Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC	
Municipio	ANOLAIMA
Lugar	BIBLIOTECA MUNICIPAL CENTRO POBLADO LA FLORIDA
Fecha	02 DICIEMBRE 2025
Tema	ExpresArte por la Salud Mental
Entorno	EDUCATIVO – COMUNITARIO
Objetivo	Implementar espacios de expresión de emociones, sentimiento, pensamientos de niños, niñas, adolescentes, jóvenes, a través del arte, pintura, diseño de murales con mensajes positivos de bienestar emocional para fortalecer el desarrollo integral, la comunicación, su salud mental en el marco de oferta de los programas sociales, deportivos y/o culturales del municipio.
RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos):	ANA MILENA GUACANEME TORRES
Número Documento de identidad del responsable de la actividad	1.068.929.042
Soporte listado de asistencia A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS – formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091.	

Desarrollo de la Actividad.

1. **Descripción de la población asistente:**

Este taller se realizó con los niños asistentes al programa de modalidad familiar del ICBF, contando con la participación de 10 niños pertenecientes al programa de primera infancia, participaron de una manera creativa y participativa en compañía de sus padres de familia.

2. Metodología de la actividad realizada

La actividad “ExpresArte por la Salud Mental” se desarrolló como un espacio pedagógico y creativo dirigido a niños y niñas de primera infancia pertenecientes a la modalidad familiar del ICBF. La metodología inició con una bienvenida lúdica donde se presentó el propósito del taller: promover el reconocimiento de las emociones y fortalecer el bienestar emocional a través del arte. Se emplearon dinámicas breves de activación como juegos de imitación de emociones y movimientos corporal para generar confianza, participación espontánea y un ambiente seguro.

Posteriormente, se introdujo el tema central mediante una explicación sencilla y adaptada al nivel de desarrollo de los niños, resaltando la importancia de identificar emociones como la alegría, la tristeza, el enojo y el miedo, y la manera en que el arte ayuda a expresarlas de forma sana. Se mostraron ejemplos visuales de colores y formas que representan diferentes emociones, permitiendo que cada niño identificara qué sentía en ese momento y cómo podía plasmarlo en su creación. Se invitó a las familias participantes a acompañar el proceso, favoreciendo la comunicación afectiva y la validación emocional.

Finalmente, se desarrolló la actividad principal de pintura y diseño de pequeños murales. A cada niño se le entregaron materiales artísticos para crear dibujos con mensajes positivos relacionados con la salud mental, el autocuidado y el bienestar emocional. Durante el proceso se brindó acompañamiento individual, reforzando expresiones de creatividad, escucha y regulación emocional. El cierre incluyó una socialización grupal donde los niños mostraron sus obras y compartieron el mensaje que quisieron transmitir, fortaleciendo la autoestima, la participación y la expresión emocional.

2.1 Actividad lúdica de inicio

Como actividad lúdica de apertura se realizó el juego "La Caja de los Gestos", en el cual los niños sacaban al azar una tarjeta con una emoción básica representada por un dibujo simple; al verla, debían expresarla únicamente mediante gestos y movimientos corporales. Los demás participantes intentaban adivinar de qué emoción se trataba, promoviendo la interacción, el reconocimiento emocional y un ambiente de confianza antes de iniciar la actividad artística. Esta dinámica permitió que los niños se activaran, se motivaran y entraran en disposición positiva para el desarrollo del taller "ExpresArte por la Salud Mental"

2.2 Explicación del tema

El tema "ExpresArte por la Salud Mental" se fundamenta en la importancia de reconocer que las emociones son parte natural del desarrollo y que, desde la primera infancia, los niños necesitan espacios seguros para expresarlas. La salud mental no es solo la ausencia de dificultades, sino la capacidad de comprender lo que sentimos, comunicarlo y recibir apoyo de los adultos que nos rodean. En esta actividad se enfatizó que los niños experimentan emociones intensas y cambiantes, y que el arte se convierte en una herramienta accesible y significativa para ayudarlos a darles forma y sentido.

Se explicó que el arte a través del color, las formas y la creatividad permite que los niños expresen incluso aquello que aún no pueden verbalizar. Pintar, trazar líneas o elegir un color ayuda a que los niños reconozcan cómo se sienten y logren liberar tensiones de manera positiva. A las familias se les indicó que permitir estas expresiones artísticas facilita el desarrollo emocional, mejora la comunicación afectiva y crea vínculos más seguros. El objetivo no era que las creaciones fueran "bonitas", sino que representaran lo que el niño quería mostrar de sí mismo.

Otro aspecto central del tema fue el bienestar emocional, entendido como la capacidad de los niños para sentirse acompañados, valorados y tranquilos en su entorno familiar y comunitario. Se resaltó que cuando los adultos escuchan, observan y validan las expresiones emocionales de los niños, ellos desarrollan mayor confianza y seguridad. Se mencionó que el juego y el arte funcionan como lenguajes naturales de la primera infancia y deben ser aprovechados para fortalecer la regulación emocional y el autocuidado desde temprana edad.

Finalmente, se relacionó la actividad artística con mensajes positivos sobre salud mental. A los niños se les presentó la idea de que pintar también puede servir para enviar “mensajes bonitos” a sí mismos y a los demás, como recordatorios de calma, alegría, amistad o valentía. Se invitó a las familias a observar cómo sus hijos representaban estas ideas y a reforzarles que expresar emociones no es algo malo, sino una forma de cuidarse. Así, la actividad se convirtió en un espacio de aprendizaje emocional, creatividad y conexión afectiva que fortalece la salud mental en la primera infancia.

2.3 Descripción del material didáctico utilizado

Para el desarrollo del taller se utilizaron materiales didácticos adecuados para la primera infancia, incluyendo hojas blancas y cartulinas de diferentes tamaños, crayolas, marcadores gruesos, pinceles y esponjas para facilitar la creación de murales y dibujos libres. También se emplearon tarjetas ilustradas con expresiones emocionales básicas, útiles para orientar a los niños en la identificación y representación de sus emociones a través del arte. Además, se dispuso de manteles plásticos, recipientes para agua y paños de limpieza para garantizar un espacio seguro, ordenado y propicio para la expresión creativa. Estos materiales

permitieron que los niños exploraran colores, texturas y formas de manera libre, favoreciendo su participación activa y la expresión emocional.

2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes

¿Qué hago cuando mi hijo no quiere expresar cómo se siente y solo se queda callado?
Respuesta: Se explicó que es normal que algunos niños prefieran observar antes de participar. Se recomendó no presionarlos, sino ofrecer opciones como dibujos, gestos o colores para que expresen sus emociones a su propio ritmo, reforzando siempre la seguridad y la confianza.

¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a manejar la frustración cuando algo no le sale bien en el dibujo o en sus actividades?
Respuesta: Se orientó a las familias a validar la emoción primero (“veo que estás frustrado”), luego acompañar con calma y ofrecer alternativas, como pedir ayuda, intentar nuevamente o cambiar de actividad. Se resaltó la importancia de modelar paciencia y autocontrol.

¿Qué significa cuando mi hijo usa colores muy oscuros o repite siempre los mismos colores?
Respuesta: Se aclaró que en la primera infancia la elección de colores no siempre está relacionada con un estado emocional específico. El uso repetitivo puede reflejar preferencias o exploración sensorial. Aun así, se recomendó observar cambios repentinos y acompañar con diálogo y contención.

¿Cómo puedo reforzar estos mensajes positivos sobre salud mental en casa si no tengo muchos materiales?

Respuesta: Se indicó que no es necesario tener materiales especiales; se pueden usar hojas recicladas, lápices y objetos del hogar. Lo esencial es dedicar espacios breves para conversar, dibujar juntos y fomentar mensajes de autoestima, tranquilidad y expresión emocional en el día a día.

3. Conclusiones y recomendaciones

En conclusión, la actividad “ExpresArte por la Salud Mental” permitió generar un espacio artístico, seguro y significativo para que los niños y niñas de primera infancia expresaran sus emociones mediante el color y la creatividad. La participación activa evidenció que, a través del arte, los niños pueden comunicar lo que sienten incluso cuando aún no cuentan con todas las habilidades verbales. Asimismo, se fortaleció el vínculo afectivo entre los niños y sus cuidadores, quienes acompañaron el proceso y se involucraron de manera positiva en la dinámica emocional.

El taller evidenció que las familias requieren herramientas sencillas para comprender las emociones de sus hijos y acompañarlos de forma adecuada. Las inquietudes manifestadas reflejaron el interés de los adultos por mejorar la comunicación emocional en el hogar y apoyar el desarrollo socioafectivo. Se evidenció también que el arte resulta una estrategia efectiva para la autorregulación, la exploración emocional y la promoción del bienestar, especialmente en contextos de primera infancia donde el juego y la expresión simbólica son fundamentales.

Como recomendación, se sugiere continuar promoviendo espacios de expresión creativa dentro de la modalidad familiar, reforzando la importancia de validar las emociones y acompañar a los niños con paciencia y escucha activa. También se recomienda a los cuidadores integrar pequeños momentos artísticos en la rutina del hogar, aun con materiales simples, para fortalecer la comunicación emocional. Finalmente, se propone seguir desarrollando talleres que involucren arte, juego y diálogo afectivo, permitiendo a los niños construir herramientas de bienestar emocional desde sus primeras etapas de desarrollo.

4. 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.**



