ACTIVIDAD No. 16 PIC 2025.

1. Planeación

Eje del PTS: Gobernabilidad, y gobernanza de la salud pública.
Actividad Contratada: Realizar 30 tamizajes para la detección de trastorno mental, aplicando la escala SQR, con intervención breve y seguimiento en ruta de atencion integral en salud mental, según corresponda a través del programa MhGAP o el programa de salud mental en atención primaria vigente de la ESE dirigido a Población mayor de 14 años que cumpla criterios de riesgo del sector Rural de las veredas San Pedro, Serrania, muceñito, muceño centro (Diligenciar base datos notificación actividad)
Línea Operativa: Cuidado de la salud en el territorio
Categoría Operativa: PIC - Educación y comunicación para la salud
Tema: Aplicar 30 tamizajes para la detección de trastorno mental, aplicando la escala SQR
Objetivo: Realizar 30 tamizajes para la detección de trastorno mental, aplicando la escala SQR, con intervención breve y seguimiento en ruta de atencion integral en salud mental
Curso de vida al cual va dirigido:
Metodología: Taller _____ Jornada _____ Sesión Educativa: _____ Seminario ____ Otro __x__(tamizaje) __
Fecha: 15 Y 22 de agosto **Hora Inicio:** no aplica. **Hora finalización:** no aplica.
Ayudas educativas: Consentimientos, tamizajes, lista de asistencia.
Funcionario responsable: Yesica Yohana Gamba Ávila.
Forma de ejecución: Presencial ___X___ Virtual
Material Educativo entregado: N/A

2. Ejecución:

Durante el mes de **agosto**, se llevó a cabo la **aplicación del tamizaje SQR (Self Reporting Questionnaire)** a un grupo de personas residentes en las veredas San Pedro, Serranía, Muceño y Muceño Centro, con el propósito de realizar una valoración inicial sobre su estado de salud mental. En total, se aplicaron 30 tamizajes, los cuales fueron diligenciados de manera individual y confidencial, garantizando el respeto por la privacidad y el bienestar emocional de cada participante. Esta actividad se desarrolló en el marco de las acciones de promoción y prevención en salud mental, con el objetivo de acercar los

servicios de salud a la comunidad rural y contribuir a la detección temprana de posibles problemáticas psicológicas.

El tamizaje SQR es una herramienta creada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) que permite identificar, de forma rápida y sencilla, la presencia de síntomas relacionados con trastornos mentales comunes, como la depresión, la ansiedad, el estrés, la irritabilidad, los problemas de sueño, la fatiga, la falta de concentración o la pérdida de interés en las actividades cotidianas. Este instrumento se utiliza principalmente en contextos comunitarios y de atención primaria, ya que facilita reconocer signos de alerta en las personas y orientar intervenciones preventivas antes de que los síntomas se agraven.

El objetivo de la aplicación del tamizaje SQR es detectar oportunamente posibles alteraciones en la salud mental y promover una respuesta inmediata por parte del equipo de salud, mediante intervenciones breves, orientación psicológica y, de ser necesario, la referencia a servicios especializados. De esta manera, se busca garantizar una atención integral, humanizada y accesible para todas las personas, especialmente aquellas que viven en zonas rurales donde el acceso a servicios de salud mental suele ser limitado.

Durante la jornada de aplicación, se brindó también un espacio de diálogo y sensibilización con la comunidad, explicando la importancia de cuidar la salud mental al igual que la salud física. Se destacó la necesidad de expresar las emociones, buscar apoyo en momentos de dificultad y mantener redes de apoyo familiares y comunitarias. Asimismo, se ofrecieron intervenciones breves a las personas que presentaron puntajes indicativos de malestar emocional, orientándolas hacia estrategias de afrontamiento positivo y recomendando, cuando fue necesario, la asistencia a consulta psicológica o médica.

Esta actividad permitió obtener una visión más clara sobre el estado emocional de la población de las veredas intervenidas, evidenciando la relevancia de seguir fortaleciendo las acciones de detección, prevención y acompañamiento psicosocial en las zonas rurales.

3. Conclusiones:

La aplicación del tamizaje SQR en las veredas **San Pedro, Serranía, Muceño y Muceño Centro** permitió identificar de manera temprana diversos factores asociados al bienestar emocional y mental de la población, demostrando la importancia de acercar los servicios de salud mental a los entornos rurales. A través de los 30 tamizajes realizados, se logró reconocer que muchas personas presentan signos de estrés, ansiedad o desánimo que, aunque no siempre representan un trastorno grave, sí evidencian la necesidad de fortalecer los espacios de orientación y acompañamiento psicológico. Esta experiencia resalta el valor del tamizaje SQR como herramienta de prevención y detección temprana, ya que posibilita intervenir de forma oportuna y brindar intervenciones breves que orientan a los usuarios hacia la búsqueda de apoyo profesional y al desarrollo de estrategias de autocuidado emocional. Finalmente, se concluye que este tipo de acciones contribuyen de manera significativa al fortalecimiento de la promoción y prevención en salud mental, mejorando la calidad de vida de la comunidad y favoreciendo una atención integral, humana y equitativa para todos los habitantes del territorio.

Cordialmente;

Yesica Yohana Gamba Avila. – Psicóloga
Profesional que ejecuta la actividad
E.S.E. Centro de Salud de Macanal

TAMIZAJE SQR															
ACTIVIDAD	RESPONSABLES	PARTICIPANTES	Julio.				Agosto				Septiembre.				
							15	22							
Realizar 30 tamizajes para la detección de trastorno mental, aplicando la escala **SQR**, con intervención breve y seguimiento en ruta de atención integral en salud mental, según corresponda a través del programa MhGAP o el programa de salud mental en atención primaria vigente de la ESE dirigido a Población mayor de 14 años que cumpla criterios de riesgo del sector Rural de las veredas San Pedro, Serranía, muceñito, muceño centro (Diligenciar base datos notificación actividad)	YESICA GAMBA	**Población residente en san pedro, serranía, muceñito y muceño centro**					20	10							

ALCALDÍA MUNICIPAL DE MACANAL

ESE CENTRO DE SALUD MACANAL SALUD OPORTUNA Y DE CALIDAD PARA TODOS

PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS 2025 PIC

Consentimiento informado para la aplicación de tamizajes SQR
ESE Centro de Salud de Macanal
Plan de Intervenciones Colectivas 2025

Los instrumentos de tamizaje en salud mental ayudan a evaluar la posible presencia de problemas de salud mental que afectan a miles de colombianos. Por medio del presente se solicita a la persona que autorice o no la aplicación de tamizaje **SQR,** el cual tiene como objetivo principal la detección temprana para la Identificación de problemas de salud mental para la detección de posibles problemas de salud mental, como la ansiedad y la depresión

Un tamizaje NO DIAGNOSTICA un trastorno mental.
Este es un tamizaje que permite identificar signos y síntomas de trastorno mental y/o problemas de consumo de alcohol a partir de los resultados se va a realizar una intervención breve sobre los mismos con el profesional a cargo quien previamente fue entrenado en el mismo.
Agradezco su participación en el tamizaje.

Nombre de la persona _____
Cédula: _____
Fecha: _____
Celular_____

CUESTIONARIO DE AUTO REPORTE DE SÍNTOMAS PSIQUIÁTRICOS PARA ADULTOS (SRQ)

Municipio				Fecha	
Nombre del entrevistado				CC	
Edad		Sexo:	Teléfono:		
Barrio/ Vereda				EPS	

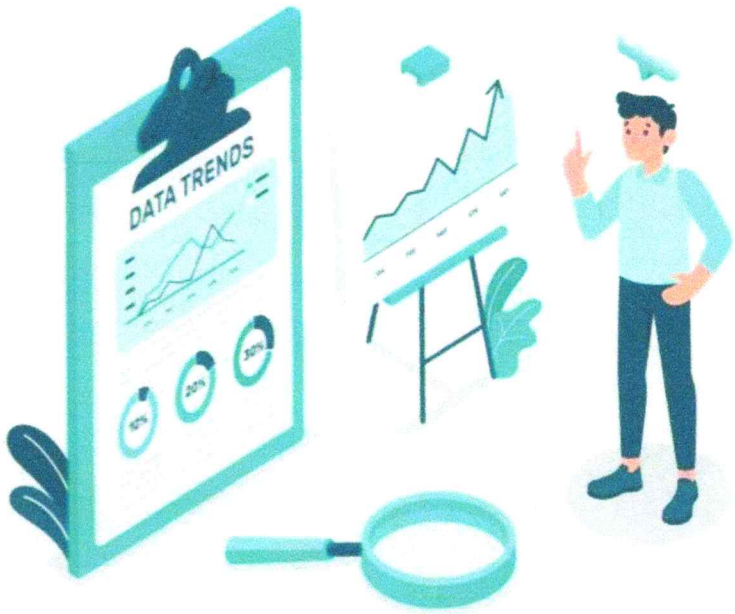
SÍNTOMAS	SI	NO
1.¿Tiene dolores de cabeza frecuentes?		
2. ¿Tiene mal apetito?		
3. ¿Duerme mal?		
4. ¿Se asusta con facilidad?		
5. ¿Sufre de temblor de manos?		
6. ¿Se siente nervioso, tenso o aburrido?		
7. ¿Sufre de mala digestión?		
8. ¿No puede pensar con claridad?		
9. ¿Se siente triste?		
10. ¿Llora usted con mucha frecuencia?		
11. ¿Tiene dificultad en disfrutar de sus actividades diarias?		
12. ¿Tiene dificultades para tomar decisiones?		
13. ¿Tiene dificultad para hacer su trabajo? (¿sufre usted con su trabajo?)		
14. ¿Es incapaz de desempeñar un papel útil en su vida?		
15. ¿Ha perdido interés en las cosas?		
16. ¿Siente que usted es una persona inútil?		

17.	¿Ha tenido la idea de acabar con la vida?		
18.	¿Se siente cansado todo el tiempo?		
19.	¿Tiene sensaciones desagradables en su estómago?		
20.	¿Se cansa con facilidad?		
SUME UN PUNTO POR CADA RESPUESTA "SI" A LAS PREGUNTAS 1-20 Si el puntaje resultante de esta suma es de 11 o más, deben hacerse remisión a medicina general con el fin de realizar una valoración completa y de ser necesario establecer un posible diagnóstico.			total

SÍNTOMAS	**SI**	**NO**
21 ¿Usted siente que alguien ha tratado de herirlo en alguna forma?		
22 ¿Es usted una persona mucho más importante de lo que muchas personas piensan?		
23 ¿Ha notado interferencia o algo raro en su pensamiento?		
24 ¿Oye voces sin saber de dónde vienen o que otras personas no pueden oír?		
25 ¿Ha tenido convulsiones, ataques o caídas al suelo con movimientos de los brazos, piernas y mordedura de la lengua o pérdida del conocimiento?		
26 ¿Alguna vez le ha parecido a su familia, a sus amigos, al médico o a un sacerdote que Ud. ¿Estaba tomando demasiado alcohol?		
27 ¿Alguna vez ha querido dejar de tomar, pero no ha podido?		
28 ¿Alguna vez ha tenido dificultades en el trabajo (o estudio) debido a la bebida, como faltar, o tomar en el trabajo o en el colegio?		
29 ¿Ha tenido peleas o lo han detenido estando borracho?		
30 ¿Alguna vez le ha parecido que Ud. Tomaba demasiado		

Nombre del Profesional:		Cargo:	

ANÁLISIS DE RESULTADOS DEL TAMIZAJE SQR.



ANÁLISIS DE RESULTADOS DEL TAMIZAJE SQR.

Durante los días 15 y 22 se llevó a cabo la aplicación del tamizaje SQR a las personas residentes en las veredas de San Pedro, Serranía, Muceño y Muceño Centro, con el propósito de identificar posibles alteraciones en la salud mental de la población. En total, se realizaron 30 tamizajes, los cuales permitieron obtener información valiosa sobre el estado emocional y psicológico de los participantes.

El tamizaje SQR constituye una herramienta fundamental para la detección temprana de posibles trastornos mentales, ya que permite reconocer factores de riesgo asociados con la presencia de síntomas de ansiedad, depresión u otras dificultades emocionales que pueden interferir en el bienestar personal, familiar y social.

Este cuestionario está conformado por 30 preguntas relacionadas con síntomas psiquiátricos, las cuales permiten detectar de manera temprana la presencia de signos de ansiedad, depresión, estrés o malestar emocional. Gracias a su aplicación, se logró obtener información valiosa sobre las principales preocupaciones y necesidades psicológicas de la comunidad

Este tamizaje se desarrolló en un ambiente de confianza y respeto, brindando a la comunidad un espacio para expresarse y reflexionar sobre la importancia de cuidar la salud mental. Además, esta actividad permitió fortalecer los lazos entre los profesionales de salud y los habitantes de las veredas, reafirmando el compromiso de seguir promoviendo el bienestar integral y la prevención de dificultades emocionales dentro del territorio.

Análisis de las respuestas.

Pregunta 1: ¿tiene dolores de cabeza frecuentes?

De los 30 participantes evaluados, **18 personas (60 %)** manifestaron que **sí presentan dolores de cabeza**, mientras que **12 personas (40 %)** indicaron **no tener este síntoma**. Este resultado evidencia que una parte significativa de la población presenta molestias físicas relacionadas con el dolor de cabeza, lo cual puede estar asociado a factores como el estrés, la tensión emocional, la falta de descanso o la sobrecarga de actividades diarias. La presencia de este síntoma en más de la mitad de los encuestados podría reflejar un posible indicador de malestar psicológico o somatización de preocupaciones, por lo que se recomienda continuar con la observación y acompañamiento de quienes reportaron esta condición.

Pregunta 2 ¿Tiene mal apetito?

De los 30 participantes evaluados, **7 personas (23,3 %)** manifestaron que **sí presentan mal apetito**, mientras que **23 personas (76,7 %)** respondieron que **no presentan alteraciones en su alimentación**. Estos resultados indican que la mayoría de los participantes mantiene un apetito adecuado, lo cual puede reflejar un buen estado emocional y físico. Sin embargo, el porcentaje de personas que reporta pérdida de apetito, aunque menor, merece atención, ya que este síntoma puede estar relacionado con cuadros de ansiedad, depresión o estrés. Es importante realizar un seguimiento a quienes manifestaron este malestar, para identificar si se trata de un episodio temporal o un signo persistente que pueda afectar su bienestar general.

Pregunta 3: ¿Duerme mal?

De los 30 participantes evaluados, **7 personas (23,3 %)** manifestaron que **sí presentan dificultades para dormir**, mientras que **23 personas (76,7 %)** respondieron que **no han tenido problemas con el sueño**. Estos resultados muestran que, aunque la mayoría de los encuestados mantiene un patrón de descanso adecuado, existe un grupo que presenta

alteraciones en el sueño. Este tipo de síntomas pueden estar asociados a situaciones de estrés, ansiedad o preocupaciones cotidianas que interfieren con el descanso. Dormir mal de manera frecuente puede afectar el estado de ánimo, la concentración y la salud general, por lo que se recomienda ofrecer orientación y acompañamiento a quienes reportaron esta dificultad, promoviendo hábitos saludables de sueño y estrategias de manejo del estrés.

Pregunta 4: ¿Se asusta con facilidad?

De los 30 participantes evaluados, **12 personas (40 %)** manifestaron que **sí se asustan con facilidad**, mientras que **18 personas (60 %)** respondieron que **no presentan esta reacción con frecuencia**. Este resultado indica que una proporción considerable de los participantes muestra cierta sensibilidad o reactividad emocional ante situaciones inesperadas o estresantes. La tendencia a asustarse fácilmente puede estar relacionada con niveles elevados de ansiedad o con un estado de alerta constante frente a su entorno. Aunque la mayoría no reporta este síntoma, es importante prestar atención al grupo que sí lo experimenta, ya que podría reflejar una respuesta emocional desproporcionada frente a los estímulos o eventos cotidianos, lo cual puede afectar su bienestar psicológico y social.

Pregunta 5: ¿Sufre de temblor en las manos?

De los 30 participantes evaluados, **3 personas (10 %)** manifestaron que **sí presentan temblor en las manos**, mientras que **27 personas (90 %)** respondieron que **no presentan este síntoma**. Este resultado refleja que la gran mayoría de los encuestados no experimenta este tipo de manifestación física, lo cual puede interpretarse como un indicador de estabilidad neuromotora y emocional en la población. No obstante, el pequeño porcentaje que reporta temblores podría estar relacionado con estados de ansiedad, tensión nerviosa o condiciones médicas específicas que ameritan observación. Se recomienda continuar el seguimiento a las personas que reportaron este síntoma, para

descartar causas orgánicas y ofrecer orientación en estrategias de manejo del estrés o control emocional.

Pregunta 6: ¿Se siente nervioso, tenso o aburrido?

De los 30 participantes evaluados, **4 personas (13,3 %)** manifestaron que **sí se sienten nerviosas, tensas o aburridas**, mientras que **26 personas (86,7 %)** respondieron que **no presentan estos sentimientos con frecuencia**. Este resultado indica que la mayoría de los encuestados mantiene un adecuado manejo emocional y niveles estables de tranquilidad en su vida cotidiana. Sin embargo, el pequeño grupo que reporta nerviosismo o tensión podría estar experimentando situaciones de estrés, preocupación o agotamiento emocional, factores que pueden influir negativamente en su bienestar mental. Es importante realizar acompañamiento psicosocial a estas personas para fortalecer habilidades de afrontamiento, promover la relajación y fomentar hábitos saludables que ayuden a reducir los niveles de ansiedad o tensión emocional.

Pregunta 7: ¿Sufre de mala digestión?

De los 30 participantes evaluados, **13 personas (43,3 %)** manifestaron que **sí sufren de mala digestión**, mientras que **17 personas (56,7 %)** respondieron que **no presentan este problema**. Este resultado muestra que casi la mitad de los encuestados experimenta molestias digestivas, lo que puede estar relacionado con factores como una alimentación inadecuada, altos niveles de estrés, o la presencia de ansiedad que se manifiesta de forma somática. La digestión está estrechamente vinculada con el bienestar físico y emocional, por lo que estos síntomas pueden ser un reflejo de tensiones psicológicas o hábitos poco saludables. Se recomienda orientar a los participantes en temas de alimentación balanceada, manejo del estrés y autocuidado, con el fin de reducir la frecuencia de estos malestares y mejorar su calidad de vida.

Pregunta 8: ¿No puede pensar con claridad?

De los 30 participantes evaluados, **3 personas (10 %)** manifestaron que **sí presentan dificultad para pensar con claridad**, mientras que **27 personas (90 %)** respondieron que

no presentan este problema. Este resultado indica que la gran mayoría de los encuestados mantiene una adecuada capacidad de concentración y pensamiento coherente, lo cual sugiere un buen nivel de estabilidad emocional y mental en la población evaluada. Sin embargo, el pequeño grupo que reporta dificultad para pensar con claridad podría estar atravesando episodios de estrés, preocupación o agotamiento mental que interfieren con sus procesos cognitivos. Es importante brindar acompañamiento psicosocial a estas personas, con el fin de identificar las causas de dicha dificultad y promover estrategias de relajación, descanso adecuado y manejo de pensamientos ansiosos o negativos

Pregunta 9: ¿Se siente triste?

De los 30 participantes evaluados, **9 personas (30 %)** manifestaron que **sí se sienten tristes con frecuencia**, mientras que **21 personas (70 %)** respondieron que **no experimentan este sentimiento de manera constante**. Este resultado muestra que, aunque la mayoría de los encuestados mantiene un estado de ánimo estable, existe un porcentaje importante (casi un tercio) que presenta síntomas de tristeza, los cuales pueden estar asociados a factores como preocupaciones personales, dificultades familiares, estrés o situaciones de pérdida emocional. La presencia de tristeza frecuente puede ser un indicador de malestar emocional o de posibles síntomas depresivos leves. Por ello, es importante ofrecer espacios de escucha, apoyo psicosocial y actividades grupales que promuevan la expresión emocional, el fortalecimiento de redes de apoyo y el bienestar mental en la comunidad.

Pregunta 10: ¿Llora usted con mucha frecuencia?

De los 30 participantes evaluados, **7 personas (23,3 %)** manifestaron que **sí lloran con mucha frecuencia**, mientras que **23 personas (76,7 %)** respondieron que **no lo hacen habitualmente**. Este resultado indica que la mayoría de los encuestados presenta una estabilidad emocional adecuada, sin manifestar una tendencia marcada al llanto. No obstante, el grupo que sí reporta llorar con frecuencia puede estar experimentando

sentimientos de tristeza, ansiedad o frustración que merecen atención. El llanto frecuente puede ser una forma de expresar emociones contenidas o de liberar tensión emocional, pero también puede reflejar un posible cuadro de vulnerabilidad afectiva. Por ello, se recomienda ofrecer espacios de acompañamiento psicológico y estrategias de fortalecimiento emocional para promover la gestión saludable de las emociones y prevenir posibles estados depresivos.

Pregunta 11: ¿Tiene dificultad en disfrutar de sus actividades diarias?

De los 30 participantes evaluados, **4 personas (13,3 %)** manifestaron que **sí tienen dificultad para disfrutar de sus actividades diarias**, mientras que **26 personas (86,7 %)** respondieron que no presentan este problema. Este resultado sugiere que la mayoría de los encuestados conserva la capacidad de disfrutar de sus rutinas, responsabilidades y espacios personales, lo cual es un indicador positivo de bienestar emocional. Sin embargo, el grupo que reporta falta de disfrute podría estar experimentando síntomas de apatía, desmotivación o agotamiento emocional, los cuales pueden estar relacionados con estrés, depresión leve o falta de satisfacción en su entorno. Es importante brindar acompañamiento psicológico y fortalecer espacios recreativos o de integración social, que promuevan la motivación, el sentido de logro y el bienestar mental de estas personas.

Pregunta 12: ¿Tiene dificultades para tomar decisiones?

De los 30 participantes evaluados, **3 personas (10 %)** manifestaron que **sí presentan dificultades para tomar decisiones**, mientras que **27 personas (90 %)** respondieron que **no enfrentan este problema**. Este resultado evidencia que la gran mayoría de los encuestados se siente capaz de analizar situaciones y elegir con seguridad, lo cual refleja un adecuado nivel de autoconfianza y estabilidad emocional. No obstante, el pequeño grupo que reporta dificultad para decidir puede estar experimentando inseguridad, miedo al error o dudas relacionadas con su entorno personal o social. Este tipo de dificultad puede estar asociado al estrés o a la baja autoestima. Por ello, se recomienda ofrecer orientación psicosocial y fortalecer habilidades para la toma de decisiones, la

autoconfianza y la resolución de problemas, con el fin de promover mayor seguridad y autonomía en estas personas.

Pregunta 13: ¿Tiene dificultad para hacer su trabajo?

De los 30 participantes evaluados, **5 personas (16,7 %)** manifestaron que **sí tienen dificultad para realizar su trabajo o actividades habituales**, mientras que **25 personas (83,3 %)** respondieron que **no presentan este inconveniente**. Este resultado muestra que la mayoría de los encuestados mantiene un buen desempeño en sus labores cotidianas, reflejando un adecuado nivel de energía, concentración y motivación. Sin embargo, el grupo que reporta dificultades puede estar experimentando fatiga, estrés, falta de interés o desmotivación, factores que pueden afectar su productividad y bienestar emocional. La dificultad para cumplir con las tareas diarias también puede ser un signo temprano de sobrecarga o agotamiento psicológico. Por ello, se recomienda fortalecer estrategias de autocuidado, manejo del estrés y equilibrio entre la vida personal y laboral, con el fin de mejorar el rendimiento y la satisfacción general en sus actividades diarias.

Pregunta 14: ¿Es incapaz de desempeñar un papel útil en la vida?

De los 30 participantes evaluados, **2 personas (6,7 %)** manifestaron que **sí se sienten incapaces de desempeñar un papel útil en la vida**, mientras que **28 personas (93,3 %)** respondieron que **no se identifican con esta afirmación**. Este resultado refleja que la gran mayoría de los encuestados mantiene una percepción positiva de sí mismos, reconociendo su valor y utilidad dentro de su entorno familiar, laboral o social. Sin embargo, el pequeño grupo que reporta sentirse inútil o con falta de propósito podría estar experimentando sentimientos de baja autoestima, desánimo o pérdida de sentido vital, los cuales pueden ser señales tempranas de afectación emocional. Es importante brindar acompañamiento psicológico a estas personas, fomentar la participación comunitaria y fortalecer actividades que refuercen la autoestima, la autoeficacia y el sentido de pertenencia, promoviendo así una visión más positiva y significativa de su papel en la vida.

Pregunta 15: ¿Ha perdido interés en las cosas?

De los 30 participantes evaluados, **10 personas (33,3 %)** manifestaron que **sí han perdido interés en las cosas que antes disfrutaban**, mientras que **20 personas (66,7 %)** respondieron que **no han experimentado esta pérdida de interés**. Este resultado muestra que una parte significativa de los encuestados presenta signos de desmotivación o apatía, lo cual puede estar relacionado con estados emocionales como el estrés, la tristeza o la fatiga mental. La pérdida de interés es un síntoma que puede asociarse a la presencia de ansiedad o depresión leve, por lo que merece especial atención. Aun así, la mayoría de los participantes conserva su motivación y disposición para realizar actividades cotidianas. Se recomienda ofrecer espacios de apoyo psicoemocional, promover actividades recreativas y fortalecer los vínculos sociales, con el fin de favorecer la motivación, la participación activa y el bienestar emocional de los miembros de la comunidad.

Pregunta 16: ¿Siente que usted es una persona inútil?

De los 30 participantes evaluados, **1 persona (3,3 %)** manifestó que **sí se siente una persona inútil**, mientras que **29 personas (96,7 %)** respondieron que **no comparten este sentimiento**. Este resultado refleja que la gran mayoría de los encuestados mantiene una percepción positiva de sí mismos y una adecuada autoestima, reconociendo su valor personal y su utilidad dentro de su entorno familiar, social y laboral. Sin embargo, aunque el porcentaje de quienes se perciben de forma negativa es bajo, este hallazgo no debe pasar desapercibido, ya que puede ser un indicio de tristeza profunda, inseguridad o sentimientos de inutilidad que requieren atención psicológica. Se recomienda brindar acompañamiento emocional y promover espacios de fortalecimiento personal y motivacional, para ayudar a esta persona a reconocer sus capacidades, logros y aportes, reforzando así su autoconfianza y bienestar emocional.

Pregunta 17: ¿Ha tenido la idea de acabar con su vida?

De los 30 participantes evaluados, **0 personas (0 %)** manifestaron haber tenido la idea de

acabar con su vida, mientras que **30 personas (100 %)** respondieron que **no han tenido este tipo de pensamientos**.

Este resultado es muy positivo y alentador, ya que refleja que ninguno de los encuestados presenta ideación suicida en el momento de la aplicación del tamizaje. La ausencia de pensamientos suicidas sugiere que, dentro de esta población evaluada, hay un adecuado manejo emocional y un menor nivel de riesgo crítico en salud mental. Sin embargo, es importante continuar fortaleciendo las estrategias preventivas y mantener espacios de escucha, apoyo psicosocial y educación en salud mental, para garantizar que este indicador se mantenga estable y prevenir futuros casos.

Pregunta 18: ¿Se siente cansado todo el tiempo?

De los 30 participantes evaluados, **8 personas (26,7 %)** manifestaron que **sí se sienten cansadas todo el tiempo**, mientras que **22 personas (73,3 %)** respondieron que **no presentan este síntoma de manera constante**. Este resultado muestra que, aunque la mayoría mantiene un nivel de energía adecuado, existe un grupo significativo que experimenta fatiga persistente, la cual puede estar relacionada con el estrés, la sobrecarga de responsabilidades, la falta de descanso o posibles afectaciones emocionales. Sentirse cansado de forma continua puede ser un indicador de agotamiento físico o mental, por lo que es importante promover hábitos saludables como una buena higiene del sueño, alimentación equilibrada, ejercicio regular y espacios de descanso. Además, se recomienda brindar acompañamiento psicosocial a quienes reportaron este síntoma, con el fin de identificar posibles causas emocionales y fortalecer el bienestar integral de los participantes.

Pregunta 19: ¿Tiene sensaciones desagradables en su estómago?

De los 30 participantes evaluados, **9 personas (30 %)** manifestaron que **sí presentan**

sensaciones desagradables en el estómago, mientras que **21 personas (70 %)** respondieron que **no experimentan este malestar**. Este resultado indica que una parte importante de los encuestados presenta molestias gastrointestinales, las cuales pueden estar relacionadas no solo con hábitos alimenticios inadecuados, sino también con factores emocionales como la ansiedad o el estrés, que suelen manifestarse a través de síntomas físicos. La relación entre el sistema digestivo y el estado emocional es estrecha, por lo que estos hallazgos podrían reflejar la presencia de tensión o preocupación en algunos participantes. Se recomienda orientar a las personas sobre la importancia de mantener una alimentación saludable, practicar técnicas de relajación y acudir a controles médicos o psicológicos en caso de que las molestias persistan, con el fin de prevenir complicaciones y

Pregunta 20: ¿Se cansa con facilidad?

De los 30 participantes evaluados, **6 personas (20 %)** respondieron que **sí se cansan con facilidad**, mientras que **24 personas (80 %)** manifestaron que **no presentan este síntoma con frecuencia**. Este resultado evidencia que la mayoría de los participantes mantiene un nivel de energía adecuado para realizar sus actividades cotidianas, aunque un pequeño grupo experimenta fatiga o agotamiento con mayor rapidez. Sentirse cansado con facilidad puede tener múltiples causas, entre ellas el estrés, la falta de descanso, una alimentación inadecuada o incluso síntomas emocionales como la ansiedad o la depresión.

En la segunda sección del tamizaje SQR, correspondiente a los ítems relacionados con problemas de consumo de alcohol, síntomas psicóticos y conductas compulsivas, se observó que el 100 % de los participantes respondieron negativamente a las preguntas formuladas. Esto indica que no se identificaron casos con presencia de síntomas asociados a estas condiciones dentro de la población evaluada.

Este resultado refleja un panorama positivo en cuanto a la ausencia de comportamientos de riesgo o manifestaciones psicopatológicas graves, como alucinaciones, delirios, pérdida de contacto con la realidad o conductas repetitivas fuera de control. Asimismo, la no presencia de problemas relacionados con el consumo de alcohol sugiere que la comunidad mantiene hábitos saludables y un buen control sobre el uso de sustancias.

Aunque los resultados son favorables, se recomienda continuar fortaleciendo las estrategias de prevención del consumo de alcohol y promoción de la salud mental, con el fin de mantener estos niveles de bienestar y prevenir la aparición de futuros casos. Además, es importante seguir realizando tamizajes periódicos que permitan monitorear posibles cambios en la salud psicológica y emocional de la población.

3. Conclusiones:

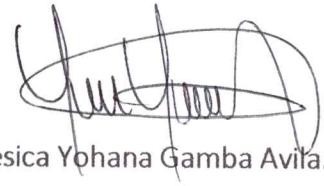
Tras el análisis cuantitativo de las 20 primeras preguntas del tamizaje SQR, se observa que la mayoría de los participantes **no presentan síntomas significativos de afectación emocional o psicológica**. En la mayoría de los ítems, las respuestas negativas superaron ampliamente el 70 %, lo que refleja un estado general de **bienestar mental y funcionalidad adecuada** dentro de la población evaluada.

Sin embargo, en algunos aspectos específicos, se identificaron **síntomas leves o moderados** que merecen atención preventiva. Entre ellos destacan los **dolores de cabeza (60 %)**, la **mala digestión (43 %)** y la **sensación de cansancio constante (26,7 %)**, que pueden estar relacionados con el estrés cotidiano, la sobrecarga laboral, la falta de descanso o hábitos poco saludables. Estos indicadores, aunque no alarmantes, sugieren la necesidad de fortalecer la educación en salud mental y física, así como promover espacios de autocuidado y bienestar.

De manera positiva, se resalta que **ninguno de los participantes manifestó ideación suicida (0 %)**, lo cual representa un factor protector importante y evidencia un adecuado manejo emocional. No obstante, se recomienda continuar con **acciones de seguimiento psicosocial**, actividades grupales y estrategias de prevención para mantener estos niveles de bienestar y detectar oportunamente posibles casos de riesgo.

En conclusión, los resultados del tamizaje reflejan una comunidad con un **buen estado emocional general**, pero con **algunos signos leves de estrés y cansancio** que deben ser monitoreados. Este tipo de evaluaciones permite orientar intervenciones tempranas, promover estilos de vida saludables y fortalecer los factores protectores de la salud mental en la población.

Cordialmente;



Yesica Yohana Gamba Avila. – Psicóloga

Profesional que ejecuta la actividad

E.S.E. Centro de Salud de Macanal

Act 16

BASE DE DATOS

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	NÚMERO DE DOCUMENTO	EDAD	DIRECCIÓ	
1	MARIA AURORA SUÁREZ	39878010	57 AÑOS	SAN PEDI	
2	MÓNICA LORENA GUTIÉRREZ	1010117536	25 AÑOS	SAN PED	
3	TERESA DE JESÚS HERNÁNDEZ	51714411	63 AÑOS	SAN PEDRO	3214948424
4	FRANCY TATIANA SUÁREZ	1054659244	25 AÑOS	SAN PEDRO	3138656229
5	ANTONIO AVILA LOZANO	4148602	57 AÑOS	SAN PEDRO	3236547840
6	MARIA BEATRIZ UMAÑA	23694027	64 AÑOS	SAN PEDRO	3143481075
7	SANDRA YULIETH MELO	1048851033	26 AÑOS	SAN PEDRO	3105592286
8	JOSÉ TRINIDAD VELASQUEZ	7333578	54 AÑOS	SAN PEDRO	3212894260
9	DIANITH MELO SUÁREZ	1048848211	17 AÑOS	SAN PEDRO	3115355857
10	MARIA MELO MELO	23694694	45 AÑOS	SAN PEDRO	3114470175

11	MARIA EUGENIA AVILA	40020673	61 AÑOS	SAN PEDRO	3203090888
12	MARINELA LÓPEZ	23694697	47 AÑOS	SAN PEDRO	
13	YEISON RUBEL DUARTE	1054658924	29 AÑOS	SAN PEDRO	3228453974
14	ROSARIO SALGUERO	23694659	78 AÑOS	SAN PEDRO	3143220188
15	LUZ MARY RICO	37399871	40 AÑOS	SAN PEDRO	3223051483
16	ELVIRA MENDOZA MONTAÑEZ	33676265	49 AÑOS	SAN PEDRO	3132851428
17	FRANCISCO VELASQUEZ VALERO	7333577	54 AÑOS	SAN PEDRO	3124752374
18	MARIA EMPERATRIZ BARAHONA	23693962	65 AÑOS	SAN PEDRO	3144771967
19	VALERI LESMES MUÑOZ	1054658594	15 AÑOS	SERRANÍA	3202753295
20	WILMER SANTIAGO LÓPEZ	1054658609	15 AÑOS	SAN PEDRO	3142946031
21	YENNY PAOLA SUÁREZ	1054658535	16 AÑOS	MUCEÑITO	3212631578
22	SOFIA LOZANO AVILA	1054658492	16 AÑOS	SAN PEDRO	3202722256
23	PILAR ROJAS CUBIDES	1054658192	17 AÑOS	SAN PEDRO	3138187055

24	MARIANA LESMES MUÑOZ	1054658462	17 AÑOS	MUCEÑITO	3212823468
25	LISETH YULIANA DIAZ	1051068393	17 AÑOS	SAN PEDRO	3212632714
26	VALERIA YULIETH ORTIZ	1093598052	16 AÑOS	SAN PEDRO	3228462319
27	JHON ALEX	1054658140	16 AÑOS	SAN PEDRO	3102036721
28	ANA PAULINA LOZANO	23694383	58 AÑOS	MUCEÑITO	3125017811
29	ANA YAMILE MARTÍNEZ	1048849130	33 AÑOS	MUCEÑITO	3124577224
30	JHOAN SEBASTIAN LOZANO	1054658683	15 AÑOS	SERRANÍA	3218184142

Act 16 → para base de Datos

LISTA DE ASISTENCIA

Eje del PTS: Gobernabilidad y gobernanza de la salud pública.

Actividad Contratada: Tamizaje SQR a personas mayores de 14 años, residentes de las veredas: San Pedro, Mucno, mucño Centro

Línea Operativa: L3 = Cuidado de la salud

Categoría Operativa: PIC - Tamizaje.

Tema de la actividad: Tamizaje SQR, para la detección de trastorno mental

Objetivo: Realizar 30 tamizajes para la detección de trastorno mental, aplicando la escala SQR, con intervención breve y seguimiento en ruta de atención integral en salud mental, según corresponda a través del programa MHGAP o el programa de salud mental, a personas mayores de 14 años.

Metodología: Taller____ Jornada____ Sesión Educativa Seminario Otro X Tamizaje.

Curso de vida al cual va dirigido:

Fecha: 15 y 22 de agosto **Hora de inicio:** No aplica **Hora de Finalización:** No aplica.

Ayudas educativas: Tamizaje SQR, Consentimiento Informado.

Funcionario responsable: Yesica Yohana Gamba Avila.

Forma de ejecución: Presencial X Virtual____

Material educativo entregado: N/A

No	NOMBRES COMPLETOS	EDAD	DIRECCION	TELEFONO	FIRMA
1	Aurora Suárez	57	San Pedro	3731037700	Aurora Suárez
2	Monica Gutierrez	25	San Pedro	3229697228	
3	Teresa Hernandez	63	San Pedro.	3214948424.	Teresa Hernandez
4	Tatiana Suarez	25	San Pedro.	3138656229	tatiana suarez
5	Antonio Avila Lozano.	57	Serrania.	3236547840.	Eleuterio Avila
6	Beatriz Umaña.	64.	San Pedro.	3743481075	Beatriz Umaña
7	Sandra Melo.	26.	San Pedro	3105592286.	
8	Jose Velasquez	54a.	San Pedro.	3212894260.	
9	Dianith Melo.	17.	San Pedro.	3115355857	Dianith Melo

ALCALDÍA MUNICIPAL DE MACANAL

RESPONSABLES	Proyectó	Revisó	Aprobó
NOMBRE Yesica Yohana Gamba	YENNY LILIANA AVILA OLMOS.	LAURA MARITZA CUESTA	LEIDY PATRICIA CANO ÁVILA
CARGO Psicologa	Gerente Centro de Salud	Secretario de desarrollo e innovación	Alcaldesa Municipal

10	Maria Melo Melo	45	San Pedro.	3114470175.	Maria Nelvi Melo
11	Maria Eugenia Avila	61.	San Pedro	3203090888.	
12	Marinela Lopez	47 1978	San Pedro.		MARINELA
13	Yeimson Duarte.	29.	San Pedro.	3228453974	
14	Rosalio Salguero	78	San Pedro.	3143220788.	Rosalio Salguero
15	Liz Mary RICO	40	San Pedro.	3223054983	
16	Elvira Mendoza	49	San Pedro.	3132851428.	Elvira Mendoza
17	Francisco Velazquez	54	San Pedro.	3124752374	
18	Maria Barahona	65	San Pedro.	3144771967	
19	Valeria Lesmes Muñoz	15	Serrania	3202753295	Vale L.
20	Wilmer López	75	Sgo Pedro	374 2946031	Wilmer López
21	Yenny Paola Soarez	16	Muceñito	3212631578	Paola Soarez
22	Sofia Lozano Avila	16	San Pedro	3202722256	Sofia Lozano
23	Pilar Rojas Cubides	17	San Pedro	3138187055	Pilar Rojas C
24	Mariana Lesmes Muñoz	17	muceñito	3212823468	Michel Lesmes M.
25	Lizeth Yuliana Diaz	17	San Pedro	3212632774	Lizeth Diaz
26	Valeria Yulieth Ortiz Lopez	16	San pedro	3228462319	Valeria Ortiz
27	[illegible]	16	San Pedro	3102035721	
28	Ana Paulina Lozano.	58	Muceñito	3125017341	Yamile Martinez
29	Ana Yamile Martinez	33	Muceñito	3124577224	Ana Paulina
30	Jhoan Sebastian Lozano A.	15	Serrania.	3218184141	
31					
32					
33					
34					