ESE HOSPITAL SAN JOSE, BELALCAZAR CALDAS

LINEA: APS

ESTRATEGIA: REDES COMUNITARIAS PARA EL CUIDADO DE LA SALUD

Nombre del profesional: LAURA PEÑA LOPEZ

Profesión: PSICOLOGA

Fecha de ejecución: 25/09/2025

Lugar de la capacitación: 3 Viviendas particulares– Barrio San Antonio

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

Tercera actividad actividad de educación para la promoción de la salud mental: PAUTAS DE CRIANZA

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Promover la reflexión comunitaria acerca de la importancia de las pautas de crianza en el desarrollo integral de niños y niñas, brindando herramientas prácticas para el fortalecimiento de la convivencia familiar y la prevención de la violencia intrafamiliar, con énfasis en el reconocimiento de estilos parentales, la expresión de afecto y la construcción de entornos protectores.

3. CURSO DE VIDA

- Adultez: Se reflexionó sobre el impacto del estrés, los problemas económicos y los conflictos familiares en la salud mental, promoviendo prácticas de autocuidado, manejo de emociones y búsqueda de apoyo sin temor a ser estigmatizados.
- Perspectiva intergeneracional: Se destacó cómo las prácticas de cuidado y el reconocimiento de la salud mental en los adultos influyen directamente en la manera en que niños, adolescentes y jóvenes afrontan las dificultades. Se insistió en que cuidar la salud mental en familia es una forma de prevenir conflictos y construir resiliencia comunitaria.

4. METODOLOGIA

La actividad se desarrolló bajo un enfoque participativo y vivencial, con el propósito de generar reflexión, diálogo y compromiso en la comunidad. Las fases fueron:

1. Sensibilización inicial: A través de la dinámica “Recuerdos de infancia”, los participantes compartieron experiencias de su niñez relacionadas con las pautas de

crianza recibidas, reconociendo cómo estas marcaron su desarrollo personal y familiar.
2. Conceptualización: Se brindó una explicación sobre las pautas de crianza y su impacto en la formación de los niños, destacando los principios universales de afecto, respeto, comunicación y establecimiento de límites.
3. Identificación de estilos de crianza: Con dramatizaciones sencillas se representaron los estilos autoritario, permisivo, negligente y democrático, permitiendo contrastar sus consecuencias y reflexionar sobre la importancia del estilo democrático como estrategia protectora.
4. Reflexión sobre el afecto y los límites: Se discutió cómo el afecto fortalece la autoestima y seguridad emocional de los niños, mientras que los límites claros brindan estructura y seguridad. Se trabajaron ejemplos prácticos como horarios, uso de pantallas y responsabilidades en casa.
5. Análisis de consecuencias: Se revisaron los efectos negativos de pautas inadecuadas y se resaltó la relación directa entre crianza y salud mental infantil.
6. Socialización de rutas de apoyo institucional: Se explicaron los canales de atención en caso de vulneración de derechos (ICBF, Comisaría de Familia, Hospital San José, Policía de Infancia y Adolescencia).
7. Compromisos comunitarios: A través de la dinámica “Mi compromiso como padre/madre/cuidador”, cada asistente expresó una acción concreta a implementar en su hogar para mejorar la crianza y convivencia familiar.

Conclusiones

- Las pautas de crianza inciden directamente en la formación, la salud mental y la convivencia de los niños.
- Se reconoció que el estilo democrático combina disciplina y afecto, siendo el más favorable frente a estilos autoritarios, permisivos o negligentes.
- El afecto y los límites claros se consolidan como pilares inseparables de la crianza, reforzando la importancia del ejemplo y la coherencia en la familia.
- La comunicación respetuosa entre padres e hijos fue valorada como estrategia preventiva frente a conflictos y un elemento clave para fortalecer los vínculos afectivos.
- La comunidad identificó las rutas institucionales de protección de derechos de la infancia, lo cual fortalece la capacidad de respuesta frente a situaciones de violencia intrafamiliar.
- El desarrollo de la actividad en viviendas particulares permitió una participación activa y cercana, generando confianza y sentido de pertenencia.
- Los compromisos asumidos reflejan la disposición de las familias para aplicar lo aprendido y continuar con el proceso de fortalecimiento comunitario en torno a la crianza y la convivencia familiar.



LAURA PEÑA LOPEZ
PSICOLOGA