Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC	
Municipio	VILLAPINZON
Lugar	Puesto de salud
Fecha	05 de diciembre del 2025
Tema	Informe cuali-cuantitativo consolidado de las actividades realizada durante el periodo de concurrencia departamenta
Entorno	Comunitario
Objetivo	debe realiza informe cuali-cuantitativo consolidado de las actividades realizadas durante el periodo de concurrencia departamental.
RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos):	YEIMY RUIZ
Número Documento de identidad del responsable de la actividad	1077148437
Soporte listado de asistencia A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS – formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091.	

Desarrollo de la Actividad

Metodología de la actividad realizada Las auxiliares de enfermería realizan visitas domiciliarias, en los micro territorios asignados en las veredas la joya y chinquira en el cual verifican estado de salud de las personas, asistencia a centros asistenciales, en donde realizan las respectivas canalizaciónes a los diferentes servicios de salud, la corresponsal realiza el respectivo trámite

Se realiza proceso para solicitud de autorizaciones solicitar citas para varios servicios de salud de las personas canalizadas por mis compañeras de APS.

En donde canalizaron un total de 53 personas para los diferentes servicios de salud de entorno hogar personas canalizadas, para un total de 53 canalizaciones del equipo APS

Introducción

La promoción y prevención de la salud son estrategias que buscan mejorar la calidad de vida de las personas a través de la promoción de hábitos saludables y la detección temprana de enfermedades. La promoción de la salud se enfoca en empoderar a las

personas y comunidades para que vivan vidas más sanas, mientras que la prevención de la enfermedad actúa para evitar su aparición, detener su avance o reducir sus consecuencias. Ambas son responsabilidad compartida entre individuos, familias, instituciones de salud y el Estado.

La Resolución 3280 de 2018 en Colombia adopta las Rutas Integrales de Atención en Salud (RIAS) para la promoción y el mantenimiento de la salud, buscando un enfoque preventivo en todas las etapas de la vida. Esta normatividad establece lineamientos técnicos y operativos para asegurar la atención integral en salud, desde la promoción y la prevención hasta el tratamiento y la rehabilitación, a través de la gestión intersectorial y sectorial para toda la población.

Componentes clave de la Resolución 3280

Rutas Integrales de Atención en Salud (RIAS): Define las estrategias y acciones necesarias para cada grupo de edad y condición de salud.

Población atendida: Incluye a todas las personas, familias y comunidades, sin importar su edad, para garantizar controles oportunos y evitar la progresión de enfermedades.

Enfoque en la promoción y prevención: Se traslada de un modelo asistencialista a uno que prioriza la prevención de enfermedades y la promoción de hábitos saludables.

Actividades específicas: Incluye desde controles prenatales y vacunación hasta exámenes de salud bucal, tamizajes de salud visual y educación en salud sexual y reproductiva.

Gestión y operación: Establece la obligación para las entidades territoriales, las aseguradoras y los prestadores de salud de operar estas rutas y brindar la atención integral definida.

Beneficios y objetivos

Mejora de resultados en salud: Busca contribuir a mejorar los resultados en salud y reducir la carga de enfermedad en la población.

Atención integral: Garantiza que las personas reciban atención completa, desde la valoración y detección temprana hasta el tratamiento y rehabilitación, según sus

necesidades.

Promoción del autocuidado: Fomenta una cultura de la salud y el autocuidado, empoderando a las personas para tomar el control de su bienestar.
Reducción de factores de riesgo: Aborda factores de riesgo conductuales y prevención hasta el tratamiento y la rehabilitación, a través de la gestión intersectorial y sectorial para toda la población.

Componentes clave de la Resolución 3280

Rutas Integrales de Atención en Salud (RIAS): Define las estrategias y acciones necesarias para cada grupo de edad y condición de salud.

Población atendida: Incluye a todas las personas, familias y comunidades, sin importar su edad, para garantizar controles oportunos y evitar la progresión de enfermedades.

Enfoque en la promoción y prevención: Se traslada de un modelo asistencialista a uno que prioriza la prevención de enfermedades y la promoción de hábitos saludables.

Actividades específicas: Incluye desde controles prenatales y vacunación hasta exámenes de salud bucal, tamizajes de salud visual y educación en salud sexual y reproductiva.

Gestión y operación: Establece la obligación para las entidades territoriales, las aseguradoras y los prestadores de salud de operar estas rutas y brindar la atención integral definida.

Beneficios y objetivos

Mejora de resultados en salud: Busca contribuir a mejorar los resultados en salud y reducir la carga de enfermedad en la población.

Atención integral: Garantiza que las personas reciban atención completa, desde la valoración y detección temprana hasta el tratamiento y rehabilitación, según sus necesidades.

Promoción del autocuidado: Fomenta una cultura de la salud y el autocuidado, empoderando a las personas para tomar el control de su bienestar.

Reducción de factores de riesgo: Aborda factores de riesgo conductuales y ambientales para prevenir enfermedades crónicas y otros problemas de salud. La resolución define las intervenciones que se deben aplicar en las siguientes rutas:

Ruta de Promoción y Mantenimiento de la Salud (RPMS): Se centra en la atención de la población en general, dividida por curso de vida:

Primera infancia (0 a 5 años)

Infancia (6 a 11 años)

Adolescencia (12 a 17 años)

Juventud (18 a 28 años)

Adultez (29 a

59 años)

Vejez (60

años en

adelante)

Impacto en el sistema de salud

La Resolución 3280 marcó un hito en la política de salud colombiana, ya que estableció un marco obligatorio para que las EPS ofrezcan servicios de promoción y prevención de manera estructurada. Esto busca cambiar el modelo de salud, pasando de uno centrado en la atención de la enfermedad a uno que prioriza el mantenimiento de la salud.

Objetivo:

El objetivo principal de la Resolución 3280 de 2018 del Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia es adoptar los lineamientos técnicos y operativos de las Rutas Integrales de Atención en Salud (RIAS). De manera más específica, busca cambiar el enfoque del sistema de salud colombiano, pasando de un modelo curativo a uno que priorice la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad. Ejecución de actividades

1. ACTIVIDADES REALIZADAS POR EL ENTORNO HOGAR:

AUXILIARES DE ENFERMERIA

Realizar mínimo 40 caracterizaciones efectivas, identificando el riesgo a través de la Ficha de caracterización (Survey 123 y SI-APS) en la visita domiciliaria familiar, caracterizando los riegos sociales, ambientales y de la salud, orientando a la familia y realizando la canalización pertinente. las veredas que fueron intervenidas durante la concurrencia APS fueron que La joya y chinquira Para esta entrega realizaron 36 seguimientos y 8 fichas familiares de caracterización en el entorno hogar, con un total de 44 familias de las cuales canalizaron 43

ACTIVIDADES REALIZADAS POR ENTORNO EDUCATIVO

ESTEFANIA QUINTERO

Desarrollo de la Actividad

1. Descripción de la población asistente

Se realizó enlace con secretaria de cultura para visto bueno y autorización de abordaje a población perteneciente a grupos de formación, donde, posteriormente se realizó contacto con docente encargado del grupo Coro de la secretaria de cultura con población en grupo niñez y adolescencia contando con 14 participantes.

2. Metodología de la actividad realizada

Se realizo abordaje de la temática con metodología participativa la cual busca involucrar activamente a la población objeto de modo que puedan desarrollar sus ideas, pensamientos, toma de decisiones y acciones de manera voluntaria y contributiva a los demás participantes a través de ejercicios narrativos y vivenciales.

2.1 Actividad lúdica de inicio

Se realizo actividad “activa tu mente” donde se solicito a los participantes mover el cuerpo según la indicación que se les daba verbalmente con la excepción de que el movimiento de la ejecutora movía los brazos y manos en sentido diferente a la indicación verbal.

2.2 Explicación del tema

La salud mental abarca numerosas áreas de aprendizaje y aplicación, desde la medicina, en aplicación con la psiquiatría quien se encarga de atender, evaluar y diagnosticar trastornos mentales que ponen en riesgo el funcionamiento cerebral de quien las padece, al igual de su familia y ciclo cercano afectando la calidad de vida; por su parte el abordaje psicológico, incluye el abordaje emocional, conductual y cognitivo asociado a las alteraciones que se evidencien en la percepción de bienestar y desarrollo de la enfermedad, complementando el tratamiento sintomático que ofrece la psiquiatría.

Para la Organización Panamericana de la Salud (2025) es imprescindible, cuando se habla de salud mental de Niños, Niñas y adolescentes, identificar y abordar todos los riesgos psicosociales a los que están expuestos y que pueden influir de manera negativa en su salud, en la alteración de un crecimiento sano y libre de exposiciones e influencias negativas asociadas al núcleo familiar, a la sociedad y a la cultura. Por lo tanto, el eje de prevención es clave para disminuir los casos de salud mental en menores, desde el aprendizaje, la expresión y la participación.

El presente taller, teniendo en cuenta la edad de los participantes:

1. se enfocó en definir la salud mental, a través del video clip https://www.youtube.com/watch?v=xjLBHtnPHjI que les permitió entender la temática abordada desde un lenguaje de fácil comprensión para su edad, de manera lúdica

2. Busco promover hábitos saludables a través del clip https://www.youtube.com/watch?v=VMbRdSe8avs resaltando la importancia de una alimentación saludable, una higiene del sueño, y la importancia de la actividad física entre otros

3. Teniendo en cuenta la expresión emocional como factor protector en la disminución de riesgos psicosociales, se hizo énfasis en la temática con el clip https://www.youtube.com/watch?v=IQl4739umXc

Se realizo retroalimentación de dudas e inquietudes de cada clip y para poner en práctica lo aprendido a través de palitos de paleta con preguntas que orientaban a la expresión emocional, la promoción de hábitos saludables y promoción de la salud mental en la identificación de factores protectores y factores de riesgo; se solicito que eligieran un palito al azar y que pasaran al frente para compartir su respuesta, del mismo modo se animo a los espectadores en la importancia de validad y apoyar a cada participante que paso al frente resaltando el trabajo en equipo y las redes de apoyo.

Por último, es importante resaltar que la actividad “cine-foro” es una herramienta valiosa teniendo en cuenta que, a través de la proyección de filmes, se envían mensajes al receptor sobre una temática determinada en este caso la salud mental permitiendo un ejercicio analítico, consciente y de gran aprendizaje para la población elegida.

Para el desarrollo de la actividad se utilizó:

- Computador para proyección de filme
- Filme orientado a la salud mental para NNA

- Palitos de paleta con mensajes de retroalimentación acerca del filme, que permitieron expresar emociones, vivencias y aprender sobre el manejo emocional, hábitos saludables y factores protectores.

2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes

- ¿los niños también deben expresarse igual que los adultos?
- ¿es normal sentir mucho miedo?
- ¿cómo puedo hacer si mis papas se ponen muy bravos conmigo?
- ¿si un niño siente mucho miedo de hablar en público se puede ayudar?

3. Conclusiones y recomendaciones

El espacio de trabajo permitió a los asistentes, evidenciar que el manejo emocional es importante para el desarrollo de diferentes actividades, donde en ocasiones emociones como el miedo y la dificultad de expresar emociones y pensamientos, pueden interferir en el desarrollo optimo de actividades y generar la percepción o pensamientos como “no puedo” “es difícil” “me juzgaran, estoy solo” etc, por ende se realizó énfasis en el trabajo en equipo como red de apoyo.

Desarrollo de la Actividad

1. Descripción de la población asistente

Se realizó enlace con secretaria de cultura para visto bueno y autorización de abordaje a población perteneciente a grupos de formación, donde, posteriormente se realizo contacto con docente encargado del grupo Estudiantina de la secretaria de cultura con población en grupo niñez y adolescencia contando con 10 participantes.

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA

Código: M-PDS-GSP-FR-029
Versión: 02

Información de Actividades

PIC

Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025.

2. Metodología de la actividad realizada

Se realizo abordaje de la temática con metodología participativa la cual busca involucrar activamente a la población objeto de modo que puedan desarrollar sus ideas, pensamientos, toma de decisiones y acciones de manera voluntaria y contributiva a los demás participantes a través de ejercicios narrativos y vivenciales.

2.1 Actividad lúdica de inicio

Se solicito a los asistentes, presentarse con nombre completo y presentación de cualidad que lo describiera con el fin de generar actividad rompe-hielo, y abrir la disposición a la comunicación y la participación en la actividad.

2.2 Explicación del tema

La salud mental en la niñez y en la adolescencia es un eje vital de investigación y atención en salud, siendo un punto de partida en la revisión de la literatura que bien describe que "los problemas de salud mental empiezan a manifestarse al final de la infancia e inicio de la adolescencia" siendo "Los problemas del lenguaje, los síntomas de ansiedad o depresión, el consumo de alcohol, el intento de suicidio" los mas frecuentes en este grupo de edad. el Ministerio de Salud de Colombia (2018).

Las cifras en el territorio nacional son alarmantes y ponen de manifiesto la necesidad de implementar diferentes espacios orientados a la escucha, la atención y la intervención oportuna, sobre todo en aquellos lugares geográficos de difícil acceso a atención en salud, en el año 2023 la Procuraduría general de la Nación (2023) informo "que en el primer semestre de ese año, fueron reportados 1.540 suicidios, de los cuales 479 fueron en jóvenes, 142 en adolescentes y 1 en infancia, las edades con mayor índice de problemas en salud mental son los jóvenes de 17 a 24 años, seguido por los adolescentes de 12 a 16 años y la población infantil de 6 a 11 años"

Es importante señalar los factores de riesgo asociados a conductas de riesgo y trastornos de la salud mental los cuales son:

• Exposición a la violencia: a partir de las diferentes tipologías de violencia, se ha demostrado que la exposición a temprana edad en especial a partir de los 2 años donde el proceso de observación, aprendizaje y modelación están en

}

Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025.

su mayor auge, representa una probabilidad alta de desarrollar alteraciones en la salud mental, como afectaciones del estado de ánimo, alteraciones del comportamiento, relación con pares entre otros.
• Entorno familiar disfuncional: relaciones familiares caracterizadas por la poca comunicación, empatía, apoyo, triangulación, responsabilidad precoz, violencia conyugal, personalización, relaciones desiguales entre hijos y negligencia emocional, son factores de alto impacto para la salud mental de NNA
• Dificultades socioeconómicas: las barreas culturales y económicas de diferentes territorios y transgeneracionales, representan una afectación en la salud mental al generar ambientes tensos, dificultad en solución de conflictos, escasa educación, acceso limitado a oportunidades de superación personal que suelen limitar los proyectos de vida y la percepción de utilidad en algunos casos, encasillando a los NNA a oficios de baja remuneración y carga laboral alta.
• Acoso escolar: a su vez, la falta de oportunidades, la baja escolarización de cuidadores y padres, y los recursos económicos limitados pueden suponer escenarios de matoneo, donde se suele intimidar a la victima por sus diferencias o dificultades, generando baja autoestima, baja adaptación escolar, bajo rendimiento escolar, miedo y en algunos casos autolesiones y conductas orientadas al suicidio.
En la mayoría de los casos, se ha evidenciado dificultad en la expresión y gestión emocional en los diferentes grupos del curso de vida, por ende, es necesario implementar otras estrategias de acercamiento a la población que, a su vez, permita la expresión de la percepción de dificultades de cada persona, de aquí nace el Arte Terapia, que en un principio según la Universidad del Bosque (2024) "es una disciplina terapéutica que utiliza el proceso creativo y las artes visuales como medios para promover el bienestar emocional, psicológico y social. Basada en la premisa de que el arte puede ser una forma de comunicación poderosa y efectiva, esta práctica permite a las personas explorar sus sentimientos, procesar experiencias difíciles y encontrar una vía para expresar lo que no siempre pueden poner en palabras".

**PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD
GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA**

**Código: M-PDS-GSP-FR-029
Versión: 02**

Información de Actividades

PIC

Fecha de Aprobación: 17 de
enero 2025.

En el taller realizado, se contó con 4 momentos que fueron:
Inicio: presentación rompe hielo, donde se pidió a los participantes, mencionar su nombre completo y una cualidad que en su concepto los podría representar o describir, con el objetivo de perder el miedo, la vergüenza y estimular la participación.
Árbol de la salud mental: Se solicito dibujar un árbol en grupo que representara las áreas que mas impactan la salud mental, con el objetivo de organizar la información brindada que fue:

Desarrollo del mural: en un pliego de cartulina y con marcadores de colores se solicito a los participantes dibujar:
a) Un momento que genere felicidad
b) Un momento que genere tristeza
c) Un habito relacionado a alimentación
d) Experiencia social que mas recuerde

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO
DE SALUD
GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA

Código: M-PDS-GSP-FR-029
Versión: 02

Información de Actividades

PIC

Fecha de Aprobación: 17 de
enero 2025.

e) Una característica que comparta con los padres o cuidadores
Posteriormente, se realizó expresión de vivencias y recuerdos con el objetivo de empatizar con los demás relatos y permitir que los participantes, pudieran darse cuenta y concientizar que, más allá de los roles educativos (profesor, estudiante, espectador...) existe una historia personal que puede influir de manera positiva o negativa sobre la salud mental de cada persona y finalmente, en sus pensamientos

conductas, creencias etc.
Madeja social (Cierre): Para cerrar el espacio se solicito a los participantes por orden una retroalimentación del espacio (lo que más recuerden o haya generado impacto) y finalmente, se solicito lanzar la madeja a otro participante a través de generar un consejo orientado al crecimiento personal, al finalizar se solicito desenredar la madeja de lana que quedo, resaltando la importancia del trabajo en equipo.

2.3 Descripción del material didáctico utilizado
Para el desarrollo de la actividad por parte de la ejecutora se dispusieron los siguientes materiales:
• Pliego de cartulina
• Cinta adhesiva
• Marcadores de colores
• Madeja de lana
2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.
1. ¿La salud mental incluye la salud física?
2. ¿Qué hacer cuando se siente una emoción muy fuerte?
3. ¿se debe consultar al psicólogo cuando hay problemas en la familia?
4. ¿cómo mejorar la timidez?
.
3. Conclusiones y recomendaciones
Se evidencio la necesidad de fortalecer habilidades de comunicación y estrategias de socialización en especial con los participantes adolescentes en quienes se

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO
DE SALUD
GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA

Código: M-PDS-GSP-FR-029
Versión: 02

Información de Actividades

PIC

Fecha de Aprobación: 17 de
enero 2025.

evidencio polarización, por ende después de escuchar los relatos del taller se propicio un espacio “compartir” que fomentara las relaciones sociales entre los participantes; se evidencia la necesidad de fortalecer la expresión y gestión **emocional basados en el autoconocimiento y así poder desarrollar mecanismos de**

afrontamiento adaptativos dentro del eje de prevención.

Se realizó enlace con secretaria de cultura para visto bueno y autorización de abordaje a población perteneciente a grupos de formación, donde, posteriormente se realizó contacto con docente encargado del grupo bordado para poder contar con madres, se contó con 11 participantes.

Desarrollo de la Actividad
1. Descripción de la población asistente
Se realizó enlace con secretaria de cultura para visto bueno y autorización de abordaje a población perteneciente a grupos de formación (grupo violín) ; se contó con 13 participantes.

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO
DE SALUD
GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA

Código: M-PDS-GSP-FR-029
Versión: 02

Información de Actividades

PIC

Fecha de Aprobación: 17 de
enero 2025.

2. Metodología de la actividad realizada
Se realizo abordaje de la temática con metodología participativa la cual busca involucrar activamente a la población objeto de modo que puedan desarrollar sus ideas, pensamientos, toma de decisiones y acciones de manera voluntaria y contributiva a los demás participantes a través de ejercicios narrativos y vivenciales
2.1 Actividad lúdica de inicio
Por disposición de tiempo del grupo al que se abordó, no se realizó actividad lúdica de inicio.

2.2 Explicación del tema

La creación de cuentos al igual que otras técnicas dedicadas a la expresión de emociones, es una forma de manera proyectiva de poder comunicar emociones, sentimientos, ideas, vivencias, situaciones de impacto a interés para quien las aborda, por parte de los espectadores, en especial en espacios terapéuticos, permite identificar situaciones de conflicto o interés, y factores relacionados al motivo der consulta.

Teniendo en cuenta diversidad de edades de los participantes, se consideró oportuno abordar la “creación de cuentos” a partir de la proyección de un filme que únicamente contaba con gráficos (no audio) basado en la concepción de las situaciones de crisis, la resolución de problemas y el manejo emocional donde se solicitó a los participantes elaborar el cuento del filme de la siguiente manera:

a. Al azar se seleccionó el orden de todos los participantes, a quien se les entrego un numero del 1 al 13, indicando que el participante 1 iniciaría el relato y creación del cuento, el participante 2 añadiera aspectos que a su parecer considero importantes de igual manera con los participantes restantes solicitándoles (inicio, nudo, desenlace en orden ascendente)

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO
DE SALUD
GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA

Código: M-PDS-GSP-FR-029
Versión: 02

Información de Actividades

PIC

Fecha de Aprobación: 17 de
enero 2025.

b. Se realizo el cierre de la actividad solicitando a los participantes (en orden descendente) aportar una alternativa de solución o de reflexión al cuento creado desde sus propias vivencias.

El filme proyectado fue:
https://www.youtube.com/watch?v=kGVWLQzr8QM&t=249s

2.3 Descripción del material didáctico utilizado

• Computador para proyección del filme

2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.
• ¿cómo poder aprender a superar una crisis?
• ¿es bueno hablar de lo que se siente en un momento difícil?
• ¿cómo apoyar a alguien que no quiere hablar y esta pasando por un mal momento?
• ¿en el caso de los adolescentes, como hacerles ver que los problemas son útiles para aprender?

3. Conclusiones y recomendaciones
La actividad permitió un espacio de reflexión, trabajo en equipo, estimulación de los procesos de atención y concentración, estimulación del lenguaje y proyección emocional de cada participante, de igual manera invito a los participantes a perder el miedo de hablar en público, en especial en espacios de creatividad y de expresión de emociones y el poder compartir experiencias de la vida personal de manera voluntaria.

Desarrollo de la Actividad
1. Descripción de la población asistente
Se invito a los estudiantes de las escuelas de formación del Municipio de Villapinzón y a los adultos mayores del club añoranzas para el desarrollo de la actividad “Guardianes del planeta” sin embargo se resalta que los estudiantes de las escuelas de formación no asistieron y solo se contó con la participación de 33 adultos mayores con quienes se dio curso a la actividad.

2. Metodología de la actividad realizada
Se realizo abordaje de la temática con metodología participativa la cual busca involucrar activamente a la población objeto de modo que puedan desarrollar sus ideas, pensamientos, toma de decisiones y acciones de manera voluntaria y contributiva a los demás participantes a través de ejercicios narrativos y vivenciales.

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO
DE SALUD
GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA

Código: M-PDS-GSP-FR-029
Versión: 02

Información de Actividades

PIC

Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025.

2.1 Actividad lúdica de inicio

Por disposición de tiempo del club añoranzas, no se realizó actividad lúdica de inicio.

2.2 Explicación del tema

Para dar abordaje y desarrollo al taller "guardianes del planeta" y contextualizar la actividad, se consideró pertinente describir teóricamente la contaminación por residuos a partir de las cifras proyectadas donde según la ONU (Organización de Naciones Unidas (2025) "prácticas de consumo y producción insostenibles, los hogares, las pequeñas empresas y los proveedores de servicios públicos generan 2.1 mil millones de toneladas de residuos sólidos municipales (RSM) al año. Sin embargo, 2.7 mil millones de personas no tienen acceso a servicios de recolección de residuos sólidos a nivel mundial. Sin una acción urgente, la generación de RSM aumentará a 3.8 mil millones de toneladas anualmente para 2050".

Sumado a lo anterior, existe una cultura alejada al cuidado del medio ambiente donde no existe conciencia sobre la importancia de Reciclar, Reusar, Reutilizar ni disponer de los desechos en los espacios adecuados, teniendo en cuenta que la proyección de generación de residuo a largo plazo evidencia la afectación a la calidad de vida tal como se muestra en las siguientes graficas:

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD
GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA

Código: M-PDS-GSP-FR-029
Versión: 02

Información de Actividades

PIC

Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025.

Gráfico 1; Sin contaminación por residuos 101. (ONU,2025)

Las principales fuentes de contaminación se encuentran en:

• Envases y empaques de alimentos: 25 veces mayor que el dióxido de carbono en contaminación del aire que obstaculiza los servicios de los ecosistemas, además de contaminar zonas hídricas como mares con cifras

mundiales que superan los 11 millones de toneladas
• contaminación industrial: es uno de los mayores influyentes en la contaminación del aire, a nivel mundial el 99% de la población respira aire contaminado asociado a muertes prematuras y cáncer de pulmón
• contaminación por automotores
• Residuos de la agricultura: 9.780 millones de toneladas anuales de contaminación entre cascaras, aserrín, carbón y fertilizantes
• Elementos residuales de fabricación de prendas y calzado: el costo de producción mundial supera los US$460 mil millones, y menos del 1 por ciento del material utilizado para producir ropa se recicla para nuevos artículos.
• Electrodomésticos: representan el 37 por ciento de las emisiones de gases de efecto invernadero.
• Residuos químicos e industriales: los países de ingresos altos generan 43 kilogramos de residuos industriales por persona al día, en comparación con los países de ingresos medios-bajos, que producen 0,36 kilogramos por persona al día.

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO
DE SALUD
GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA

Código: M-PDS-GSP-FR-029
Versión: 02

Información de Actividades

PIC

Fecha de Aprobación: 17 de
enero 2025.

Para el presente informe, se desarrolló el taller “mi decoración, mi navidad” teniendo
en cuenta la proximidad a fechas decembrinas, se pensó en realizar una una decoración con material reciclado, de autoría y creatividad de cada participante dando un segundo uso a materiales y productos de plástico, para lo anterior se solicito a los participantes la realización del producto, una vez se entregaron los materiales previamente esterilizados proporcionados por la ejecutora.
2.3 Descripción del material didáctico utilizado
• Vasos plásticos
• Cucharas plásticas

• Platos plásticos
• Silicona liquida

2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.
• ¿cómo aprovechar la ropa para no contaminar?
• ¿qué hacer para disminuir la contaminación en el agua?
• ¿existe alguna reglamentación para las fábricas?
• ¿cómo aprovechar el material de demolición o remodelación?
3. Conclusiones y recomendaciones
Fomentar espacios donde se genere concientización sobre la importancia del reciclaje, el reuso y la reutilización de agentes contaminantes, permite generar un granito de arena desde cada persona para aprovechar sabiamente

Con previa autorización del enlace de mujer equidad y género, se abordó al grupo de costura donde se ubican madres del Municipio; se contó con 10 ‘participantes.

Con previa autorización del enlace de mujer equidad y género, se abordó al

grupo de costura donde se ubican madres del Municipio; se contó con 30 ‘participantes.

ACTIVIDADES REALIZADAS POR ENTORNO COMUNITARIO

NATALIA RODRIGUEZ

Desarrollo de la Actividad

1. Descripción de la población asistente

La población beneficiaria en esta actividad fue 2 personas de diferentes entes territoriales del municipio de Vilapinzón, pertenecientes al ciclo de vida de la adultez; cabe resaltar que no se presentaron personas con discapacidad ni vulnerabilidad.

2. Metodología de la actividad realizada

Realizar articulación con las diferentes entidades a nivel municipal tanto institucional como comunitaria que permitan el reconocimiento de las dinámicas del territorio; de igual manera establecer la planeación y/o plan de trabajo para el proceso de identificación de actores, cartografía y mesas de trabajo comunitarias, para lograr este abordaje es necesario seguir los siguientes pasos:

1. Realizar diagnostico territorial por medio de metodología de reconocimiento de red de servicios y oferta institucional y comunitaria, para lo cual se debe establecer herramienta donde se diligencien las entidades, instituciones, actores institucionales, comunitarios y organizaciones y georreferenciación por determinantes sociales

2. Realizar taller participativo con metodología BIT PASE la cual se fundamenta en un modelo para la construcción de Balances en las Tensiones que se generan en las Interacciones entre la población, y las demás dimensiones del desarrollo

3. Realizar un análisis con la metodología de marco lógico teniendo en cuenta los siguientes aspectos: análisis de involucrados, árbol de problemas, árbol de objetivos y análisis de alternativas

4. Realizar jornadas de validación y priorización participativa, para esto se debe traer la información realizada de la metodología de marco lógico para validar los problemas identificadas y las alternativas de solución y a partir de esto poder validar y priorizar las alternativas de solución

5. Realizar informe de análisis de la información de los puntos anteriores, para ello se debe realizar la construcción de un documento en Word donde se consigne todas las herramientas y metodologías aplicadas.

6. Socializar a los actores que participaron en el proceso tanto de la institución como la comunidad los hallazgos y resultados del proceso de caracterización comunitaria y se hace entrega del documento técnicos donde se plasmaron todas las metodologías y resultados del proceso

2.1 Actividad lúdica de inicio

No aplica.

2.2 Explicación del tema

DETERMINANTES SOCIALES

La Organización Mundial de la Salud define los determinantes sociales de la salud (DSS) como "las circunstancias en que las personas nacen crecen, trabajan, viven y envejecen, incluido el conjunto más amplio de fuerzas y sistemas que influyen sobre las condiciones de la vida cotidiana". Estas fuerzas y sistemas incluyen políticas y sistemas económicos, programas de desarrollo, normas y políticas sociales y sistemas políticos. Las condiciones anteriores pueden ser altamente diferentes para varios subgrupos de una población y pueden dar lugar a diferencias en los resultados en materia de salud. Es posible que sea inevitable que algunas de estas condiciones sean diferentes, en cual caso se consideran desigualdades, tal como es posible que estas diferencias puedan ser

innecesarias y evitables, en cual caso se consideran inequidades y, por consiguiente, metas apropiadas para políticas diseñadas para aumentar la equidad.

Cartografía Social:

En las ciencias sociales, las metodologías de investigaciones han ido mutando progresivamente de la simple recolección de datos a brindar pluralidad a la conceptualización que un investigador puede hacer frente a su población

objetivo. En rigor de lo anterior, la cartografía social se puede erigir como una de las formas de trabajo que no solamente resulta útil en el esfuerzo por dinamizar las fuentes de información, sino que involucra a los actores - investigadores y población- en un ejercicio de apropiación de su propio territorio, mostrando así sus perspectivas espaciales y los dilemas de cotidianidad que pueden presentarse en toda fenomenología social.

La cartografía social, además de datar lo anteriormente expuesto, reconoce las voces de los participantes en dos sentidos: a) la investigación – para este caso, brindar cimientos y coordenadas conceptuales desde el componente social para la actualización y creación de políticas públicas-; y b) la intervención social junto con esto, la progresión hacia metodologías más específicas como la entrevista o etnografía participativa que permita la recomendación de acciones para potenciar o contener fenomenologías sociales puntuales; En este sentido, el reconocimiento de la pluralidad de las voces de los(as) agentes que actúan en la metodología también es una forma de contravenir la autoridad investigador-moderador, que dispone las coordenadas procedimentales para el éxito de la herramienta, sino que son las mismas personas participantes las que definen el ritmo, densidad y frecuencia de las conceptualizaciones que el investigador debe asimilar en el ejercicio.

Por lo anterior, se ha considerado esta metodología como la forma más idónea para poder conocer y escuchar a la población de cundinamarquesa. El objetivo de esta herramienta permite, no solamente entender cómo la población entiende su territorio sino también cómo lo apropia y qué espera de su entorno en todos los niveles -salud, gobierno, educación, etc.

En relación con lo anteriormente expuesto, se presentarán las justificaciones, resultados, conclusiones y recomendaciones resultantes del ejercicio cartográfico realizado en el territorio, en el marco del desarrollo del ejercicio, teniendo en cuenta la siguiente información:

-Reconocimiento Inicial del Territorio: Este taller se centra en un diagnóstico participativo del territorio desde la perspectiva de las personas adultas mayores.

Mediante la creación de un mapa participativo, los asistentes identifican lugares significativos, rutas comunes y espacios problemáticos en sus entornos cotidianos. Esta actividad no solo permite visualizar la configuración del territorio y sus recursos, sino que también fomenta el intercambio de

experiencias entre los participantes, promoviendo un entendimiento colectivo de las principales barreras y oportunidades que enfrentan en su vida diaria.

-Reconocimiento de Dinámicas Básicas: En esta fase, se abordan las dinámicas sociales, económicas y ambientales que impactan la vida de las personas adultas mayores. A través de dinámicas de grupo, como la lluvia de ideas y discusiones temáticas, los participantes reflexionan sobre sus actividades cotidianas y cómo estas se ven afectadas por el acceso a servicios, la infraestructura y las condiciones ambientales del departamento. Esta técnica permite identificar patrones comunes en las experiencias de las personas adultas mayores y establecer un marco que guíe las fases posteriores de análisis (Creswell & Plano Clark, 2018).

Análisis de situacional e identificación de acciones de impacto: Una vez se haya desarrollado el reconocimiento del territorio y sus dinámicas, se hace necesario generar un análisis que permita reconocer las tensiones y potencialidades de la población que habita este escenario. Es allí donde cobra valor el uso de herramientas como el árbol de problemas y el árbol de objetivos en el contexto comunitario, convirtiéndose en elementos esenciales para el abordaje las necesidades, tensiones locales y oportunidades. Estas herramientas ofrecen un marco estructurado para identificar y analizar problemas de manera sistemática. El árbol de problemas permite descomponer un problema central en sus causas y consecuencias o efectos, facilitando la comprensión de las dinámicas subyacentes que afectan a la comunidad. Este enfoque analítico no solo ayuda a identificar problemas visibles, sino que también revela tensiones ocultas que pueden ser críticas para el desarrollo social y económico (Hernández & Garnica, 2015).

Por otro lado, el árbol de objetivos, que se elabora a partir del árbol de problemas, transforma los problemas identificados en objetivos claros y alcanzables. Como lo mencionan Hernández & Garnica (2015), este proceso de conversión es crucial, ya que establece un camino hacia el cambio deseado, priorizando acciones que pueden tener un impacto significativo en la comunidad; al definir metas concretas, los miembros de la comunidad pueden trabajar juntos de manera más efectiva, desarrollando un sentido de propiedad sobre las soluciones propuestas; esto, a su vez, fortalece el capital social y la cohesión comunitaria, elementos vitales para el éxito de cualquier intervención psicosocial.

En este sentido, al implementar estas herramientas, se fomenta la participación de la comunidad en el diagnóstico y la planificación de las acciones concretas, lo que se traduce en un mayor compromiso y en soluciones más pertinentes, entendiendo que cuando las personas se involucran en el proceso de identificación de problemas y en la formulación de alternativas, se sienten empoderadas y motivadas para contribuir a la implementación de las alternativas que más se acerquen a dar respuesta a sus necesidades, lo que aumenta las posibilidades de sostenibilidad a largo plazo.

En este sentido, el uso de metodologías como las anteriormente mencionadas contribuye al monitoreo y evaluación continua del progreso, ya que, al contar con acciones específicas y definir objetivos específicos, claros, medibles, alcanzables y realistas, las comunidades pueden monitorear su avance y realizar ajustes en sus estrategias según sea necesario, lo que potencia un enfoque adaptativo que se ajusta a las cambiantes realidades locales.

En este sentido, en el curso de este momento se pretende trabajar sobre tres (3) propósitos, de la siguiente manera:

-Identificación y proyección de tensiones: Los talleres también se enfocan en identificar y evaluar las tensiones que afectan a la población mayor en el territorio.

Utilizando un formato visual y dinámico, los participantes valoran el impacto de estas tensiones y proyectan cómo podrían evolucionar en el futuro, lo que facilita la planificación de políticas preventivas y proactivas. Esta técnica es clave para anticipar escenarios y diseñar intervenciones basadas en las percepciones y experiencias directas de las personas adultas mayores.

-Construcción de la configuración deseada: Este taller se enfoca en construir colectivamente una visión deseada del territorio que integre las aspiraciones de las personas adultas mayores en términos de infraestructura, servicios y redes de apoyo. A través de dinámicas participativas y el uso de materiales visuales, las personas adultas mayores representan en un mural o mapa cómo visualizan un futuro ideal para su comunidad, lo que no solo ayuda a identificar las prioridades de este grupo poblacional, sino que también fortalece su sentido de pertenencia y empoderamiento.

-Transformación de tensiones y planificación estratégica: En la última fase, se diseñan estrategias concretas para transformar las tensiones identificadas y avanzar hacia la configuración deseada del territorio. Este proceso permite estructurar un plan de acción detallado que incluye las responsabilidades de los actores involucrados, los recursos necesarios y las etapas para implementar las soluciones propuestas.

La aplicación de estas metodologías se realiza con la participación de facilitadores especializados, quienes garantizan un ambiente inclusivo y adaptado a las capacidades de las personas adultas mayores. Se utilizan materiales visuales y tangibles para facilitar la comprensión y promover la interacción activa, asegurando que cada taller se convierta en un espacio de aprendizaje y construcción colectiva (Rubiano & Castro, 2019).

2.3 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.

No se presentaron inquietudes sin embargo los asistentes manifestaron el apoyo para la ejecución de actividades y reiteraron la importancia con el diagnostico de las necesidades del municipio.

3. Conclusiones y recomendaciones

Al finalizar la intervención se cumple con el objetivo de crear una herramienta de carácter técnico para la identificación de la situación en salud y la toma de decisiones con procesos de participación ciudadana para la estructuración de proyectos, programas o actividades enfocadas a la comunidad con la participación de los diferentes entes del municipio

Desarrollo de la Actividad

1. Descripción de la población asistente

La reunión se realizo con la dra Leidy Gómez coordinadora del centro vida sensorial pertenecientes al ciclo de vida de la adultez; cabe resaltar que no se presentaron asistentes con discapacidad ni enfoque diferencial.

2. Metodología de la actividad realizada

Como primera instancia se envía carta de solicitud formal para caracterizar y realizar una base consolidada de los cuidadores del centro de vida sensorial, posterior se realiza reunión formal con el propósito de establecer criterios unificados para la identificación de personas cuidadoras.

Durante este espacio se definieron las características de la población objetivo, las rutas de acceso a la estrategia, y los mecanismos realizados en la institución con esta población y el abordaje realizado de esta manera se plantea realizar la convocatoria para los talleres que se van a realizar y de esta manera poder establecer las fechas para poderlos realizar.

2.1 Explicación del tema

"El cuidado es una acción que se concreta a partir de relaciones, es una acción entre seres vivos. Todos cuidan y son cuidados'' (Kuerten, Lenise do Prado, & De Gasperi, 2009). Como acción humana, el cuidado abre la perspectiva del otro, la mirada hacia sus necesidades e intereses y hacia sus formas de ser y de actuar.

En esta relación, se potencia la autonomía y el respeto, situando tanto a la persona cuidadora como a la persona sujeto de cuidado como sujetos activos, que establecen una relación de corresponsabilidad y reciprocidad.

Es de anotar que antes de establecer una relación con el otro, cada persona debe reconocerse a sí misma, contando con elementos que le ayuden a asumir diversos problemas, y por ende gozar de salud mental; la cual es definida por la Organización Mundial de la Salud como "un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad" (Organización Mundial de la Salud, 2013) Un cuidador o cuidadora puede ser un familiar, amigo, profesional o cualquier persona voluntaria que asume la responsabilidad de atender las necesidades físicas, emocionales y sociales de otra persona, esta actividad implica dedicar tiempo, atención y afecto a una persona que necesita ayuda para realizar sus actividades cotidianas.

Pueden brindar atención en el hogar, hospital u otro entorno de atención médica y realizar diversas funciones o tareas, como: Asistencia en actividades básicas e instrumentales de la vida diaria como bañarse, comer o tomar medicamentos.

Proporcionar apoyo emocional y social. Organizar actividades previas a la atención médica. Facilitar la comunicación y la participación. Promover la autonomía y prevenir complicaciones. Tomar decisiones sanitarias e higiénicas. Tomar decisiones financieras.

Tipos de cuidadores:

- Cuidador Formal. Aquel que ha recibido una formación específica y es remunerado por sus servicios. Su rol es brindar apoyo especializado, generalmente en el domicilio o en instituciones de cuidado
- Cuidador Informal. Aquel que no dispone de formación o capacitación, ni es remunerado, tiene un elevado grado de compromiso y una atención sin límites de horario debido a su cercanía con la persona que necesita atención. Suelen ser familiares cercanos, como hijos, cónyuges, padres, hermanos o en ocasiones personas de su círculo social como amigos o vecinos

Aunque no existe un perfil único de cuidador, ya que depende de las características y circunstancias de cada caso, se pueden identificar algunos factores que influyen en la decisión de asumir el rol de cuidador, como el grado de parentesco, el vínculo afectivo, la disponibilidad, la capacidad y la motivación.

2.2 Descripción del material didáctico utilizado

Poster convocatoria

2.3 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.

Los asistentes mas que inquietudes manifestaron la importancia de involucrar a los cuidadores en talleres y actividades puesto que ellos no solo acarrean con la responsabilidad del cuidado sino también tienen carga física y emocional por lo que conlleva estar con el cuidado de otra persona.

3. Conclusiones y recomendaciones

Al finalizar la sesión se cumple con el objetivo principal de Realizar caracterización y generación de capacidades a cuidadores para el fortalecimiento de habilidades para el cuidado de la población.

Desarrollo de la Actividad

1. Descripción de la población asistente

La población beneficiaria en esta actividad fue 18 asistentes pertenecientes al ciclo de vida de la adultez; cabe resaltar que no se presentaron asistentes con discapacidad.

2. Metodología de la actividad realizada

Reunir a padres de familia de instituciones educativas con el fin de abarcar la problemática más presentada en los niños, niñas y adolescentes con el fin de dar a conocer que es una sustancia psicoactiva, que efectos trae para el organismo, que se considera adicción, como reconocer que una persona esta consumiendo, que hacer en caso de consumo.

Al finalizar la sesión se realiza ronda de preguntas.

2.1 Actividad lúdica de inicio

Como actividad rompe hielo se realiza primero un tingo tango al que le quedara la pelota se le realizaba una pregunta referente al tema para conocer los presaberes de los asistentes referente al tema:

Preguntas:

- ¿Qué es una sustancia psicoactiva?
- ¿Qué sustancias psicoactivas conoce?
- ¿cree que en el municipio se presenta consumo de spa?
- ¿si conoce un consumo de spa sabe qué hacer?
- ¿cree que todas las sustancias psicoactivas son adictas y por qué?

2.2 Explicación del tema

¿Qué son las drogas?

Las drogas son sustancias químicas que pueden cambiar el funcionamiento de su cuerpo y mente. Incluyen medicamentos recetados, medicamentos de venta libre, alcohol, tabaco y drogas ilegales

¿Qué es la drogadicción?

La adicción a las drogas es una enfermedad cerebral crónica. Hace que una persona tome drogas repetidamente, a pesar del daño que provoca. El uso repetido de drogas puede cambiar el cerebro y provocar adicción.

Los cambios cerebrales de la adicción pueden ser duraderos, por lo que la adicción a las drogas se considera una enfermedad "recurrente". Esto significa que las personas en recuperación corren el riesgo de volver a consumir drogas, incluso después de años de no tomarlas.

Las sustancias psicoactivas son aquellas que alteran el estado de ánimo, la conciencia o el comportamiento, al afectar el sistema nervioso central. Se clasifican principalmente en estimulantes (como la cafeína, cocaína y nicotina), depresores (como el alcohol y los opioides) y alucinógenos (como el LSD y la psilocibina).

Tipos de sustancias psicoactivas:

Estimulantes: Aumentan la actividad del sistema nervioso central, provocando euforia y mayor estado de alerta.
Ejemplos: Anfetaminas, metanfetamina, cocaína, nicotina y cafeína.

Depresores: Disminuyen la actividad del sistema nervioso central, lo que puede causar sedación o relajación.
Ejemplos: Alcohol, opioides (como la morfina y heroína), barbitúricos y benzodiazepinas.

Alucinógenos: Provocan alucinaciones y distorsiones en la percepción.
Psicodélicos: LSD, psilocibina, DMT, mescalina.
Disociativos: Ketamina, fenciclidina (PCP).
Delirantes: Atropina, hiosciamina.

¿Cuáles son las señales de que alguien tiene un problema de drogas?

Las señales de que alguien tiene un problema de drogas incluyen:

- Cambiar mucho de amigos
- Pasar mucho tiempo solo
- Perder interés en sus cosas favoritas
- No cuidarse a sí mismos, por ejemplo, no tomar duchas, no cambiarse de ropa ni lavarse los dientes
- Tener mucha energía, hablar rápido o decir cosas que no tienen sentido
- Pasar rápidamente entre sentirse mal y sentirse bien
- Cambios en los hábitos de sueño y alimentación
- Faltar a citas o compromisos importantes
- Tener problemas en el trabajo o la escuela
- Tener problemas en las relaciones personales o familiares

¿Se puede prevenir el consumo de drogas y la adicción?

Es posible prevenir el consumo de drogas y la adicción. Los programas de prevención que involucran a familias, escuelas, comunidades y los medios de comunicación pueden prevenir o reducir el consumo de drogas y la adicción. Estos programas incluyen educación y divulgación para ayudar a las personas a comprender los riesgos del consumo de drogas.

Efectos de las drogas en el sistema nervioso

Los efectos negativos de las drogas en el sistema nervioso son diversos. Sus principales víctimas son los neurotransmisores, las sustancias que permiten que nuestro sistema cerebral funcione correctamente como la endorfina, la serotonina y la dopamina.

El consumo de cocaína, por ejemplo, altera el córtex prefrontal, la zona que controla el comportamiento y la capacidad de decisión, hasta el punto de provocar convulsiones y sufrimientos comparables a los de la esquizofrenia paranoide. El efecto de las drogas sobre el sistema nervioso es muy insidioso, ya que ese breve placer inicial cuesta lapsos de memoria en el cerebro comparables a los de los ancianos, lo que conduce a la demencia temprana y al Alzheimer.

Entre los efectos negativos de las drogas en el sistema nervioso destacan:

Alteración del funcionamiento cerebral que cambia la producción, la liberación o la degradación de los neurotransmisores cerebrales. Provoca la modificación del proceso natural de intercomunicación neuronal.
La disminución de la capacidad de aprendizaje, de memorización, la capacidad afectiva y el juicio crítico. Se ha observado que también afecta a los circuitos cerebrales involucrados en la motivación y la toma de decisiones.
Entre los efectos del consumo de drogas en personas jóvenes hay un menor control de los impulsos, dificultades para coordinar bien sus movimientos y tendencia a la agresividad. En personas muy jóvenes los efectos psicológicos de las drogas pueden ser graves, por ejemplo: el consumo de marihuana y similares, hace que exista un mayor peligro de sufrir trastornos psicológicos y psiquiátricos que pueden desembocar en la esquizofrenia.

El efecto de las drogas en el cerebro:

Las drogas pueden alterar zonas importantes del cerebro que son necesarias para las siguientes funciones vitales:

- Los ganglios basales: cumplen una función importante en las formas positivas de motivación.
- La amígdala extendida: cumple una función en las sensaciones estresantes como la ansiedad, la irritabilidad y la inquietud.
- La corteza prefrontal: dirige la capacidad de pensar, planificar, resolver problemas, tomar decisiones y controlar los propios impulsos.
- El abuso de drogas puede alterar la estructura y el funcionamiento del cerebro de una persona, lo que provoca efectos psicológicos a largo plazo como:

- depresión
- ansiedad
- trastorno de pánico
- aumento de la agresividad

-
-
- paranoia
- disociación (despersonalización/desrealización)
- alucinaciones.

Además, el consumo de drogas genera cambios de humor, episodios de psicosis (pérdida de contacto con la realidad) y, como ya se ha mencionado antes, a largo plazo también afecta a la memoria, al aprendizaje y a la concentración.

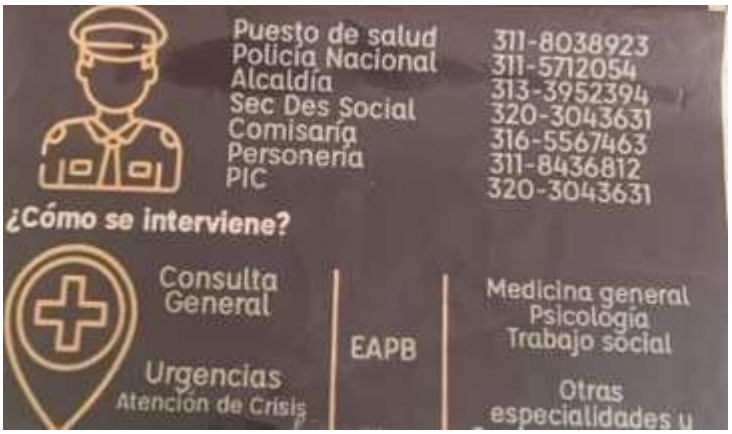
Bajo los efectos de la droga también se crea una memoria distorsionada de las percepciones y sensaciones. Otro daño que causa la droga es el alejamiento de los seres queridos y amigos.

Efectos físicos de las drogas

Hay otros efectos de las drogas a corto y largo plazo, que pueden llevar a consecuencias físicas:

- Las drogas pueden conducir a comportamientos de riesgo como la conducción temeraria. Las drogas afectan gravemente a la capacidad de atención, impidiendo la destreza, el estado de alerta y los reflejos, normalmente necesarios para una conducción adecuada y segura.
- Mayor probabilidad de cometer agresiones u otros actos violentos..
- Experimentar dificultades para dormir (puede ser una de las causas de insomnio), para pensar, razonar, recordar y resolver problemas.
- Daños en el sistema nervioso y en órganos: garganta, estómago, pulmones, hígado, páncreas, corazón y cerebro.
- Enfermedades infecciosas por inyecciones compartidas.
- Acné o lesiones cutáneas. Los efectos de las drogas en la cara pueden ser los primeros signos identificables del abuso de estas sustancias y de las enfermedades sistémicas relacionadas.
- Marcas de agujas y venas quemadas. Son los efectos más visibles del consumo de droga en la piel, como líneas de pequeños puntos oscuros (pinchazos) rodeados de una zona de piel oscurecida o aclarada.
- Calvicie.
- Crecimiento de vello facial (en el caso de las mujeres).
- Problemas en la mandíbula y en los dientes por apretar y rechinar los dientes. Las caries, la pérdida de dientes, la inflamación de las encías y la halitosis son algunos de los efectos más comunes de las drogas en la dentadura.

RUTA CONSUMO SPA (manejada en Vilapinzón)



Promoción y Prevención

La promoción de la salud según la Carta de Ottawa de 1986 es la estrategia que proporcionar a las comunidades los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma; lo que implica fomentar estilos de vida saludables y reducir los precursores de la enfermedad; en este sentido, lo que busca la promoción de la salud es aminorar los problemas que favorecen el desarrollo de la enfermedad a través de propuestas integradoras de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.
Por otro lado, la promoción de la salud también se ha definido como el proceso de capacitar a las personas para que aumenten el control sobre su salud, definición que la incluye como un concepto

de educación para la salud. La educación para la salud y la promoción de salud están estrechamente entrelazadas, siendo la educación para la salud una herramienta y un vehículo que, al ser desarrollada en conjunto con la participación activa de las personas, se transforma en promoción de la salud. Actualmente la promoción de salud se ha convertido en un ejercicio que implica aspectos como la educación, formación, investigación, legislación, coordinación de políticas y desarrollo comunitario.

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) en 1996 propone "Un marco para la Promoción de Salud" donde plantea que existen tres desafíos y tres estrategias de implementación para la promoción de la salud.

Desafíos:

- La reducción de la desigualdad.
- Incrementar la prevención.
- Incrementar la capacidad de afrontamiento.

Estrategias de implementación:

- El autocuidado y ayuda mutua.
- Creación de entornos saludables o condiciones adecuadas.
- Creación de entornos que favorezcan la salud.

La prevención está constituida por una gran variedad de actividades que buscan fomentar estilos de vida saludables y limitar en la medida de lo posible la aparición de ciertas condiciones de salud; así mismo, la prevención incluye la detección temprana de enfermedades a través de actividades como la tamización.

Al igual que el concepto de promoción, la prevención también surgió en la 1o Conferencia Internacional de Otawa de Promoción de la Salud, no obstante, desde entonces este término ha sido relegado en varias ocasiones hasta el punto en el que la mayoría de los sistemas de salud están basados en un enfoque curativo y no en uno basado en la prevención y promoción; lo que ha llevado a que actualmente la educación en salud tenga una mayor orientación hacia estos dos conceptos.

Estrategias de promoción y prevención

La promoción de la salud se definió en Ottawa, 1986, como una estrategia que proporciona a una población control sobre su salud, es decir, por naturaleza la promoción equivale a una estrategia en salud. En este sentido la promoción de la salud como estrategia puede ser abordada a partir de los siguientes escenarios: social, ambiental, interpersonal e individual; con un enfoque en los determinantes sociales, las políticas públicas y contextos de prevención y motivación hacia los estilos de vida saludable.

2.3 Descripción del material didáctico utilizado

Folleto educativo
Ruta consumo de
SPA

2.4

2.5 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.

Durante la ejecución de la actividad se presentaron las siguientes inquietudes por parte de los asistentes: ¿que producen las sustancias psicoactivas en el cuerpo de la persona que lo consume?, ¿porque se hace adictiva las sustancias psicoactivas?, ¿si se reporta un caso se puede hacer de manera anónima?; cabe resaltar que cada inquietud fue resuelta por parte del profesional.

3. Conclusiones y recomendaciones

Al finalizar la sesión se cumple con el objetivo principal de educar y concientizar a los asistentes en cuanto a la Prevención del consumo problemático de sustancias psicoactivas (SPA).

Desarrollo de la Actividad

1. Descripción de la población asistente

La reunión se realiza con Andry Garzon referente de vigilancia basada en comunidad de la alcaldía municipal de Vilapinzón, perteneciente al grupo de la adolescencia.

2. Metodología de la actividad realizada

Como primer paso se solicita el numero de la persona encargada del programa en la alcaldía con el fin de trabajar articuladamente para poder conformar el REVCOM, posterior se programa reunión donde se focaliza y prioriza las personas a conformar el grupo pertenecientes a diferentes edades y zonas de trabajo para la conformación de este grupo se utilizaron bases de datos de las reuniones realizadas anteriormente con directorio telefónico se procede para llamar y crear el grupo sin embargo también se publica poster para quienes deseen inscribirse la idea es ir aumentado el numero de integrantes de igual manera se deja estipulado el tema a tratar en la próxima reunión

teniendo en cuenta las problemática del municipio Intoxicaciones por sustancias químicas y manejo seguro de la pólvora

2.1 Actividad lúdica de inicio

No aplica

2.2 Explicación del tema

La Red de Vigilancia en Salud Pública con base comunitaria es un componente de la estrategia de vigilancia de rumores, clave para la identificación temprana por parte de actores comunitarios de eventos o situaciones que pueden afectar el estado de salud de una población. La Red de Vigilancia se distingue como una fuente valiosa de información, por esta razón ha sido desarrollada, fortalecida y articulada con diversos subsistemas de vigilancia en salud existentes en los territorios. Así mismo, la Red de Vigilancia sirve como puente de articulación y diálogo entre lo institucional y lo comunitario.
La implementación de la Red de Vigilancia en cualquier territorio del país, debe partir de la siguiente premisa: esta vigilancia no actúa sobre las comunidades vistas como objetos, al contrario, se integra e interactúa con los sujetos y las redes en las cuales se desenvuelven las comunidades. La Red de Vigilancia es un espacio en el cual se realiza análisis participativo de problemáticas de interés en salud pública que afectan a la comunidad, como mecanismo de participación social en donde los grupos, las organizaciones, las instituciones o los diferentes sectores sociales intervienen en el abordaje de problemáticas y procesos que afectan su salud y calidad de vida, desde esta mirada se entiende la salud como un producto complejo en donde interactúan las redes sociales comunitarias con las condiciones de vida de la población. Por lo que es de suma importancia que en este espacio se permita la participación activa de los asistentes, mediante la interlocución de experiencias y búsquedas de soluciones y respuestas a las situaciones que les aquejan; identificando necesidades de su contexto y así propiciando la movilización para la gestión de respuestas integrales, articulación en espacios de consejos de salud y ciudadanos. Es importante que en los territorios se lleven a cabo estos espacios, mediante una metodología ordenada y sistemática que contribuya al fortalecimiento de la estrategia de Red de Vigilancia.

REVCOM significa Red de Vigilancia Epidemiológica Basada en Comunidad, una estrategia de salud pública para la detección temprana de eventos de interés en salud, implementada principalmente en Colombia. Está formada por ciudadanos voluntarios (vigías y gestores comunitarios) que actúan como los "ojos y oídos" de las autoridades de salud en sus comunidades, reportando posibles alertas.

Detección y reporte: Los miembros de la REVCOM identifican y notifican a las autoridades de salud sobre situaciones o brotes que puedan representar un riesgo para la salud pública.

Participación comunitaria: Involucra activamente a la comunidad en la gestión de su propia salud, desde líderes locales hasta ciudadanos comunes.
Canal de comunicación: Sirve como un enlace entre la comunidad y las autoridades de salud, facilitando la respuesta rápida y coordinada.
Capacitación: Se capacita a los vigías y gestores para que fortalezcan sus habilidades en la identificación y el reporte de estas alertas.
Integración con el sistema nacional: La REVCOM está integrada al Sistema Nacional de Vigilancia en Salud Pública (SIVIGILA) en Colombia.

¿Quiénes participan?

Vigías comunitarios: Ciudadanos que, sin tener antecedentes de trabajo comunitario, participan en la detección.
Gestores comunitarios: Personas que ya tienen experiencia en trabajo comunitario, como maestros, líderes religiosos o líderes de acción comunal

2.3 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.

Mas que una inquietud a modo de sugerencia se refiere por parte del referente de la alcaldía en trabajar siempre articuladamente con el fin de ir fortaleciendo la REVCOM t que de esta manera se inscriban mas usuarios que los espacios y los temas siempre sean consensuados entre las dos partes para el aprovechamiento de los espacios y el tiempo.

3. Conclusiones y recomendaciones

Se cumple con el objetivo de Identificar y conformar del grupo comunitario de vigilancia en salud con el fin de fortalecer las capacidades de líderes, corresponsales y actores sociales para el ejercicio de la vigilancia comunitaria en salud pública, fomentando la detección temprana de alertas y el reporte oportuno de situaciones de riesgo.

1. Descripción de la población asistente
La población beneficiaria durante esta actividad fue 15 adolescentes inscritos; cabe resaltar que no se presentaron asistentes con discapacidad ni vulnerabilidad.

Desarrollo de la Actividad
1. Descripción de la población asistente
Se ejecutó la actividad con 10 personas, de diferente género y con actividades laborales diferentes; cabe resaltar que no se presentaron asistentes con discapacidad ni vulnerabilidad.

2. Metodología de la actividad realizada
Como primera instancia se estableció el recorrido a realizar estableciendo una vereda que fuera cercana al

municipio como lo fue la vereda quincha luego se realiza pieza publicitaria para publicar en redes sociales personales con el fin de convocar a los asistentes estableciendo como punto de encuentro a un costado del parque principal de Vilapinzón; para el desarrollo de la actividad primero se realiza registro de asistencia.

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO
DE SALUD
GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA

Código: M-PDS-GSP-FR-029
Versión: 02

Información de Actividades

PIC

Fecha de Aprobación: 17 de
enero 2025.

Luego se llevó a cabo la caminata en grupo, manteniendo un ritmo controlado, haciendo pausas breves y supervisando el estado físico de los participantes. Pausa Activa e Hidratación:
Al finalizar el recorrido se dispuso un espacio para hidratación y agradecimiento por parte del profesional

2.1 Actividad lúdica de inicio
Se realiza un precalentamiento:
Movilidad articular y dinámica
Objetivo: Preparar las articulaciones y músculos para el movimiento.

• Movimientos articulares: Realiza círculos suaves con las articulaciones del cuello, hombros, codos, muñecas, cadera, rodillas y tobillos.
• Saltos de tijera (jumping jacks): Abre y cierra las piernas y los brazos simultáneamente.
• Zancadas: Da un paso largo hacia adelante y dobla ambas rodillas, manteniéndolas en línea recta con los dedos del pie.
• Toques de pies: Inclínate para tocar las puntas de los pies, alternando con la otra pierna.
• Elevación de rodillas: Lleva las rodillas hacia el pecho.

2.2 Explicación del tema
El sedentarismo es definido como la falta de actividad física regular, tiene consecuencias perjudiciales para la salud física y mental, aumentando el riesgo de obesidad, enfermedades cardiovasculares (como infartos y ACV), diabetes tipo 2, ciertos tipos de cáncer y problemas óseos como la osteoporosis. También puede causar deterioro mental, incluyendo mayor probabilidad de ansiedad, depresión, insomnio y una menor capacidad cognitiva.
Consecuencias físicas
• Enfermedades cardiovasculares: Aumenta el riesgo de infartos, presión arterial alta y accidentes cerebrovasculares.
• Enfermedades metabólicas: Incrementa la probabilidad de desarrollar diabetes tipo 2 y síndrome metabólico, al afectar la forma en que el cuerpo procesa grasas y azúcares.
• Control de peso y masa muscular: Conduce a un menor gasto calórico, lo que favorece el aumento de peso y la pérdida de masa muscular y resistencia.
• Salud ósea: Los huesos se debilitan y pierden contenido mineral, lo que incrementa el riesgo de osteoporosis y caídas.

DE SALUD
GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA

Código: M-PDS-GSP-FR-029
Versión: 02

Información de Actividades

PIC

Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025.

• Sistema inmunológico: Puede debilitar el sistema inmunitario, haciéndolo menos eficiente en su funcionamiento.
• Inflamación: Puede generar un aumento de la inflamación en el cuerpo.
• Consecuencias mentales y emocionales
• Salud mental: Está asociado con un mayor riesgo de depresión, ansiedad y estrés.
• Función cerebral: Pasar mucho tiempo sentado puede afectar negativamente los neurotransmisores en el cerebro.
• Calidad del sueño: Se relaciona con el insomnio.

La caminata saludable es importante porque beneficia el cuerpo y la mente al mejorar la salud cardiovascular, muscular y ósea, además de ayudar a prevenir y controlar enfermedades crónicas como la diabetes y la hipertensión. También contribuye al bienestar mental, reduciendo el estrés y la ansiedad, mejorando el estado de ánimo, el sueño y la concentración.
Beneficios físicos
• Salud cardiovascular: Fortalece el corazón, mejora la circulación, reduce el colesterol LDL ("malo") y aumenta el HDL ("bueno"), y ayuda a disminuir la presión arterial.
• Control de peso: Quema calorías y grasa, facilitando la pérdida o el mantenimiento de un peso saludable.
• Salud ósea y muscular: Fortalece los huesos y músculos, reduce el dolor de las articulaciones (como en la artrosis) y mejora el equilibrio y la coordinación.
• Prevención de enfermedades: Ayuda a prevenir o controlar afecciones como enfermedades cardíacas, diabetes tipo 2, accidentes cerebrovasculares y ciertos tipos de cáncer.
• Otros beneficios: Mejora la salud respiratoria, reduce la hinchazón en piernas y tobillos, y puede ayudar con el estreñimiento.
Beneficios mentales y emocionales
• Mejora del estado de ánimo: Aumenta la sensación de bienestar y puede reducir la ansiedad y la depresión.
• Mayor agudeza mental: Mejora la memoria, la concentración, la alerta y la función cognitiva.
• Mejora del sueño: Contribuye a dormir mejor.
• Reducción del estrés: Ayuda a liberar la tensión y el estrés acumulado.

2.3 Descripción del material didáctico utilizado
No aplica

Código: M-PDS-GSP-FR-029
Versión: 02

Información de Actividades

PIC

Fecha de Aprobación: 17 de
enero 2025.

2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.
Las inquietudes manifestadas por los asistentes fueron las siguientes: ¿cada cuanto se recomienda realizar actividad física?, ¿Por qué es importante realizar precalentamiento?; cabe resaltar que todas las inquietudes fueron resultas por el profesional.

3. Conclusiones y recomendaciones
Se cumple con el propósito inicial de realizar la caminata saludable sin embargo a pesar de publicar la invitación con anterioridad se presentaron pocos asistentes, pero se decidió realizar la caminata para ya programada para respetar los espacios de los asistentes

usuarios en salud para la Ruta de promoción y mantenimiento de la salud, de igual manera se informa que durante la caracterización en el entorno hogar no se canalizo a ningún usuario para servicios sociales

ACTIVIDADES DEL CORRESPONSAL

YEIMY RUIZ

CORRESPONSAL DE SALUD:

Realizar gestión ante las entidades competentes sobre los procesos administrativos y/o sociales de la población caracterizada con el fin de disminuir barreras a los servicios de salud y/o sociales.

Se realizaron alrededor de 22 gestiones para los siguientes servicios:

Salud oral	**4**
Medicina general	**6**
Ecografías	**3**
vacunación	**6**
Oftalmología	**2**
Prueba cognitiva	**1**

Se canalizaron por parte de APS concurrencia 53 canalizaciones de las cuales fueron los siguientes grupos poblacionales.

Población canalizada a los diferentes servicios de salud

Servicios de salud	Niños	Adolescentes	Adultos	Vejez	Total
Medicina General	0	1	6	1	8

Servicios de salud	Niños	Adolescentes	Adultos	Vejez	Total
Odontología	2	2	2	0	6

Servicios de salud	Niños	Adolescentes	Adultos	Vejez	Total
Vacunación	1	2	4	0	7

Servicios de salud	Niños	Adolescentes	Adultos	Vejez	Total
Citologías	0	0	4	0	4

Servicios de salud	Niños	Adolescentes	Adultos	Vejez	Total
Tamizaje visual	1	3	0	0	4

Servicios de salud	Niños	Adolescentes	Adultos	Vejez	Total
Consulta del joven	0	2	0	0	2

Servicios de salud	Niños	Adolescentes	Adultos	Vejez	Total
Ecografía	0	0	3	0	3

Servicios de salud	Niños	Adolescentes	Adultos	Vejez	Total
Crecimiento y Desarrollo	4	0	0	0	4

Servicios de salud	Niños	Adolescentes	Adultos	Vejez	Total
cronicos	0	0	2	2	4
oftalmología	0	0	3	0	3

Servicios de salud	Niños	Adolescentes	Adultos	Vejez	Total
Pediatría	0	0	0	0	0

Servicios de salud	Niños	Adolescentes	Adultos	Vejez	Total
Cirugia general	0	0	0	0	0

Servicios de salud	Niños	Adolescentes	Adultos	Vejez	Total
Nutrición	0	0	1	0	1

2. **Metodología de la actividad realizada**

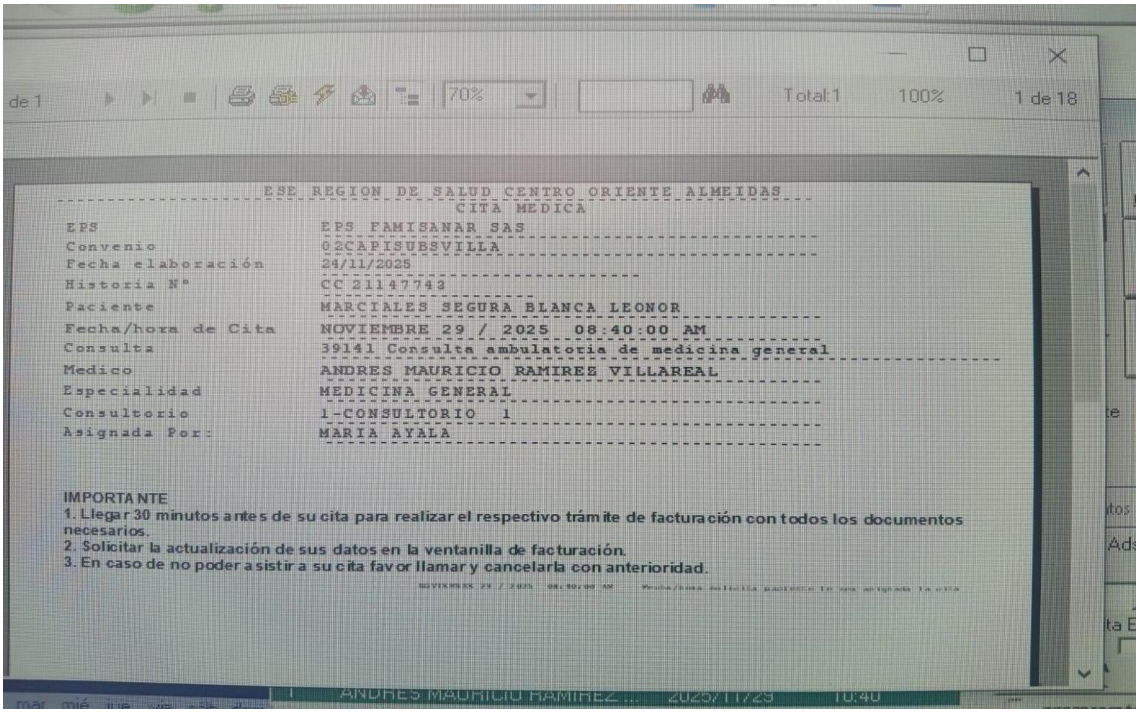
Las auxiliares de enfermería realizan visitas domiciliarias, en los micro territorios asignados en las veredas la joya y chinquira en el cual verifican estado de salud de las personas, asistencia a centros asistenciales, en donde realizan las respectivas canalizaciónes a los diferentes servicios de salud, la corresponsal realiza el respectivo trámite Para el agendamiento oportuno de citas se realizó de manera presencial en el puesto de salud y vía WhatsApp de las citas que se tenía agenda disponible, se realiza el llamado a los usuarios para su respectiva citación

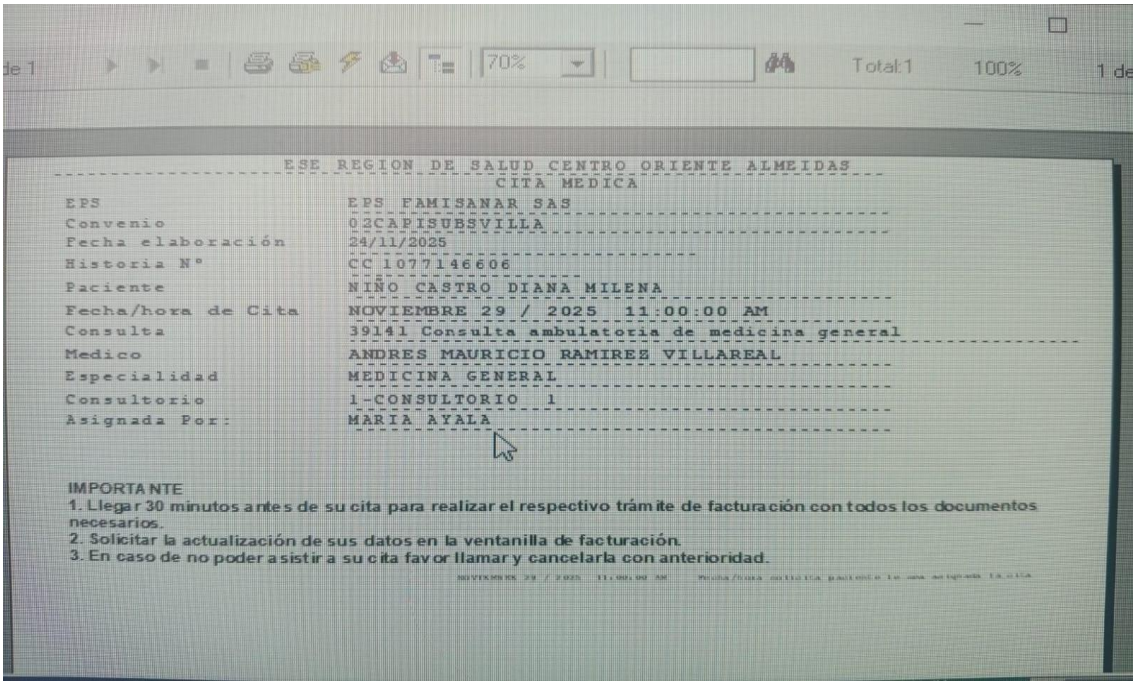
Conclusiones

Se tuvieron dificultades para el agendamiento de algunas citas porque no se cuenta con la agenda disponible para su respectivo servicio.

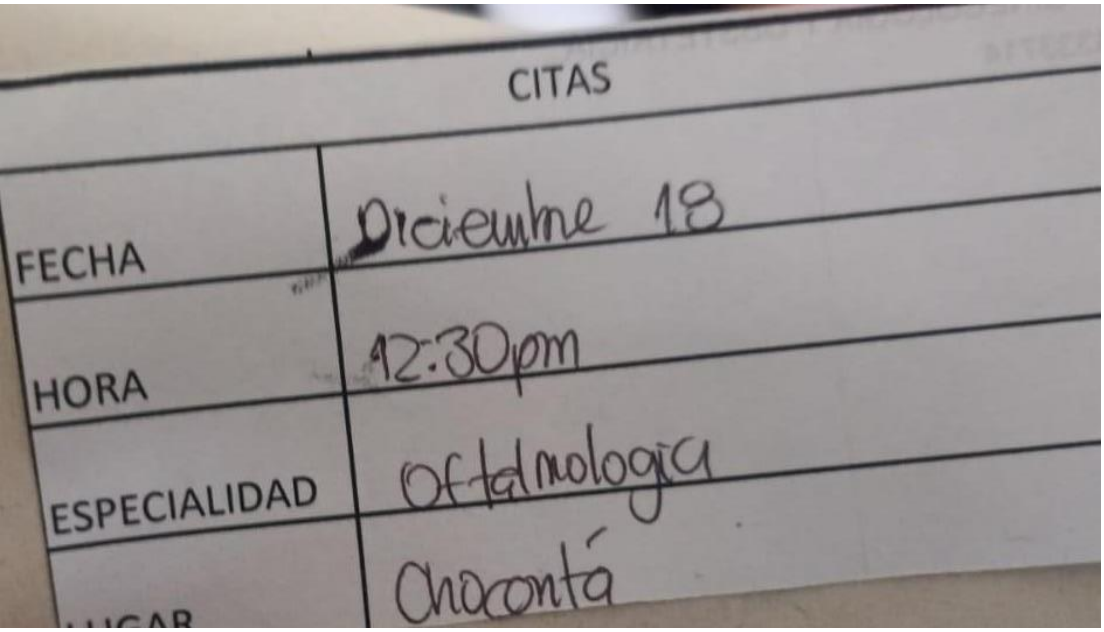
Registro fotográfico

Gobernación de Cundinamarca	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA	Código: M-PDS-GSP-FR-029
		Versión: 02
	Información de Actividades PIC	Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025.





ESE REGION DE SALUD CENTRO ORIENTE ALMEIDAS
CITA MEDICA

EPS	EPS FAMISANAR SAS
Convenio	02CAPISUBSVILLA
Fecha elaboración	24/11/2025
Historia N°	CC 1077146606
Paciente	NIÑO CASTRO DIANA MILENA
Fecha/hora de Cita	NOVIEMBRE 29 / 2025 11:00:00 AM
Consulta	39141 Consulta ambulatoria de medicina general
Medico	ANDRES MAURICIO RAMIREZ VILLAREAL
Especialidad	MEDICINA GENERAL
Consultorio	1-CONSULTORIO 1
Asignada Por:	MARIA AYALA

IMPORTANTE
1. Llegar 30 minutos antes de su cita para realizar el respectivo trámite de facturación con todos los documentos necesarios.
2. Solicitar la actualización de sus datos en la ventanilla de facturación.
3. En caso de no poder asistir a su cita favor llamar y cancelarla con anterioridad.