ESE HOSPITAL SAN JOSE DE BELALCAZAR

LINEA: SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

ESTRATEGIA: VIDA PLENA: CONEXIÓN ADOLESCENTE

Nombre del profesional: LAURA PEÑA LOPEZ- SINDY YULIANA PATIÑO

Profesión: PSICOLOGA- ENFERMERA

Fecha de ejecución: 06/08/2025

Lugar de la capacitación: **I.E. SAN ISIDRO**

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

FERIA DE LA SALUD: VIDA PLENA CONEXIÓN ADOLESCENTE

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Objetivo general:
Promover hábitos de autocuidado y toma de decisiones responsables en los adolescentes de grados 10° y 11° de la Institución Educativa Cristo Rey, mediante una feria de salud participativa y vivencial.

Objetivos específicos:

- Reforzar conocimientos sobre anticoncepción, ITS/VIH, salud menstrual y manejo emocional en la sexualidad.
- Incentivar el pensamiento crítico frente a mitos y realidades asociados a la salud sexual y reproductiva.
- Favorecer la expresión emocional, la toma de decisiones asertivas y el autocuidado.
- Generar espacios de confianza para la resolución de dudas con profesionales en psicología y enfermería.

3. CURSO DE VIDA

Adolescencia (estudiantes de 10° y 11°).

4. METODOLOGIA

En el marco de la estrategia *Vida Plena Conexión Adolescente*, se reconoció la necesidad de generar espacios pedagógicos innovadores para fortalecer el conocimiento, la reflexión crítica y el autocuidado en la población adolescente. La feria de salud se planteó como una metodología experiencial que promueve el aprendizaje a través del juego, la participación activa y el trabajo

colaborativo. La actividad permitió integrar los temas abordados previamente en los talleres de psicología y enfermería, fomentando la apropiación de conceptos relacionados con sexualidad, autocuidado, manejo emocional y prevención de riesgos en salud, en un ambiente seguro, lúdico y participativo.

La Feria de Salud desarrollada en la Institución Educativa San isidro en el marco de la estrategia *Vida Plena Conexión Adolescente* constituyó un espacio innovador, vivencial y profundamente formativo para los estudiantes de grados décimo y undécimo. La propuesta metodológica se fundamentó en la necesidad de fortalecer la apropiación de conocimientos, la toma de decisiones responsables y el ejercicio del autocuidado en los y las adolescentes, a partir de experiencias significativas que vincularan la lúdica con la reflexión crítica. En lugar de trabajar con un modelo de enseñanza unidireccional, se apostó por la organización de la actividad en estaciones o zonas temáticas, cada una con dinámicas específicas, guiadas directamente por los propios estudiantes, lo cual permitió un aprendizaje entre pares más cercano y motivador.

El evento fue articulando los contenidos vistos en talleres previos con los estudiantes, en donde la idea central fue convertir esos aprendizajes en un escenario interactivo donde los adolescentes no solo recibieran información, sino que la vivieran, la explicaran y la transmitieran de forma creativa. Esta metodología se diseñó bajo un enfoque de educación para la salud, reconociendo que la adolescencia es una etapa marcada por la exploración de la identidad, la autonomía en la toma de decisiones y la necesidad de contar con información clara, veraz y pertinente para enfrentar situaciones relacionadas con su salud física, emocional y social.

La feria se estructuró en cuatro zonas principales a cargo de los grados 10° y 11°, complementadas con un punto de apoyo liderado por el equipo PIC, denominado “Punto Seguro”. Cada zona abordó un tema central de la salud sexual y reproductiva, integrando dinámicas interactivas, materiales pedagógicos y recursos didácticos que estimularon la participación activa y el aprendizaje significativo. El proceso de organización también fortaleció competencias de liderazgo en los estudiantes, pues se les asignó la responsabilidad de preparar, ambientar y ejecutar cada estación, con acompañamiento de los docentes y profesionales de apoyo.

Desarrollo de la Feria

La feria se realizó en las instalaciones de la Institución Educativa San Isidro, adecuando diferentes espacios para las zonas temáticas. Cada grupo de estudiantes se organizó con antelación para definir roles, preparar materiales y ensayar las actividades. Se dispuso de señalización clara para guiar a los participantes y garantizar un recorrido ordenado por todas las estaciones. El cronograma estableció tiempos específicos en cada zona, de manera que todos los asistentes pudieran experimentar cada actividad sin congestión y con atención personalizada.

La metodología aplicada se basó en la pedagogía activa, combinando estrategias de gamificación, dramatización, trabajo colaborativo y reflexión guiada. Se buscó un equilibrio entre la diversión y la

rigurosidad conceptual, para que los adolescentes comprendieran que la salud no solo se cuida desde la información, sino también desde la práctica, las emociones y la construcción de comunidad.

Zona 1: “Tu Decisión, Tu Poder” – Toma de decisiones y anticoncepción

Esta estación, a cargo de estudiantes de grado 11°, tuvo como eje central la importancia de la autonomía y la responsabilidad en las decisiones sexuales. A través de dinámicas como la “Rueda de los métodos” y la “Caja misteriosa”, los participantes exploraron los distintos anticonceptivos disponibles, aprendieron sobre su uso correcto, eficacia, ventajas y mitos comunes. La actividad “Decide con información” permitió situar a los adolescentes en escenarios hipotéticos relacionados con relaciones afectivas, presión social y riesgos, invitándolos a tomar decisiones y reflexionar sobre sus consecuencias. La metodología aquí fue vivencial y participativa, centrada en la exploración y el análisis crítico de la información, reforzando la idea de que decidir con conocimiento es decidir con poder.

Zona 2: “Conoce y Protege” – ITS/VIH y pensamiento crítico

También dirigida por grado 11°, esta estación integró actividades de gamificación con el fin de promover el pensamiento crítico frente a la prevención de infecciones de transmisión sexual. El “Mitos vs realidades” abrió el espacio a discusiones donde los estudiantes identificaron creencias erróneas muy extendidas y confrontaron esas ideas con información científica. El “Escape Room express” generó gran motivación al plantear retos en los que debían descifrar pistas relacionadas con síntomas, rutas de atención y medidas de prevención. Finalmente, el “Reto de conocimiento” se desarrolló como un juego de trivia que permitió evaluar y reforzar aprendizajes. Esta metodología integró elementos de juego colaborativo, trabajo en equipo y retroalimentación inmediata, garantizando que el conocimiento se afianzara de manera dinámica.

Zona 3: “Menstruar es Poder” – Salud menstrual y manejo emocional

Los estudiantes de grado 10° lideraron este espacio, enfocado en la salud menstrual, la desmitificación de tabúes y la promoción del autocuidado. La metodología fue creativa y profundamente significativa, ya que permitió abordar tanto la dimensión física como la emocional del ciclo menstrual. Con el “Kit menstrual DIY”, las y los adolescentes construyeron su propio paquete de autocuidado con productos e información básica. El “Muro de emociones” brindó un espacio de expresión libre, donde los participantes escribieron o dibujaron cómo se sienten frente a la menstruación, visibilizando experiencias diversas y validando las emociones. Finalmente, la actividad “Rompiendo mitos” integró el juego y la reflexión, generando un espacio para confrontar estigmas y reconocer la menstruación como un proceso natural y poderoso.

Zona 4: “Siento, Luego Decido” – Manejo emocional en sexualidad

También a cargo del grado 10°, esta estación integró actividades orientadas a reconocer las emociones como base de la toma de decisiones responsables en el ámbito sexual-afectivo. Los “Emoticubos” fueron un recurso atractivo para conectar emociones con situaciones de presión social, consentimiento e identidad. A través del teatro foro, se dramatizaron escenas sobre consentimiento, orientación sexual y toma de decisiones, generando un espacio de análisis y diálogo colectivo. Por último, el “Rincón del autocuidado” ofreció un respiro creativo, con mandalas, escritura y técnicas

de respiración, permitiendo a los adolescentes conectar con su interior y reflexionar sobre la importancia de cuidar la salud emocional. La metodología aquí fue integral, combinando dramatización, reflexión crítica y actividades artísticas.

Punto Seguro – Equipo PIC

El equipo PIC instaló un espacio complementario con talleres cortos de 10-15 minutos, consultas seguras y entrega de material educativo. Esta estación cumplió un papel fundamental, ya que permitió que los adolescentes resolvieran dudas de manera confidencial con profesionales de psicología y enfermería. Además, los souvenirs educativos reforzaron el mensaje del autocuidado, generando recordatorios tangibles de lo aprendido.

Impacto y Resultados

- La feria logró un impacto positivo en varios niveles. En primer lugar, fortaleció el aprendizaje de los adolescentes sobre temas de salud sexual, prevención y manejo emocional, de manera práctica y memorable. Los estudiantes no solo escucharon información, sino que la vivieron, la transmitieron y la discutieron, lo cual incrementó la retención del conocimiento.
- Un segundo impacto relevante fue el empoderamiento juvenil. Al asignar a los estudiantes de grados 10° y 11° el rol de facilitadores, se estimuló el liderazgo, la comunicación asertiva, el trabajo en equipo y la creatividad. Los adolescentes asumieron con responsabilidad su papel, demostrando habilidades de planeación y ejecución que fortalecen sus competencias para la vida.
- En términos de resultados medibles, se evidenció una alta participación en todas las estaciones, con gran motivación y disposición por parte de los estudiantes asistentes. Las actividades permitieron derribar mitos frecuentes sobre anticoncepción, ITS y menstruación, lo que se reflejó en los comentarios y reflexiones compartidas en cada estación. Además, se observó una apertura significativa hacia la expresión de emociones y dudas, favorecida por la metodología lúdica y por el acompañamiento profesional en el “Punto Seguro”.

Conclusiones

La experiencia de la feria de salud demostró que los espacios pedagógicos vivenciales son altamente efectivos para trabajar con adolescentes en temas sensibles como la sexualidad y el autocuidado. La metodología basada en estaciones temáticas, lideradas por los mismos estudiantes, no solo facilitó la apropiación de conocimientos, sino que promovió la construcción colectiva, la reflexión crítica y el empoderamiento.

Se concluye que la lúdica, el juego y la creatividad son aliados estratégicos en los procesos de educación en salud, permitiendo que la información sea significativa y recordada en el tiempo. Asimismo, se resalta la importancia de integrar las dimensiones emocionales y sociales de la sexualidad, no limitándose a lo biológico, sino abordando integralmente el bienestar de los adolescentes.

Recomendaciones

1. **Replicar la metodología:** Se recomienda continuar implementando ferias de salud como estrategia pedagógica anual, integrando siempre la participación activa de los estudiantes.
2. **Capacitación previa:** Fortalecer los procesos de capacitación a los facilitadores adolescentes, brindándoles herramientas didácticas y conceptuales más amplias.
3. **Evaluación posterior:** Incorporar instrumentos de evaluación (encuestas, entrevistas grupales) para medir de manera objetiva los cambios en conocimientos, actitudes y prácticas.
4. **Articulación con familias:** Ampliar la cobertura de las ferias incluyendo a padres y cuidadores, con el fin de fortalecer la educación integral en el hogar.
5. **Continuidad en el acompañamiento:** Complementar las ferias con ciclos de seguimiento y refuerzo en talleres posteriores, asegurando la sostenibilidad de los aprendizajes.

LAURA PEÑA LOPEZ
PSICOLOGA

SINDY YULIANA PATIÑO
ENFERMERA