.), la salud mental se refiere a un estado de equilibrio emocional que permite a las personas afrontar las situaciones estresantes de la vida, desarrollar su potencial, aprender, desempeñarse eficazmente en el trabajo y aportar positivamente a su entorno social. Es un componente clave del bienestar general, ya que influye en la capacidad individual y colectiva para tomar decisiones, construir vínculos y transformar el entorno. Aunque ambas definiciones provienen de paradigmas diferentes, comparten propósitos similares: el desarrollo del sujeto en aras de garantizar su bienestar tanto personal, social como espiritual, comprendiendo al ser como un todo, el cual está anclado a diferentes áreas de su vida que, a su vez, confluyen.

Dado lo anterior, y en sintonía con el objetivo del taller propuesto, se busca, por medio de

técnicas para el diagnóstico comunitario, entender e identificar esas problemáticas o desarmonías de pensamiento que interfieren en la promoción de la salud mental. Para ello, la técnica “árbol de problemas” resulta pertinente, siendo esta herramienta aquella que les facilita a los participantes describir y plasmar hechos del mundo que experimentan cotidianamente.

El árbol de problemas consta de 3 momentos. Para el taller propuesto, se ejecuta solo 1 de estos, el cual consiste en ubicar en las raíces del árbol las dificultades que observan en el territorio. Lo anterior da pie para hallar e identificar las necesidades más apremiantes.

Es por ello que se da inicio a la actividad, orientada por la psicóloga, la fisioterapeuta y la agente comunitaria:

1. Se inicia la actividad con una serie de preguntas realizadas por la fisioterapeuta, las cuales buscan la comprensión e identificación de desarmonías de pensamiento. Lo anterior facilitó la apertura a un diálogo para la creación de saberes:

¿Qué son las desarmonías de pensamiento? ¿Cómo logro identificar cuando mi territorio está en desarmonía? ¿La depresión, la ansiedad, el consumo de SPA y el suicidio son desarmonías de pensamiento? ¿Cómo identifico que mi territorio está en armonía?

Para este punto, la participación de la agente comunitaria fue imprescindible, ya que esta traducía los contenidos, facilitando la comprensión para aquellos que no hablan español. Estas preguntas generaron en los participantes diversas opiniones y aportes que permitieron comprender y reflexionar alrededor de la temática.

2. Posterior a la realización de las preguntas, a cada participante se le hizo entrega de papeles en donde debían escribir las palabras clave de lo conversado con anterioridad. En este momento se reconocen palabras clave como: consumo de SPA, ira, ansiedad, lo que permite vislumbrar las problemáticas más apremiantes dentro del contexto.

3. Después de depositar las palabras en los papeles, cada integrante debía ubicar estas en las raíces del árbol de problemas.

4. Se conceptualiza la actividad: en este punto, la psicóloga y la fisioterapeuta abordan el

término salud mental y cómo este se relaciona con las desarmonías de pensamiento, llegando a la conclusión de que ambos no son tan diferentes como se piensa, ya que los dos velan por el bienestar integral de los sujetos, retomando aspectos como la armonía en diferentes esferas de la vida y el compromiso con los valores fundamentales.

5. Para dar cierre a la actividad, se realiza una pequeña reflexión por parte de las profesionales, en donde se aborda la importancia de la salud mental y la búsqueda de ayuda como herramienta fundamental en la prevención de problemáticas relacionadas con la salud. Además, también se dialogó sobre la importancia de proyectos como el PIC para dar respuesta a las necesidades del territorio.

6. Se abren espacios para preguntas y reflexiones por parte del grupo, esto con el fin de incentivar la creación de saberes en comunidad. De allí emergieron dudas relacionadas con el acceso a servicios de salud, tales como: ¿Dónde puedo recibir atención psicológica? ¿Cómo puedo continuar el proceso de salud mental si hace tiempo no asisto? Además, emergieron preguntas alrededor de temas como el consumo de SPA y la depresión.

NOTA: Al momento de exponer los servicios de salud que se prestan en el ESE hospital San José, el grupo refiere estar al tanto de ellos y utilizarlos activamente, dado lo anterior, no se realiza canalización.

CONCLUSIONES

- Las desarmonías de pensamiento se explican como un estado en el cual el individuo no está en equilibrio con sus valores fundamentales. Para la comunidad, la cooperación, la creación, la conexión con la madre naturaleza son ejes centrales para la vida, en este orden de ideas, cuando no se da cumplimiento a esto, aparecen las desarmonías a través de problemáticas como la violencia, la depresión, el consumo de spa, entre otros. Por ello, resulta fundamental abordar dichas necesidades a través de espacios para la psicoeducación en donde se logren prevenir las dificultades de salud mental y a su vez promover el bienestar.

- Frente a la actividad, se logra dar cumplimiento al objetivo por medio de preguntas que orientan y dan paso a la reflexión, además, el árbol de problemas fue una herramienta útil al permitir recolectar y plasmar la información que emergió a través del diálogo. Con esta técnica para el diagnóstico comunitario se logra identificar necesidades de salud mental manifiestas en el territorio, la depresión; el consumo de spa y la ansiedad son algunas de ellas.
- Por su parte, el grupo se mostró receptivo e interesado con respecto a lo propuesto frente a la actividad.

COMPROMISOS		
ACTIVIDAD	**RESPONSABLE**	**FECHA**
Actividad 2 sesión 3	Fisioterapeuta, psicóloga, agente comunitario	16/07/2025

(Se adjunta registro de asistencia de participantes)

Siendo las 16:00 pm, se da por terminada la reunión

Profesionales responsables:

Isabella Naranjo López

ISABELLA NARANJO LÓPEZ, PSICÓLOGA

MANUELA MURILLO LONDOÑO, FISIOTERAPEUTA

MARIA CHITALIA SUCRE MORALES

MARIA CHITALIA SUCRE MORALES, AGENTE COMUNITARIA RESPONSABLE

Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

CONSENTIMEINTO INFORMADO REGISTRO FOTOGRÁFICO

Yo _____, identificado/a con documento de identidad No. 1[illegible]BUCARAMANGA, autorizo de manera libre, voluntaria e informada a la E.S.E. San José de Bucaramanga para utilizar mi imagen (o la imagen de la persona que represento, en caso de ser menor de edad o persona bajo tutela), captada a través de fotografías, videos o cualquier otro medio audiovisual, con fines publicitarios e institucionales, para el uso en informes internos, memorias institucionales o archivos documentales.

Las imágenes serán utilizadas únicamente para los fines mencionados anteriormente y no serán empleadas con propósitos comerciales o que atenten contra mi dignidad, honor o reputación.

Entiendo que las imágenes captadas son propiedad de la DTSC y la E.S.E. San José de Bucaramanga, y que no recibiré compensación económica alguna por su uso.

He leído y comprendido la información proporcionada en este documento. Acepto que mi imagen sea utilizada bajo los términos y condiciones aquí descritos.

Nombre completo: Benjamin Solarte Montes

Firma: _____

Fecha: 08/07/2025.

1[illegible]