

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	
Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo					

Tema: Cuarta sesión de fortalecimiento Salud Mental en el adulto mayor.

Dependencia (Dirección / Oficina)	Proceso
Dirección de Participación Social, Gestión Territorial y Transectorialidad Subdirección Territorial Red Sur Occidente	Relacionamiento con la ciudadanía y Participación Social

Objetivo	Fecha: 10 de octubre de 2025			
Llevar a cabo la cuarta sesión del semillero con el grupo edad maravillosa, en el marco del Modelo de Salud MAS Bienestar y el proceso de gestión territorial.	Tipo de reunión	Asistencia Técnica:		
		Asesoría ()		Capacitación ()
		Orientación (X)		Acompañamiento ()
		Otro ()		
	Modalidad:	Presencial (x)	Virtual ()	Mixta ()
	Lugar: Barrio La Chucua			
	Hora Inicio: 03:00 pm_ Hora Fin: 05:00 pm			
	Notas por: Lorena Angulo y Julieth Cristina Pedraza Vargas			
	Próxima Reunión: 29 de octubre de 2025			
Quien cita: Grupo Edad Maravillosa.				

TEMAS Y COMENTARIOS TRATADOS *

Esta acta da cuenta de la reunión que se llevó a cabo de manera presencial, entre los integrantes del grupo “edad maravillosa”, la referente de la política pública de Salud Mental de la Subred Sur Occidente y gestora de participación social de la Dirección de Participación Social de la Secretaría Distrital de Salud. Dicha sesión, tiene como propósito realizar el cuarto fortalecimiento del semillero en el marco de la gestión territorial. La temática establecida para abordar fue la Salud Mental en la persona mayor.

Agenda fortalecimiento semillero:

1- Saludo y bienvenida: La sesión inicia con el saludo y bienvenida por parte de la gestora de participación, mencionando la relevancia que tendrá el espacio para dialogar sobre la Salud Mental en la persona mayor. Cabe mencionar que dichos fortalecimientos están en el marco del Modelo Territorial de Salud MAS Bienestar como la apuesta Distrital del Sector Salud para aportar respecto a las problemáticas locales.

2- La Salud Mental en la persona mayor: La Referente de la Política Pública menciona que las características físicas, psicológicas y sociales de este curso de vida son distintas a las demás, y a su vez están enmarcadas por las vivencias, experiencias y la construcción que se hace durante el transcurso de vida. Por ello, las herramientas de afrontación son distintas en cada persona y están mediadas por el contexto y los recursos que se tengan a disposición.

Ahora, Patricia Santamaría menciona el objetivo de la dinámica a desarrollar, enfatizando que el espacio de fortalecimiento, se enfoca en aspectos claves de la salud mental, como elemento esencial de las comunidades para la prevención de problemas y trastornos mentales.

En este sentido, se propone un ejercicio de reflexión conjunta a partir de la analogía de la Balanza del Bienestar Emocional. A continuación, se solicitó a los participantes a que pensaran en situaciones, emociones o hábitos

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	
Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo					

que creen que afecta negativamente la salud mental, estas respuestas son registradas en tarjetas de un color (rosado) y a medida que se van diligenciando, se pegaron en un lado de la balanza, explicando que "estos son pesos que inclinan nuestra balanza hacia el lado del malestar".

Ahora, se cambia el enfoque, pidiendo a los participantes que pensarán en qué cosas les ayudan a sentirse bien, a manejar el estrés o a superar momentos difíciles. También registrándolo en tarjetas en el otro lado de la balanza. Enfatizando en que estos son los elementos que ponemos para contrarrestar los pesos y buscar el equilibrio o el bienestar.

Teniendo en cuenta el ejercicio anterior, los integrantes del grupo "edad maravillosa" manifiestan que, las cosas que pesan son o afectan son: las alteraciones del sueño, el duelo, la situación económica, barreras de acceso, la inseguridad, pérdida de seres queridos y enfermedades crónicas.

Ahora, se identifican las cosas que nos impulsan: las reuniones del grupo, redes de apoyo, resignificar las situaciones o emociones, hablar y llorar.

Por último, se reconoce que las emociones aparecen con frecuencia y son susceptibles de ser abordadas teniendo las herramientas con las que cuenta cada persona.

Teniendo en cuenta lo anterior, la gestora de participación indica que la relevancia de la identificación de las emociones radica en el autoconocimiento para hallar un bienestar personal. Además, de generar consciencia de lo que sentimos, desarrollar resiliencia y aprender de nuestras experiencias. Con ello, crecemos emocionalmente y damos pasos para construir una vida más equilibrada y consciente. Identificar como nos sentimos nos acerca a fortalecer relaciones interpersonales, promover la empatía, la comunicación y la resolución de conflictos.

Bajo esta perspectiva, se hace necesario reconocer que en el proceso de envejecimiento se presentan cambios a nivel físico, psicológicos y sociales que inciden en la forma de afrontar las situaciones de vida, impactando las emociones y afectando la salud mental. Por ello, la invitación es a contemplar dichos cambios para su asimilación e impacto en la calidad de vida y el bienestar a nivel general físico – emocional.

Ahora bien, la referente de la política pública de salud mental indica que, para la asimilación de dichos cambios es esencial fomentar espacios de escucha, actividades significativas y redes de apoyo que promuevan la estabilidad emocional, la estimulación mental y el sentido de propósito de vida. Por concerniente, cobra valor los encuentros comunitarios alrededor del grupo, dado que, en el fortalecen vínculos afectivos y una participación vinculante a nivel social. Es así, como comprender y valorar estos cambios ayuda a promover un envejecimiento activo, digno y saludable, donde la salud mental se convierte en una prioridad para garantizar una vida plena en esta etapa.

Por otro lado, cuando se habla de la salud mental deben tenerse en cuenta algunos factores propios del curso de vida, que pueden terminar afectando las emociones y propiciando cuadros de estrés y ansiedad según la agudeza del caso. Por ello, se hace énfasis en reconocer que cuando una situación nos rebasa es importante pedir ayuda profesional y derribar los imaginarios que se tienen sobre ello.

En concordancia con lo anterior, es relevante identificar los signos de alarma o señales de atención que pueden afectar nuestra salud mental, ya sea de nuestro familiares o personas que conforman la red de apoyo social. Ahora, el identificar de manera temprana signos permite brindar apoyo psicológico, médico y social adecuado, previniendo el deterioro emocional y promoviendo un envejecimiento más saludable y digno. Además, la atención oportuna puede mejorar significativamente la funcionalidad, la autonomía y la calidad de vida de la persona mayor, reduciendo el riesgo de complicaciones y favoreciendo su integración en la familia y la comunidad.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	
Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo					

Los integrantes del grupo “edad maravillosa” comentan que, en lo cotidiano se experimenta un oleaje de emociones diarias, dadas por el contexto principalmente familiar y social. Indican que, aunque la vida es difícil y nunca deja de sorprender con sus dificultades siempre existe un motivo por el cual seguir adelante.

Finalmente, se socializa la Ruta de atención en salud Mental, así como canales y líneas de orientación psicológica. Esta iniciativa se enmarca en el componente de atención integral e integrada de la Política Distrital de Salud Mental.

⇒ Línea 106 – “El poder de ser escuchado”

- **Atención:** Escucha y apoyo psicosocial para personas de todas las edades.

- **Canales:**

Teléfono: 106 (desde Bogotá)

WhatsApp: 300 754 8933

Correo electrónico: linea106@saludcapital.gov.co

- **Servicio:** Brinda orientación en situaciones como ansiedad, duelo, conflictos familiares, violencia, consumo de sustancias y más.

⇒ Línea Púrpura – Atención a mujeres

- **Atención:** Mujeres mayores de 18 años en situación de violencia.

- **Canales:**

o Teléfono: 01 8000 112 137

o WhatsApp: 300 755 1846

o Correo electrónico: lpurpura@sdmujer.gov.co

- **Servicio:** Asesoría legal, psicológica y social.

⇒ Línea Calma – Atención a hombres

- **Atención:** Hombres mayores de 18 años con dificultades emocionales.

- **Canales:**

Teléfono: 01 8000 423 614 • **Horario:**

Lunes a Viernes: 8:30 a.m. a 10:30 p.m.

Sábados y domingos: 2:00 p.m. a 10:30 p.m.

- **Servicio:** Escucha emocional y orientación en temas como ansiedad, depresión, soledad, entre otros.

⇒ Línea Diversa – Atención a personas LGBTIQ+

- **Atención:** Personas con orientaciones sexuales e identidades de género diversas que requieran apoyo emocional o asesoría en situaciones de discriminación o violencia.

- **Canales:**

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	
Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo					

Teléfono / WhatsApp: 310 864 4214

Horario: Atención 24 horas, todos los días.

- **Servicio:** Escucha y orientación psicosocial, información sobre derechos y rutas de atención ante casos de violencia o discriminación.

⇒ **Línea 123 – Emergencias**

- **Atención:** Toda la ciudadanía en situaciones de emergencia, riesgo o crisis emocional.

• **Canales:**

Teléfono: 123 (disponible en todo el Distrito Capital)

Horario: Atención 24 horas, todos los días.

- **Servicio:** Atención integral en emergencias, con activación de equipos de salud mental y articulación con la Policía, Bomberos y entidades de salud.

⇒ **Línea 141 – Protección a niños, niñas y adolescentes**

- **Atención:** Niños, niñas, adolescentes y adultos que necesiten reportar una emergencia, denuncia o pedir orientación frente a maltrato infantil, violencia sexual, acoso escolar, trabajo infantil, consumo de sustancias psicoactivas u otras situaciones que amenacen la vida o integridad de menores.

• **Canales:**

Teléfono gratuito: 141 (desde cualquier teléfono en Colombia)

Otra vía nacional gratuita: 01 8000 918 080

- **Servicio:** Atención por equipo multidisciplinario (psicólogos, abogados, trabajadores sociales) para brindar orientación y activar la red de protección de menores frente a situaciones de riesgo.

En concordancia con lo enunciado, abordar la salud mental en el adulto mayor es fundamental para garantizar una vejez digna y con bienestar. En esta etapa de la vida, los cambios físicos, sociales y emocionales pueden aumentar la vulnerabilidad a trastornos como la depresión, la ansiedad o la soledad. Por ello, promover espacios de escucha, acompañamiento y atención oportuna no solo mejora la calidad de vida de las personas mayores, sino que también fortalece los lazos familiares y comunitarios. Reconocer la salud mental como un componente esencial del envejecimiento saludable contribuye a construir comunidades más empáticas y solidarias con quienes han aportado al ejercicio de la participación social en salud.

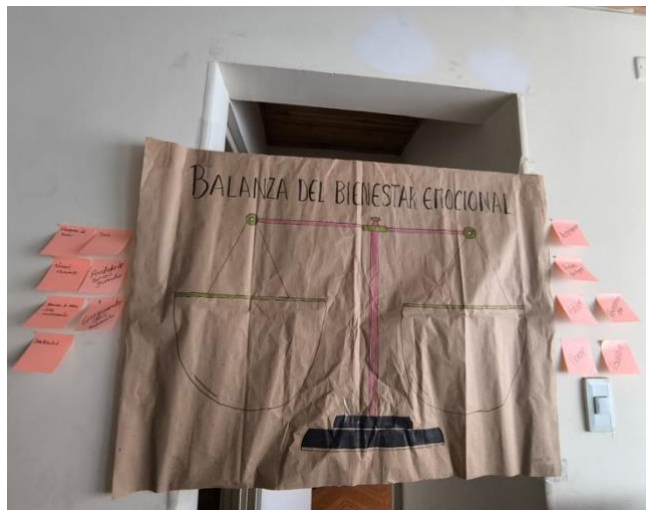
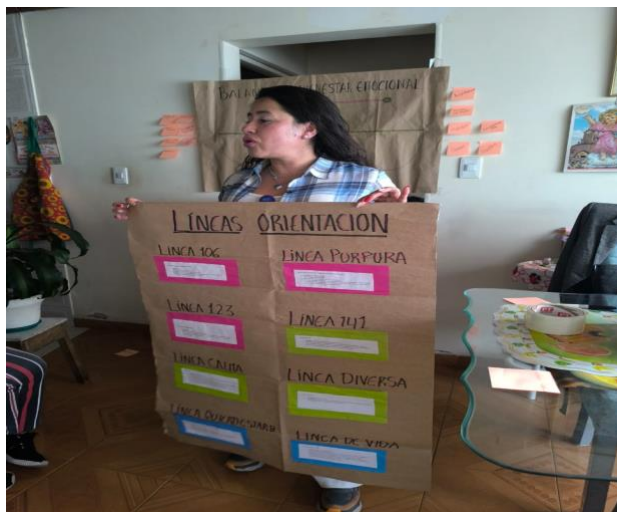
Por último, se hace énfasis en algunas estrategias para un envejecimiento saludable, en el cual, priorizarse es fundamental para atender los requerimientos del día a día. En definitiva, cuidarse a sí mismo implica, promover una vida activa, digna y plena, que traiga consigo la reducción de la carga para las familias. En conjunto, estas estrategias permiten a las personas mayores vivir con dignidad, mantenerse activos y continuar participando de manera significativa en la sociedad.

Es relevante indicar que se realizó por parte de la referente de la Subred Sur Occidente, la canalización de dos de las personas integrantes del grupo para atención en salud mental.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	

Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo

Se adjuntan evidencias fotográficas de la sesión:



 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	
Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo					

COMPROMISOS*

ACCIÓN	RESPONSABLE	FECHA
Realizar el acta de la sesión	Lorena Angulo O.	20 de octubre de 2025

REVISIÓN Y APROBACIÓN DEL ACTA

No	NOMBRES Y APELLIDOS	CORREO	TELÉFONO	DIRECCIÓN/ OFICINA/ ENTIDAD	FIRMA
1	Julieth Cristina Pedraza Vargas	JCPedraza@saludcapital.gov.co	3107992961	DPSGTYT	
2	Karen Lorena Angulo	KLAngulo@saludcapital.gov.co	3142436450	DPSGTYT	K. LORENA ANGULO O.
3	Diana Patricia Santamaría	psicologasantamariaap@gmail.com	3124248374	Gestión y análisis de Políticas	
4					
5					
6					
7					
8					
9					

ASISTENTES

Anexo listado de asistencia SDS-DFO-FT-004.

Nota: Cuando la asistencia es igual o superior a 10 personas, se debe hacer uso del formato Listado de asistencia a reuniones SDS-DFO-FT-004, según lo establecido en el lineamiento de Actas de Reunión.

Evaluación y cierre de la reunión
--

¿Se logró el objetivo?	Observaciones (si aplica)
Si (x) No ()	Se adjunta listado de asistencia.

* Se podrán incluir o eliminar filas de acuerdo con el requerimiento.



RELACIONAMIENTO CON LA CIUDADANÍA Y PARTICIPACIÓN SOCIAL
DIRECCIÓN PARTICIPACIÓN SOCIAL, GESTIÓN TERRITORIAL Y TRANSECTORIALIDAD
SISTEMA DE GESTIÓN
CONTROL DOCUMENTAL



LISTADO DE ASISTENCIA REUNIONES COMUNITARIAS

Código: SDS-RPS-FT-020 Versión: 1

Elaborado por: Nathaly López / Revisado por: Carolina Calderón - Ana Ma. Cárdenas / Aprobado por: Alejandra Taborda Restrepo

Acepta términos y condiciones: Con mi firma, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Salud y al Fondo Financiero Distrital de Salud, para hacer uso y tratamiento de mis datos personales de conformidad con lo previsto en el Decreto 1377 de 2013 que reglamenta la Ley 1581 de 2012 (Política de protección de datos personales)

Tema: Quarta sesión de fortalecimiento comunitario Salud mental

Fecha: 10 de octubre 2025

Hora Inicio: 8:00 P.M.

Hora Fin: 5:00 P.M.

Lugar: Barrío la Chusca Kennedy

N.	NOMBRE Y APELLIDO	TIPO Y NÚMERO DE DOCUMENTO	LOCALIDAD	ORGANIZACIÓN A LA QUE PERTENECE	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO	EDAD	¿Cuál es su sexo biológico?				¿Pertenece a alguno de los siguientes grupos poblacionales?							¿Pertenece a alguno de los siguientes grupos étnicos?					FIRMA					
								Femenino	Masculino	Intersexual	No responde	Migrantes	Gestante	Persona con discapacidad	Victima del conflicto armado	LGTBIQ+	Excombatiente	Persona en condición de calle	Campesino/Campesina	Persona usuaria de drogas	Ninguno	Afrodescendiente	Negro/a		Palenque San Basilio	Raizal Arch. San Andrés	Indígena	Rom o gitano	Ninguno
1	Veronica Arevalo	4162884	Kennedy	Edad Maravillosa	—	302623013	72	X														X						X	Veronica Arevalo
2	Gloria Antano Castro	41444597	Kennedy	Edad Maravillosa	—	304527993	76	X														X						X	Gloria Antano
3	Trameta Muneval	39632269	Kennedy	Edad maravillosa	—	3118478987	65	X														X						X	Trameta Muneval
4	Eucledes Hernandez	5788623	Kennedy	Edad maravillosa	—	3112706892	76	X														X						X	Eucledes Hernandez
5	Oriel Pico	17097031	Kennedy	Edad maravillosa	—	6017133334	84	X														X						X	Oriel Pico



LISTADO DE ASISTENCIA REUNIONES COMUNITARIAS

Código: SDS-RPS-FT-020 Versión: 1

Elaborado por: Nathaly López / Revisado por: Carolina Calderón – Ana Ma. Cárdenas / Aprobado por: Alejandra Taborda Restrepo

N.	NOMBRE Y APELLIDO	TIPO Y NÚMERO DE DOCUMENTO	LOCALIDAD	ORGANIZACIÓN A LA QUE PERTENECE	CORREO ELECTRÓNICO	TELÉFONO	EDAD	¿Cuál es su sexo biológico?				¿Pertenece a alguno de los siguientes grupos poblacionales?							¿Pertenece a alguno de los siguientes grupos étnicos?						FIRMA						
								Femenino	Masculino	Intersexual	No responde	Migrantes	Gestante	Persona con discapacidad	Víctima del conflicto armado	LGTBIQ+	Excombatiente	Persona en condición de calle	Campesino/Campesina	Persona usuaria de drogas	Ninguno	Afrodescendiente	Negro/a	Palenque San Basilio		Raizal Arch. San Andrés	Indígena	Rom o gitano	Ninguno		
6	ANA GUIZA	41461512	Kennedy	Edad Maravillosa	—	3112706892	81	x												x										+ Fina Díaz	
7	Gloria Castro	41444597	Kennedy	Edad Maravillosa	—	3045272993	76	x												x										x Reto	
8	Eduardo Muñoz	5339238	Kennedy	Edad Maravillosa	—	3203914521	75	x												x										x Reto	
9	Rodrigo Port	17197443	Kennedy	Edad Maravillosa	—	3232274080	82	x												x										x Reto	
10	Ligia Mercedes	20810889	Kennedy	Edad Maravillosa	—	3102542326	68	x												x										x Lucía	
11	Aldemar Duarte	19296911	Kennedy	Edad Maravillosa	—	3118016981	69	x												x										x Reto	
12																															