

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

Fecha de ejecución: 05 de agosto de 2025

Lugar de la capacitación: Caseta comunal - Ecobetania

1. NOMBRE DE LA CAPACITACIÓN:
<p>“Quinta actividad de educación para la promoción de la salud y prevención de la violencia intrafamiliar”</p> <p>Tema: Factores protectores y factores de riesgo en la violencia intrafamiliar.</p>
2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:
<p>Fortalecer la comprensión y manejo de los factores de riesgo y factores protectores asociados a la violencia intrafamiliar, mediante estrategias de prevención, orientación y acompañamiento psicosocial, que promuevan la reflexión, el fortalecimiento de vínculos familiares y la construcción de entornos seguros y saludables.</p>
3. METODOLOGIA IMPLEMENTADA:
<p><u>Momento 1:</u> Se da inicio a la quinta actividad educativa con la comunidad de Ecobetania, dando un saludo de bienvenida a cada uno de ellos resaltando la importancia de participar en espacios psicoeducativos que les permitirá adquirir conocimientos prácticos que promueven las relaciones al interior del hogar.</p> <p><u>Momento 2:</u> Se presenta de manera clara el objetivo del encuentro educativo, así mismo, para garantizar un ambiente agradable y de atención, se invita a los participantes a mantener una actitud de respeto hacia las intervenciones de los demás, escuchar de manera activa y aportar desde su experiencia personal. Así mismo, se establecen pautas de convivencia que incluyen el cuidado del espacio físico, la disposición para el trabajo en grupo y la participación abierta y voluntaria en las actividades propuestas.</p> <p><u>Momento 3:</u> Con el propósito de identificar los presaberes que tienen la comunidad se realiza una actividad rompe-hielo, “<i>La telaraña de la unión</i>”.</p>

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

Se utiliza un ovillo de lana. Cada participante que recibe el ovillo dice una palabra que represente un valor importante en la familia (ejemplo: respeto, confianza, amor, comunicación) y lo lanza a otro integrante sin soltar la lana, hasta formar una telaraña.

Después para entrarnos mas sobre el tema, se entrega algunas preguntas a las familias para que desde su conocimiento logren responder y dar a conocer su percepción

Preguntas orientadoras:

- ¿Qué situaciones generan mayor conflicto en el hogar?
- ¿Qué actitudes o conductas pueden aumentar la violencia en la familia?
- ¿Cómo afectan el estrés, las dificultades económicas o el consumo de sustancias en la convivencia familiar?
- ¿Qué consecuencias puede traer no manejar adecuadamente los conflictos en casa?
- ¿Qué fortalezas o valores caracterizan a nuestra familia?
- ¿Qué cosas hacemos bien que nos ayudan a mantener un ambiente de respeto y armonía?
- ¿Cómo demostramos apoyo y cuidado entre los miembros de la familia?
- ¿De qué manera la comunicación puede ayudarnos a prevenir la violencia?
- ¿Qué actividades fortalecen el vínculo familiar (compartir comidas, espacios de diálogo, juegos, acompañamiento escolar, etc.)?
- ¿Qué podemos hacer como familia para resolver los conflictos de una manera más sana?
- ¿Qué factores protectores queremos fortalecer en nuestro hogar a partir de hoy?

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

- ¿Qué acuerdos familiares podemos construir para prevenir situaciones de violencia?

Momento 4: A partir de allí se establece un conversatorio con las familias frente al tema central, el cual va dirigido a aclarar información sobre cuales son esos factores protectores y factores de riesgo al interior de hogar cuando existe violencia intrafamiliar.

Factores de riesgo ante la violencia intrafamiliar

Son aquellas condiciones o situaciones que aumentan la probabilidad de que se presenten episodios de violencia dentro del hogar:

- Consumo de alcohol o sustancias psicoactivas.
- Estrés y dificultades económicas (desempleo, pobreza, deudas).
- Falta de comunicación asertiva entre los miembros de la familia.
- Historial de violencia en la infancia (aprendizaje de patrones violentos).
- Relaciones de poder desiguales (machismo, control excesivo, celos).
- Baja tolerancia a la frustración y problemas en el manejo de la ira.
- Aislamiento social y ausencia de redes de apoyo externas.
- Escasa educación o desconocimiento de derechos y rutas de atención.

Factores protectores ante la violencia intrafamiliar

Son las condiciones que fortalecen a la familia y disminuyen la probabilidad de violencia:

- Comunicación asertiva y respetuosa entre los miembros de la familia.
- Expresión afectiva (demostraciones de cariño, reconocimiento de logros).

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

- Resolución pacífica de conflictos y disposición al diálogo.
- Redes de apoyo sólidas (familia extensa, amigos, comunidad, instituciones).
- Participación en actividades comunitarias o escolares.
- Educación en valores como respeto, tolerancia y empatía.
- Tiempo de calidad en familia (espacios de juego, conversación, convivencia).
- Acceso a servicios de apoyo psicosocial y orientación familiar.
- Equidad de roles en el hogar (compartir responsabilidades y decisiones).

¿Cómo se ve afectada la salud mental en la familia cuando existe violencia?

La violencia intrafamiliar impacta de manera profunda la salud mental de todos los miembros del hogar, ya que rompe los vínculos de confianza y genera un ambiente de inseguridad emocional. Cuando la familia, que debería ser un espacio de protección y bienestar, se convierte en un lugar de agresión, las consecuencias psicológicas son inevitables.

En los adultos, la violencia suele provocar estrés crónico, ansiedad, depresión y sentimientos de frustración o culpa, lo cual afecta su capacidad para ejercer roles de cuidado y orientación. En muchos casos, las víctimas desarrollan baja autoestima, aislamiento social y miedo constante, debilitando su bienestar emocional.

En los niños, niñas y adolescentes, la exposición a la violencia familiar incrementa el riesgo de problemas de conducta, dificultades escolares, alteraciones del sueño, irritabilidad, inseguridad y síntomas de depresión. Además, al crecer en un entorno hostil, pueden normalizar la agresión como una forma de resolver conflictos, reproduciendo estos patrones en sus propias relaciones futuras.

La salud mental de la familia en general se ve afectada porque desaparece la sensación de unidad, apoyo y pertenencia. Se instala un clima de tensión, desconfianza y miedo que limita la expresión emocional y la comunicación sana. A largo plazo, estos efectos no solo deterioran la convivencia, sino que aumentan la vulnerabilidad frente a enfermedades psicosomáticas y el riesgo de repetir el ciclo de violencia en nuevas generaciones.

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

Momento 5: Como parte de afianzar y construir los conocimientos, se le entrega a cada persona un afiche con una palabra o frase, con el propósito de lograr identificar cuales son esos factores protectores y factores de riesgo en la violencia intrafamiliar, frente a esta información se busca hacer un cuadro comparativo para identificar la importancia mejorar las relaciones en pro del bienestar de las familias

Factores Protectores ●	Factores de Riesgo ●
Comunicación asertiva y respetuosa entre los miembros de la familia.	Falta de comunicación o comunicación agresiva.
Expresión afectiva (demostraciones de cariño, reconocimiento, apoyo).	Violencia verbal, física o psicológica como forma de interacción.
Resolución pacífica de conflictos y disposición al diálogo.	Manejo inadecuado de la ira, baja tolerancia a la frustración.
Red de apoyo social sólida (familia extensa, comunidad, instituciones).	Aislamiento social y ausencia de redes de apoyo.
Educación en valores: respeto, empatía, tolerancia.	Creencias culturales que normalizan la violencia o roles de poder desiguales.
Tiempo de calidad en familia (compartir actividades, diálogo, juegos).	Estrés constante por problemas económicos o laborales.
Equidad en los roles y responsabilidades familiares.	Desigualdad de género, control excesivo y relaciones de poder.
Acceso a servicios de orientación y apoyo psicosocial.	Consumo de alcohol y sustancias psicoactivas.

Momento 6: Se realiza una actividad de aprendizaje basada es construir el aprendizaje entre todos, se tiene la imagen de un árbol el cual es llamado *“Mi árbol protector”* , allí las familias deberán colocar en el tallo cuales son esas bases que les permite vivir como familia y superar las diferentes adversidades de la vida diaria, y así mismo en las ramas deberán identificar cuales son esas falencias que se tiene como familia las cuales es importante trabajar para promover ambientes protectores para los niños y niñas.

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

Cierre: Para finalizar se pregunta a las personas como se sintieron en el espacio educativo y que aprendizajes se llevan para su vida personal, social y familiar, así mismo, se resalta una frase “Resolver los conflictos con diálogo evita que la violencia toque nuestro hogar.” Para que cada persona de manera individual logre establecer un dialogo interno y buscar las herramientas necesarias para favorecer el bienestar.

4. RESULTADOS OBTENIDOS:

Durante el espacio educativo realizado con el grupo de Ecobetania, se evidenció una participación activa y significativa por parte de los asistentes. Desde el inicio, la disposición del grupo permitió generar un ambiente de confianza y diálogo abierto, lo cual favoreció que cada uno de los participantes compartiera sus experiencias, percepciones y reflexiones frente a las temáticas abordadas.

La dinámica se desarrolló de manera fluida, ya que no solo se limitó a la recepción de información, sino que se convirtió en un escenario de construcción colectiva del conocimiento. Los integrantes del grupo, a través de preguntas, aportes y comentarios, lograron enriquecer el encuentro, mostrando que el aprendizaje no es únicamente un proceso individual, sino también comunitario y compartido.

El espacio permitió que los participantes expresaran con claridad lo aprendido, evidenciando apropiación de los contenidos y conciencia sobre la importancia de aplicarlos en su vida cotidiana. Este aspecto resulta fundamental, ya que no basta con transmitir información; lo verdaderamente valioso es observar cómo los conocimientos adquiridos son reconocidos por los mismos asistentes como herramientas útiles para su desarrollo personal, familiar y social.

En conclusión, la jornada educativa con el grupo de Ecobetania fue un escenario exitoso, en el cual se fortalecieron habilidades de participación, escucha activa y construcción conjunta de saberes. La motivación y compromiso demostrados confirman que estos

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Procedimiento Capacitación Ficha Metodológica de la Capacitación	Versión: 03
		Código: F006-P01-AT
		Fecha: 2024-09-13

espacios no solo transmiten información, sino que promueven la reflexión, el aprendizaje significativo y la consolidación de una comunidad más consciente y participativa.

Yuliet Ramirez G.

NOMBRE PROFESIONAL

PSICOLOGA

T.P: 292930