Territorial Dirección Territorial de Salud de Caldas	**ACTA No.01**

NOMBRE DEL COMITÉ O DE LA REUNIÓN: Taller Estudiantes 5: "Descubriendo mi mundo emocional"

CIUDAD Y FECHA:02-09-2025	**HORA DE INICIO: 8:00 am**	**HORA FIN: 9:00 am**
LUGAR:	Institución Educativa Roberto Peláez	

TEMAS:
Descubriendo mi mundo emocional

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN:
Ayudar a niños a reconocer, expresar y manejar sus emociones de forma adecuada, fortaleciendo su inteligencia emocional y bienestar personal.

- Enseñar una estrategia sencilla para manejar emociones fuertes.
- Identificar emociones propias y comprender que todas son válidas.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

El día 02 del mes de septiembre del año 2025, se llevó a cabo el taller número cinco de la estrategia "Salud Escolar: Veo bien, escucho claro, sonrío siempre", orientado al reconocimiento y manejo de las emociones, en la Institución Educativa Roberto Peláez, dando inicio a las 8:00 am con la participación de 15 niños y niñas del grado primero. La jornada estuvo a cargo de la psicóloga Tatiana Henao Gallego, quien dio la bienvenida a los asistentes, contextualizó el objetivo del taller y motivó la participación de todos los presentes.

El taller comenzó con una breve presentación de la facilitadora, seguida de la explicación sobre el propósito del encuentro: brindar herramientas para que los participantes aprendan a identificar y expresar sus emociones de forma adecuada. A continuación, se realizó una actividad rompe hielo llamada “La emoción que me representa”, donde cada participante se presentó diciendo su nombre y mencionando una emoción que haya sentido recientemente.

Esta dinámica permitió romper la tensión inicial y establecer un clima de confianza y apertura para el desarrollo del tema.

Luego, se aplicó un breve pretest con preguntas de verdadero o falso, que buscaban explorar los conocimientos previos de los participantes acerca del concepto de emociones, su utilidad y su manifestación. Esta etapa permitió a la facilitadora identificar los temas que requerían mayor profundización.

Nombre	Resultado Pretest
EMANUEL ARIAS	1
GERONIMO BUSTAMANTE	3
KAREN FRANCO	2
MATIAS GARCES	2
ADRIANA SOFIA GALVIS	1
EMILIANO GARCIA	2
LUIS FELIPE GAVIRIA	3
ISABELA MEJIA	2
ISABELLA MARIN	3
MARIA FERNANDA MARTINEZ	2
MARIA FERNADA ROMAN	2
LUCIANA ROMAN DUQUE	3
ANA LUCIA RAMIREZ	1
MIGUEL ANGEL SALINA	2
SNEIDER SIERRA	2

Posteriormente, se dio paso al desarrollo teórico del tema, abordando de manera sencilla y clara qué son las emociones, por qué son importantes y cómo nos ayudan a adaptarnos al entorno. Se explicaron las seis emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, enojo, sorpresa y asco), haciendo uso de ejemplos de la vida cotidiana que facilitaron la comprensión y la conexión de los participantes con sus propias experiencias.

Como apoyo didáctico, se proyectó un fragmento de la película Intensamente titulado “Conoce tus emociones”, y luego un video corto sobre la manifestación de las emociones en la vida diaria. Ambos materiales generaron una conversación espontánea y enriquecedora, en la cual los niños y expresaron cómo identifican ciertas emociones en sí mismos y en los demás, así como las estrategias que utilizan para calmarlas o regularlas.

Finalizada la explicación, se aplicó el postest con las mismas preguntas iniciales, observándose un aumento en el nivel de comprensión de los conceptos tratados. Los participantes mostraron mayor claridad al diferenciar emociones, identificar sus causas y reconocer la importancia de expresarlas de manera adecuada.

Nombre	Resultado Postest
EMANUEL ARIAS	5
GERONIMO BUSTAMANTE	5
KAREN FRANCO	5
MATIAS GARCES	5
ADRIANA SOFIA GALVIS	5
EMILIANO GARCIA	5
LUIS FELIPE GAVIRIA	5
ISABELA MEJIA	5
ISABELLA MARIN	5
MARIA FERNANDA MARTINEZ	5
MARIA FERNADA ROMAN	5
LUCIANA ROMAN DUQUE	5
ANA LUCIA RAMIREZ	5
MIGUEL ANGEL SALINA	5
SNEIDER SIERRA	5

Para cerrar el taller, se llevó a cabo la actividad significativa llamada “La emoción más frecuente”, en la cual se les pidió a los participantes que eligieran una emoción que sintieran

con más frecuencia y la representaran usando colores o dibujos. Esta actividad fue clave para reforzar el contenido aprendido y para conocer las emociones predominantes en el grupo. Muchos compartieron sentirse alegres, mientras que otros hablaron de emociones como el enojo o la tristeza. Se generó un diálogo respetuoso sobre cómo manejan esas emociones y la importancia de buscar apoyo cuando lo necesitan.

Finalmente, se recordó a los asistentes la importancia de hablar con adultos de confianza ante situaciones difíciles y se explicó que, si se detectaban señales de mal manejo emocional, se activarían las rutas de atención psicosocial correspondientes. La jornada concluyó con palabras de agradecimiento por la participación y el interés mostrado, así como la entrega de material educativo complementario para reforzar lo aprendido.

Este taller logró fortalecer las habilidades emocionales de los participantes, brindándoles herramientas para su vida cotidiana y favoreciendo un ambiente de escucha, expresión y autocuidado emocional.

CONCLUSIONES

Reconocimiento de las emociones como parte natural de la vida:

- El taller permitió que los participantes comprendieran que las emociones son una parte fundamental de la experiencia humana y que todas las emociones, tanto positivas como negativas, son naturales y útiles en diferentes contextos. Reconocer nuestras emociones es el primer paso para poder manejarlas adecuadamente.

La importancia de la autorregulación emocional:

- Se destacó que la autorregulación emocional es una habilidad clave para mantener un equilibrio en la vida cotidiana. Aprender a identificar y gestionar nuestras emociones nos ayuda a tomar decisiones más conscientes y a actuar de manera más positiva frente a situaciones difíciles.

Herramientas prácticas para el manejo de emociones:

- Los participantes adquirieron herramientas prácticas y efectivas para manejar sus emociones, como técnicas de respiración profunda, la importancia de hablar con

alguien de confianza o la posibilidad de canalizar sus emociones a través de la escritura o el ejercicio. Estas estrategias permiten a los jóvenes sentirse más seguros al afrontar situaciones que puedan generar emociones difíciles.

Promoción de un espacio de confianza y apertura:

- A través de las dinámicas y actividades del taller, los participantes pudieron expresarse en un ambiente seguro y libre de juicios, lo que facilitó su apertura emocional. Este tipo de espacios son fundamentales para que los jóvenes puedan hablar de sus emociones sin sentirse avergonzados o incomprendidos.

Impacto positivo en la autoestima:

- Al identificar y compartir sus emociones, los jóvenes aumentaron su autoconocimiento y mejoraron su autoestima, ya que comprendieron que no están solos en sus experiencias emocionales. Además, al aprender estrategias de manejo emocional, adquirieron herramientas para sentirse más seguros en sus relaciones con los demás.

Compromiso con el bienestar emocional:

- Los participantes asumieron un compromiso personal con el manejo de sus emociones, lo que refleja un avance significativo en su proceso de autoconocimiento y autorregulación. La intención es que estos aprendizajes se apliquen en su vida diaria, favoreciendo una mayor armonía tanto a nivel personal como social.
- Durante el desarrollo del taller, Luciana Román Duque manifestó que aprender a manejar sus emociones le permite sentirse más tranquila y expresar lo que siente sin miedo a ser juzgada. Para ella, reconocer sus emociones es una manera de cuidarse y de convivir mejor con sus compañeros.
- Por su parte, Ana Lucía Ramírez resaltó que controlar las emociones difíciles, como la rabia o la tristeza, es muy importante porque ayuda a no lastimar a los demás y a buscar soluciones sin pelear. Ella expresó que las estrategias aprendidas en el taller, como respirar profundo o hablar con alguien de confianza, son útiles para la vida diaria.

• Finalmente, Miguel Ángel Salina compartió que el manejo de las emociones lo hace sentir más seguro de sí mismo y le ayuda a llevarse mejor con su familia y amigos. Reconoció que todas las emociones son naturales, pero que es fundamental aprender a regularlas para no tomar decisiones impulsivas.

COMPROMISOS		
ACTIVIDAD	**RESPONSABLE**	**FECHA**
No aplica	**No aplica**	**No aplica**
ASISTENTES		
NOMBRE	**CARGO/DEPENDENCIA/ENTIDAD**	**FIRMA**
No aplica	**No aplica**	**No aplica**
INVITADOS (Opcional)		
NOMBRE	**CARGO/DEPENDENCIA/ENTIDAD**	
No aplica	**No aplica**	

Territorial	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Asistencia Técnica Procedimiento Plan de Intervenciones Colectivas Asistencia Actividades de PIC Varias Sesiones	Versión: 01 Código: F029-P03-AT Fecha: 2025-02-10

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Taller 5 Descubriendo Mi mundo Emocional Grado Primero FECHA: 02-07-2025

MUNICIPIO: Aguadas RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD: Tatiana Herrera

DIMENSIÓN O LÍNEA: No transmisibles ESTRATEGIA: Salud escolar: Veo bien escucho claro/ Donio Siempre.

Nº	Asistentes (nombre completo y legible)	Nº Documento	Firma o HUELLA
1	Emmanuel Arias Hernandez	1055838782	Emmanuel Arias Hernández
2	Geronimo Bustamante	1056141706	Geronimo
3	Karen Valeria Franco Gallego	1055838881	Karen Valeria Franco Gallego.
4	Adriana Sofia Galvis	1055839658	Adriana Sofia Galvis Castañeda
5	Matias Garces Gallego	1055838830	Matias Garcés Gallego.
6	Emiliano Garcia Herrera	1055838804	Emiliano
7	Luis Felipe Gaviria Hurtado	1039929917	Luis Felipe Gaviria Hurtado
8	Isabela Mejia Pelaez	1055838857	Isabella Mejia Pelaez
9	Isabela Maria Nieto	1055838852	Isabella Maria Nieto
10	Maria Fernanda Martinez	1017369336	Maria Fernanda Martinez Garcia.
11	Maria Fernanda Roman	1178963317	Maria Fernanda Román Go
12	Luciana Roman Vega	1055838871	Luciana
13	Ana lucia silva Ramirez	1055838786	Ana Lucía Silva Ramírez

Nota: Esta lista de asistencia debe ser diligenciada por el profesional en las actividades con comunidad después del primer encuentro y el participante firmará o pondrá huella (en caso que no sepa leer ni escribir)

Territorial	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Asistencia Técnica Procedimiento Plan de Intervenciones Colectivas Asistencia Actividades de PIC Varias Sesiones	Versión: 01 Código: F029-P03-AT Fecha: 2025-02-10

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Taller 5 Descubriendo mi Mundo Emocional FECHA: 02-09-2025

MUNICIPIO: Aguadas (Grado Primero) RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD: Tatiana Henao Gallego

DIMENSIÓN O LINEA: No Transmisibles ESTRATEGIA: Salud Escolar: Veo bien, escucho claro Somos siempre.

Nº	Asistentes (nombre completo y legible)	Nº Documento	Firma o HUELLA
1	Miguel Angel Salinas Osorio	1013263964	Miguel Angel
2	Steiler Jesus Sierra	1137542817	Steiler Jesus Sierra Cacerres
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			

Nota: Esta lista de asistencia debe ser diligenciada por el profesional en las actividades con comunidad después del primer encuentro y el participante firmará o pondrá huella (en caso que no sepa leer ni escribir)

Siendo las 9:00 am, se da por terminada la reunión

1055834028

TATIANA HENAO GALLEGO
PSICOLOGA SALUD PUBLICA
REG. 22736