SECRETARIA DISTRITAL DE SALUD

SUBSECRETARIA DE SALUD PÚBLICA

ACCIÓN O PROCESO INTEGRAL E INTEGRADO: Cuidado Continúo por una vida con Bienestar

LINEA OPERATIVA O SUBPROCESO: Desarrollo de capacidades para la promoción de la salud y bienestar

ACCIÓN DE BIENESTAR: 23 - Sesiones educativas para el bienestar con los gestores en las barras futboleras

VIGENCIA: OCTUBRE 1 DE 2025 A 30 DE JUNIO 2027

Bogotá D.C. 2025

BOGOTÁ | SECRETARÍA DE SALUD

Contenido

1. Conceptualización de los elementos centrales de la acción de bienestar o acción de gestión para el bienestar ..... **¡Error! Marcador no definido.**

2. Descripción de la acción de bienestar o acción de gestión para el bienestar: ..... **¡Error! Marcador no definido.**

3. Indicadores ..... **¡Error! Marcador no definido.**

- Control de cambios 9

FICHA TÉCNICA ACCIÓN DE BIENESTAR: Sesiones educativas para el bienestar con gestores en las barras futboleras

1. Conceptualización de los elementos centrales de la acción de bienestar

Las o los gestores de las barras La Guardia Albirroja Sur, Comandos Azules, Blue Rain, Los del Sur Bogotá, La Nación Verdolaga y el Disturbio Rojo; actuarán como lideres o lideresas de estas y enlaces que promoverán cambios positivos a partir de las problemáticas identificadas, fomentando una cultura del cuidado y el bienestar integral participando activamente de la Educación para la Salud Pública (ESP) - Educación Transformadora, representando a la barra y actuando en equipo con profesionales (psicóloga o educador físico) o a nivel individual.

Reconociendo sus potencialidades, movilizaran los aspectos de la planeación y durante la ejecución, implementaran las distintas sesiones con las personas de las barras o con las comunidades cercanas a estas en los territorios a fin de propiciar escenarios de intercambio y de reconocimiento del actuar de las barras en la sociedad aportando a la disminución del estigma.

1.1 Objetivo General

Mejorar prácticas de cuidado colectivo que aporten el desarrollo de espacios seguros para la promoción de la convivencia y el desarrollo de estilos de vida saludables implementando sesiones educativas con las barras futboleras o comunidad general para aportar a la disminución del estigma asociado al barrismo.

2. Descripción de la acción de bienestar

Descripción de la acción: Esta acción de bienestar corresponde a la línea operativa de desarrollo de capacidades para la promoción de la salud y el bienestar y sus acciones de Educación para la Salud Pública (ESP) - Educación Transformadora serán implementadas en los espacios de encuentro donde se reconozcan los sentires, experiencias, prácticas y saberes de las barras y demás personas y propiciarán a través del diálogo las reflexiones colectivas sobre las realidades de mujeres y hombres que encuentran en sus colectivos escenarios de disfrute y fortalecimiento de su propósito como aficionados al fútbol, y que de ser encaminados al mejoramiento de prácticas para el bienestar de la mejor manera posible, servirán como herramienta e instrumento para propiciar escenarios y contextos saludables. Este proceso busca aportar a la implementación de la Política Distrital de Salud Mental y la Política de Juventud del Distrito.

Las sesiones educativas pueden darse en sesiones únicas cuidadosamente planeadas para responder a un momento concreto, una necesidad identificada desde las barras e incluso con otros sectores o una coyuntura particular.

Además, podrán realizarse en grupos de población barrista o población general en forma de proceso según necesidad y dinámica poblacional contando cada acción de articulación y de ejecución como una sesión.

Momento de Curso de vida: Adolescencia, Juventud y Adultez.

Contenidos mínimos: Sana convivencia, gestión del estrés y las emociones, prevención de lesiones, alimentación e hidratación, recomendaciones de seguridad por uso de pólvora y movilidad y seguridad vial.

Sana convivencia: Invita a promover un ambiente de respeto desde la barra y con las otras barras que en el marco del barrismo propicie un buen comportamiento en estadios, sus alrededores y en las localidades. La sana convivencia en el fútbol no solo se limita al terreno de juego, sino que también se extiende a las relaciones interpersonales y al desarrollo de valores importantes para la vida cotidiana en todos los momentos del curso de vida y con la importancia de ampliar la mirada a los entornos y contextos propicios donde el tema pueda abordarse.

Gestión del estrés y las emociones: Invita a identificar las causas del estrés, las emociones, desarrollar estrategias para manejar el estrés y la gestión emocional y mantener una adecuada respuesta en la cotidianidad haciendo uso de técnicas de relajación promoviendo las capacidades individuales de quienes participen.

También permitirá abordar a la población en todos los cursos de vida con el fin de transformar la imagen de las barras mediante actividades que planteen y movilicen nuevos significados alrededor del compromiso por llevar mensajes que rescaten el respeto por la vida desde las diferencias.

Prevención de lesiones: Dada la práctica del futbol aportará desde una combinación de preparación física, técnica adecuada y cumplimiento de normas de seguridad dando lugar a que cada mujer o hombre mantenga el calentamiento correcto, el uso del equipo adecuado y respetar las reglas para reducir el riesgo de lesiones.

Alimentación e hidratación: Con el propósito de mejorar capacidades alrededor del futbol motivará al desarrollo de prácticas que mantengan el nivel de energía y el autocuidado dando lugar a la importancia y a las recomendaciones en los dos ejes alimentación e hidratación.

Recomendaciones de seguridad por uso de pólvora: La manipulación de pólvora en escenarios deportivos está permitida solo bajo ciertas condiciones y con permisos otorgados por las autoridades competentes en tal sentido se realizará la educación en el marco de la sensibilización y la información con importancia en las medidas preventivas en las personas, las familias y el colectivo de las barras.

Movilidad y seguridad vial: Invita a ser promotores de una movilidad segura en la ciudad y fuera de ella ante el contexto del barrismo, pero también en el desarrollo de prácticas de cuidado individual para ampliar a lo colectivo.

Los momentos a contemplar cada sesión educativa se describen a continuación y cada momento cumple una función específica dentro del encuentro. Su sentido va más allá de una secuencia metodológica: es una apuesta por construir colectivamente prácticas saludables desde el reconocimiento de las experiencias, saberes y contextos de las y los participantes.

Encuadre inicial: Marca la apertura de la sesión para generar un ambiente de confianza para presentación de participantes, socialización de objetivos de la sesión con una actividad rompehielos que permita romper silencios, activar la participación y facilitar el reconocimiento del grupo e inicio del diálogo.

Compartir de experiencias: Este momento busca hacer visibles los saberes, sentires y vivencias, reconociendo las voces de los distintos participantes de las barras o de otras personas que no hacen parte, pero a las cuales se dirige la sesión. Este intercambio permitirá identificar puntos comunes y divergentes, dando lugar a una comprensión más amplia y colectiva del tema que se aborde aportando a la disminución del estigma. Se requiere de la escucha activa, el respeto y la validación de las voces presentes.

Profundización temática: Se compartirán conceptos y aspectos prácticos del tema que se trabajará para enriquecer la discusión, conocer experiencias y realidades a fin de tener una reflexión colectiva del tema y del contexto del barrismo.

Resignificación colectiva o síntesis: En este momento se reconstruyen colectivamente los aprendizajes de la sesión, se resignifica lo dialogado, se conectan las ideas, se recoge las voces del grupo y se da un nuevo sentido para llevarlo a la práctica dejando abiertas nuevas preguntas o caminos de acción.

Retroalimentación y evaluación: Es un momento reflexivo para valorar lo aprendido, explorando logros alcanzados, las tensiones que surgieron, las emociones movilizadas y las posibilidades de aplicar lo aprendido en la vida cotidiana conocer aspectos a profundizar y mejorar en los procesos educativos.

La sesión educativa se planea en el formato ficha de sesión educativa y responderá a las temáticas que se trabajen. Estas fichas serán planeadas para facilitar el abordaje de cada tema con varios grupos, es decir no se requiere repetir fichas por cada barra o cada grupo.

Las sesiones educativas tienen una duración de ejecución de mínimo 1 hora y 2 horas adicionales para planeación y sistematización. El gestor o gestora deberá participar en la creación de las fichas técnicas de los temas que se abordarán en el periodo del convenio.

Se tendrá en cuenta el tiempo para determinar si se trata de más de una sesión según aplique y acorde a la dinámica poblacional e intersectorial cuando así aplique.

La sesión educativa puede ser realizada individual o en grupos sea con participación de varios gestores o en compañía de profesional esto según planeación y tiempos del equipo que conforma la estrategia barras futboleras.

De otra parte, el gestor o gestora puede adelantar la articulación con la profesional psicóloga para dar respuesta a necesidades de acompañamiento para manejo de duelo, situaciones individuales que revistan riesgo como conducta suicida, apoyo para manejo

por consumo de sustancias psicoactivas entre otras afectaciones en salud mental. Esto reconociendo que se trata de una gestión del riesgo en salud mental para que en adelante se brinde la atención por parte de las EPS y su red de prestadores de servicios de salud para casos en los que se requiera valoración y tratamiento según las RIAS de atención establecidas. Para un mismo caso se brindará una sesión de apertura del acompañamiento y una sesión posterior de seguimiento.

También se informarán casos para el acompañamiento en salud física por lesiones leves como respuesta desde el educador físico a solicitud de los gestores (as) teniendo en cuenta el conocimiento previo del caso máximo dos sesiones por caso.

Detalle de la actividad	Periodicidad	Perfiles del talento humano	soportes o medios de verificación
Sesiones de desarrollo de capacidades en sana convivencia	Mensual	Gestor Territorial de las barras	Formato de sesiones colectivas
Sesiones de desarrollo de capacidades en gestión del estrés y las emociones	Mensual	Gestor Territorial de las barras	Formato de sesiones colectivas
Sesiones de desarrollo de capacidades en prevención de lesiones	Mensual	Gestor Territorial de las barras	Formato de sesiones colectivas
Sesiones de desarrollo de capacidades en alimentación e hidratación	Mensual	Gestor Territorial de las barras	Formato de sesiones colectivas
Sesiones de desarrollo de capacidades en seguridad por uso de pólvora	Mensual	Gestor Territorial de las barras	Formato de sesiones colectivas
Sesiones de desarrollo de capacidades en	Mensual	Gestor Territorial de las barras	Formato de sesiones colectivas

movilidad y seguridad vial			

3. Indicadores

Nombre del indicador	Numerador	Denominador	Frecuencia	Tipo de Indicador	Unidad de Medida	Fuente	Nombre de la Acción o proceso de Bienestar	Nivel Operación (Local, Zonal o Distrital)
Número de participantes por sesión socioeducativa.	Número de participantes que participaron de la sesión	Número de personas convocadas a la sesión	Mensual	Gestión	Nominal	Formato sesiones colectivas	Sesiones educativas para el bienestar en las barras futboleras	Distrital
Porcentaje de personas que mejoran sus prácticas de cuidado para la convivencia y el desarrollo de estilos de vida saludables	Número de personas con post test que evidencia la mejora	Número total de personas con pre test	Trimestral	Resultado	Porcentaje	Instrumento	Sesiones educativas para el bienestar en las barras futboleras	Distrital

Referencias bibliográficas

Ministerio de Igualdad y equidad, 2024. Programa Barrismo Social, aguante popular por la vida. http://minigualdadyequidad.gov.co/documents/d/guest/aguante_popular_vida

- Control de cambios

VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN	RAZÓN DE CREACIÓN O ACTUALIZACIÓN
1	09/2025	Inicio convenios interadministrativos GSP-PSPIC Septiembre 2025
2	Diciembre 2025	

	ELABORÓ	REVISÓ	APROBÓ
Nombre (s)	Ivonne Arévalo Moreno	Marcela Martínez Contreras Diana Sofia Ríos Oliveros Claudia Milena Cuéllar Segura Diana Marcela Walteros Acero	Patricia Eugenia Molano Builes María Belén Jaimes Sanabria
Firma (s)			

Cargo	Profesional Especializado Subdirección de Determinantes en Salud	Subdirectora de Acciones Colectivas Subdirectora de Determinantes en Salud Subdirectora de Gestión y Evaluación de Políticas. Subdirectora de Vigilancia en Salud Pública	Directora de Salud Colectiva Directora de Epidemiologia, Análisis y Gestión de Políticas en Salud Pública
Fecha	12/2025		