ACTA No.9

NOMBRE DEL COMITÉ O DE LA REUNIÓN: Sesión de grupo de apoyo actividad 3-sesión 4

CIUDAD Y FECHA: Belalcázar, Caldas 30/07/2025	**HORA DE INICIO: 13:00 pm**	**HORA FIN: 15:00 pm**
LUGAR: Resguardo Totumal		

TEMAS:

Estrategias de promoción del buen trato para las y los integrantes de la comunidad indígena

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN:

- El desarrollo de la sesión evidenció que implementar un enfoque participativo, basado en ejemplos cotidianos y reflexiones grupales, fue efectivo para involucrar a todos los miembros de la comunidad indígena. La interacción de algunos participantes en la identificación de sus estilos propios usado en la comunicación, da muestra de una apropiación importante de los temas presentados; así mismo, las respuestas diversas encontradas en la comunidad reflejaron un momento de introspección y una buena disposición al cambio, lo cual es crucial para la adopción de prácticas de buen trato.

- Los participantes reconocieron, a través de sus propias experiencias compartidas, la interdependencia entre la gestión emocional (trabajada en sesiones anteriores) y la comunicación asertiva. La sesión destacó cómo la falta de autoconciencia emocional puede derivar en respuestas pasivas o agresivas, mientras que el dominio de estas habilidades promueve interacciones respetuosas. Este hallazgo subraya la necesidad de abordar ambas dimensiones de manera integrada en futuras intervenciones.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

La tercera actividad sesión 4 propuesta en la estrategia de Interculturalidad en salud y buen vivir, inicia con la presentación del equipo conformado por psicóloga, fisioterapeuta y agente comunitario. Para garantizar el desarrollo exitoso de la sesión, se resalta la labor del agente comunitario quien ha servido como puente para la comprensión tanto de los temas como de las opiniones de los participantes, ya que algunos no dominan el español.

Este taller tuvo como objetivo identificar y brindar herramientas para el buen trato dentro del resguardo indígena Totumal, lo cual representa un pilar fundamental de la buena convivencia y la prevención de los tipos de violencia en el territorio.

Cuando nos referimos al buen trato, hablamos de un enfoque relacional basado en el respeto, la empatía, la comunicación asertiva y el reconocimiento del otro como un ser digno y valioso. No solo se refiere a la ausencia de violencia, sino a la construcción activa de interacciones positivas que fomenten el bienestar individual y colectivo. Es una forma de relacionarse que promueve el respeto mutuo, la empatía, la comunicación efectiva, la equidad, el cuidado y afecto, aplicado en todos los ámbitos del ser humano: familiar, educativo, laboral y social.

Es importante tener en cuenta que, aunque dichas características son esenciales para el buen trato, éste último se encuentra profundamente ligado a la gestión emocional y la comunicación asertiva, ya que estas habilidades son la base para construir interacciones respetuosas y saludables.

Las emociones influyen directamente en cómo tratamos a los demás. Una buena gestión emocional nos permite reconocer y validar las propias emociones, empatizar con los sentimientos ajenos y regular respuestas negativas para evitar malos tratos.

Por su parte la comunicación asertiva es el puente entre las emociones y el buen trato, ya que permite expresar necesidades y límites sin agredir ni someterse. Tiene características definidas como la claridad a la hora de expresarse, el respeto utilizando un tono calmado y lenguaje no violento, escucha activa con atención genuina y sin interrumpir y el manejo de un equilibrio emocional.

Nos parece entonces importante, dar a conocer por medio de actividades participativas y utilizando ejemplos cotidianos, la importancia del buen trato dentro de la comunidad para lograr una convivencia sana, basada en el respeto por el otro y así mismo, brindar las herramientas pertinentes a los participantes para lograr una buena gestión emocional y sobre todo, enfocándonos en esta sesión en aprender a comunicarnos de manera asertiva y efectiva, como parte fundamental de la resolución de problemas sin violencia

En la actividad 3 sesión 3, hablamos sobre gestión emocional, su importancia para resolución de conflictos sanamente y se brindaron herramientas claves para tener autoconciencia de nuestras emociones, así como estrategias efectivas para el control de las mismas. Luego de dar una contextualización sobre este tema, recordar las herramientas entregadas y su uso en la vida cotidiana, se da desarrollo a la actividad así:

1. El taller educativo inicia con la psicóloga indagando sobre la manera en que los participantes reaccionan frente a situaciones problemáticas de su día a día; ejemplo: ¿Cómo reaccionan ustedes cuando tienen una discusión con su pareja? ¿Responden

inmediatamente? ¿Se enojan y dicen lo primero que se les viene a la mente?¿Utilizan insultos o palabras hirientes?
Se brinda el espacio para las opiniones de los integrantes del grupo, encontrando respuestas variadas sobre sus reacciones inmediatas al momento de enfrentar una situación difícil.

2. Estas respuestas dan pie para reflexionar sobre los tipos de comunicación que solemos utilizar para la resolución de problemas, conceptualizando la fisioterapeuta a los participantes por medio de ejemplos claros:
   Comunicación pasiva: es cuando me quedo callado cuando algo me disgusta, evito el conflicto y la confrontación de la situación.
   Comunicación agresiva: sucede cuando expreso mis opiniones o necesidades de manera hostil, generalmente, pasando por encima del otro.
3. En este punto, para dar claridad sobre los tipos de comunicación, la fisioterapeuta interviene y pregunta a los participantes si se sienten identificados con alguna de las dos formas de comunicación explicadas, en su vida cotidiana. Acá se obtienen respuestas diversas al respecto, donde se encuentran integrantes que prefieren no expresar sus emociones al momento de un conflicto y otros que por el contrario, reaccionan de manera impulsiva y sin pensar en el bienestar de la otra persona.
4. Posteriormente, la psicóloga procede a explicar las pautas y estrategias para llevar a cabo una comunicación asertiva en todos los contextos, y así, mejorar nuestra capacidad de resolución de problemas sin acudir a la violencia y respetando a los demás. En este punto para reforzar el concepto y validar la claridad de la información entregada, se proponen casos de la vida cotidiana y su respectivo manejo, tanto desde la comunicación agresiva o pasiva, como desde la comunicación asertiva, donde los integrantes del grupo debían reconocer el tipo de comunicación utilizada y cuál sería una forma efectiva de expresarse para solucionar el problema.
5. Después de este momento, se despierta el interés de varios participantes sobre el manejo que cada uno le da a situaciones cotidianas en los contextos familiares principalmente, lo que abre el espacio para la reflexión final por parte de las profesionales y el agente comunitario.
6. Se finaliza con un espacio para resolución de dudas de los participantes.

NOTA: Durante los 4 encuentros de la actividad 3 se habló sobre los servicios la ESE, sin embargo, en la sesión 4 se realiza canalización, lo anterior se explica por el rapport dado durante los encuentros entre participante y moderador.

CONCLUSIONES

- La sesión evidenció la importancia de la participación activa de los miembros de la comunidad, quienes compartieron sus experiencias y reflexionaron sobre sus propias formas de comunicación, identificando áreas de mejora y reconociendo así mismo, la gestión emocional y la comunicación asertiva como habilidades fundamentales para el buen trato, ya que permiten expresar necesidades y límites de manera respetuosa, evitando conflictos y malentendidos en todos los contextos.

- A través de actividades participativas se brindaron herramientas prácticas para mejorar la comunicación y la gestión emocional, lo que en un corto plazo contribuirá a una resolución de conflictos más efectiva y pacífica en la comunidad.

COMPROMISOS

ACTIVIDAD	RESPONSABLE	FECHA
Actividad 4, sesión 1	Psicóloga, fisioterapeuta, agente comunitario	01/08/2025

(Se adjunta registro de asistencia de participantes)

Siendo las 15:00 pm, se da por terminada la reunión

Isabella Naranjo López

ISABELLA NARANJO LÓPEZ, PSICÓLOGA

MANUELA MURILLO LONDOÑO, FISIOTERAPEUTA

MARIA CHITALIA SUCRE MORALES

MARIA CHITALIA SUCRE MORALES, AGENTE COMUNITARIO



Territorial
Dirección Territorial de Salud de Caldas

CONSENTIMEINTO INFORMADO REGISTRO FOTOGRÁFICO

Yo _____, identificado/a con documento de identidad No. 1060[illegible]92 de BTAICAZAR, autorizo de manera libre, voluntaria e informada a la E.S.E. San José de BTAICAZAR. 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 BTAICAZAR, 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: BENILDO SOLER MORALES

Firma: _____

Fecha: 08/07/2025.

1060[illegible]92