SECRETARIA DISTRITAL DE SALUD

SUBSECRETARIA DE SALUD PÚBLICA

ACCIÓN O PROCESO INTEGRAL E INTEGRADO: Cuidado Continuo por una vida con bienestar

LINEA OPERATIVA O SUBPROCESO: Promoción de la salud y bienestar

ACCIÓN DE BIENESTAR: Sesiones para Comunidades activas construyendo bienestar y seguridad vial

VIGENCIA: OCTUBRE 1 DE 2025 A 30 DE JUNIO 2027

Bogotá D.C. 2025

Contenido

1. Conceptualización de los elementos centrales de la acción de bienestar o acción de gestión para el bienestar 3

2. Descripción de la acción de bienestar o acción de gestión para el bienestar: 4

3. Indicadores 9

 Control de cambios 11

FICHA TÉCNICA Sesiones para Comunidades activas construyendo bienestar y seguridad vial.

1. Conceptualización de los elementos centrales de la acción de bienestar o acción de gestión para el bienestar

Las ciudades contemporáneas concentran en la vida nocturna una de sus expresiones sociales, culturales y económicas más dinámicas. Los bares, discotecas y zonas de rumba son espacios de encuentro y disfrute, pero también constituyen escenarios donde se intensifican riesgos que afectan la salud pública, la convivencia ciudadana y la seguridad vial.

En este contexto, la exposición a factores de riesgo como el consumo nocivo de alcohol y otras sustancias psicoactivas (SPA), la violencia interpersonal, las riñas, la conducción bajo efectos de sustancias, las apuestas problemáticas y el uso excesivo de tecnologías digitales (adicción a internet) se convierten en amenazas que no solo impactan la salud individual, sino que comprometen el bienestar colectivo y la seguridad en el espacio público (OMS, 2018; Babor et al., 2010).

El consumo nocivo de alcohol representa un problema prioritario de salud pública, pues se asocia a más de 200 condiciones de salud, incluyendo lesiones, enfermedades crónicas y trastornos mentales (OMS, 2018). En entornos de ocio nocturno, este consumo incrementa el riesgo de accidentes de tránsito, violencia, conductas sexuales no seguras y pérdida de autocontrol. Asimismo, la ludopatía y las adicciones digitales, fenómenos emergentes en la era contemporánea, generan dependencia conductual, afectan la salud mental, disminuyen el rendimiento académico o laboral y deterioran las relaciones interpersonales (APA, 2022).

La siniestralidad vial nocturna constituye un reto crítico: conducir bajo los efectos del alcohol o SPA aumenta de manera exponencial la probabilidad de lesiones graves y muertes en la vía. De acuerdo con la OMS (2022), cerca del 27% de las muertes en siniestros viales están asociadas al consumo de alcohol. En ciudades como Bogotá, las zonas de rumba concentran buena parte de estos eventos, afectando no solo a quienes conducen, sino también a peatones y otros actores viales.

Frente a este panorama de riesgos, las Sesiones para Comunidades Activas Construyendo Bienestar y Seguridad Vial se configuran como una acción de Educación para la Salud Pública (ESP)- Educación Transformadora, orientada a transformar prácticas sociales y culturales que ponen en riesgo la vida. Su propósito central es acercar mensajes pedagógicos y preventivos directamente a las personas en contextos de ocio

nocturno, promoviendo el autocuidado, la toma de decisiones informadas y la corresponsabilidad comunitaria en la protección de la vida.

El enfoque de Educación para la Salud Pública - Educación Transformadora, desde una perspectiva pedagógica crítico-dialógica se materializa a través de modalidades educativas que permiten desarrollar procesos situados, participativos y transformadores, según las características de los territorios, poblaciones y contextos institucionales. Cada sesión educativa constituye un espacio de encuentro entre saberes, experiencias y prácticas, donde a través del diálogo se reflexiona colectivamente sobre las realidades sociosanitarias. En este marco, la transmisión vertical de conocimientos se reemplaza por una construcción compartida orientada a fortalecer capacidades para vivir de manera más saludable.

Finalmente, la acción busca prevenir riesgos—como el consumo abusivo de alcohol y SPA, las violencias, la ludopatía, la adicción a internet y la siniestralidad vial— mediante estrategias educativas, de sensibilización y de articulación intersectorial, con el fin de consolidar comunidades más seguras, saludables y protectoras de la vida, en línea con los objetivos del Plan Distrital de Desarrollo en materia de convivencia pacífica, uso funcional del espacio público y promoción de la vida como valor supremo.

1.1 Objetivo General

Promover la seguridad vial y el bienestar integral de las comunidades mediante la implementación de las sesiones educativas “Comunidades activas construyendo bienestar y seguridad vial”, fortaleciendo las capacidades individuales y colectivas para tomar decisiones responsables en el tránsito, reconocer y reducir riesgos, y fomentar comportamientos seguros, corresponsables y sostenibles en los diferentes espacios viales, en concordancia con los lineamientos distritales de salud, convivencia y cuidado de la vida.

2. Descripción de la acción de bienestar o acción de gestión para el bienestar:

Las sesiones educativas “Comunidades activas construyendo bienestar y seguridad vial” constituyen una estrategia de Educación para la Salud Pública (ESP)- Educación Transformadora, orientada a la promoción de prácticas seguras, corresponsables y sostenibles en el tránsito, así como al fortalecimiento del bienestar integral de las comunidades. Su propósito es generar espacios de diálogo, reflexión y construcción colectiva de conocimientos, competencias y actitudes que fomenten la prevención de riesgos viales, la seguridad en los desplazamientos y la corresponsabilidad comunitaria.

Desde la perspectiva pedagógica crítico-dialógica, cada sesión educativa se concibe como un encuentro intencionado en el que las experiencias, saberes y contextos de los participantes son el punto de partida para la construcción de aprendizajes situados. Más

que un proceso de transmisión de información se trata de generar reflexión crítica, análisis de las prácticas sociales y culturales, y la construcción colectiva de alternativas de acción que promuevan comportamientos seguros y protectores de la vida.

2.1. Planeación y gestión territorial

A partir de la focalización, considerando la caracterización del territorio y de la población priorizada, esta subactividad busca que el equipo operativo realice un mapeo de necesidades, intereses y actores, con el fin de concertar actividades pertinentes según las particularidades poblacionales, culturales y territoriales, garantizando además la participación de actores clave. Para ello se debe contar con:

- Concertación actores clave y comunidad general
- Alistamiento: logístico y pedagógico de las sesiones, adaptadas a las particularidades culturales y sociales del territorio.

2.2. Implementación de la sesión educativa

El diseño de la sesión educativa permite atender a grupos reducidos de entre 10 y 25 participantes, con una duración mínima de una hora. Se recomienda que cada sesión sea facilitada por una dupla interdisciplinaria, para garantizar un abordaje integral y favorecer la riqueza del diálogo crítico-dialógico. Además, se destina tiempo adicional de hasta 2 horas para la planeación, preparación de materiales y sistematización de los aprendizajes obtenidos.

Cada sesión se organiza en momentos intencionados, que permiten desarrollar un proceso reflexivo, participativo y transformador:

A. **Encuadre inicial:** Este momento marca la apertura de la sesión y tiene como propósito generar un ambiente de confianza, acogida y cuidado.
   - Apertura de la sesión, presentación del equipo y participantes.
   - Socialización de objetivos y reglas de participación.
   - Actividad rompehielos para activar la participación y generar un clima de confianza y respeto.
   - Propósito: establecer relaciones horizontales, reconocer expectativas y preparar el terreno para el diálogo crítico.

B. **Compartir de experiencias:** Busca hacer visibles los saberes, sentires y vivencias de quienes participan. A través del diálogo, se reconoce que toda persona es portadora de conocimiento y experiencia valiosa y situada
   - Espacio para visibilizar saberes, vivencias y percepciones de los participantes y prácticas cotidianas.
   - Escucha activa y validación de las experiencias.
   - Identificación colectiva de situaciones de riesgo comunes y factores protectores

C. **Profundización temática (teórico-práctica):** se comparten los contenidos técnicos, conceptuales y prácticos que enriquecen la discusión, en diálogo con lo compartido previamente.
   - Presentación de contenidos técnicos y conceptuales
   - Vinculación de los contenidos a las experiencias compartidas por los participantes.
   - Desarrollo de actividades prácticas, dinámicas participativas o estudios de caso para aplicar los conceptos y reflexionar sobre las situaciones

D. **Resignificación colectiva o síntesis:** momento se reconstruyen colectivamente los aprendizajes construidos a lo largo de la sesión. No es solo una "conclusión", sino una oportunidad para resignificar lo dialogado, conectar ideas, recoger las voces del grupo y darles un nuevo sentido para llevarlo a la práctica, al espacio cotidiano y resignificarlo
   - Construcción conjunta de aprendizajes, estrategias de acción y compromisos individuales o colectivos.
   - Integración de ideas surgidas durante la sesión para generar un conocimiento compartido aplicable a la vida cotidiana y al entorno comunitario.

E. **Retroalimentación y evaluación:** un momento reflexivo para valorar lo aprendido, tanto por las y los participantes como por el equipo facilitador. Se pueden explorar los logros alcanzados, las tensiones que surgieron, las emociones movilizadas y las posibilidades de aplicar lo aprendido en la vida cotidiana.
   - Valoración de los aprendizajes obtenidos y del proceso vivido por los participantes y facilitadores.
   - Identificación de avances, aspectos a reforzar y oportunidades para nuevas sesiones o intervenciones.
   - Propósito: fortalecer la reflexión crítica y la capacidad de aplicar lo aprendido en la práctica, más allá de la sesión.

2.3. Contenidos mínimos para la implementación de las sesiones educativas

Los contenidos mínimos de las sesiones educativas deben abordar de manera integrada los principales factores de riesgo y protectores asociados a la seguridad vial y la salud mental, promoviendo el bienestar integral de los participantes.

A. <u>Autocuidado y prevención de riesgos en movilidad:</u>

   - Presentación y análisis de normas de tránsito, señalización y uso adecuado de elementos de protección (cinturón, casco, reflectivos).

   - Discusión sobre los efectos del alcohol y otras sustancias psicoactivas (SPA) en la percepción, reflejos y toma de decisiones.

B. Seguridad vial y corresponsabilidad comunitaria:

- la responsabilidad compartida entre conductores, peatones y ciclistas.
- Identificación de espacios inseguros en el territorio y construcción colectiva de estrategias preventivas.
- Promoción de la cultura vial y del respeto a la vida como valor supremo.

C. Consumo de sustancias y efectos en seguridad vial:

- Explicación de los riesgos asociados al consumo de alcohol, SPA y otras adicciones conductuales (ludopatía, adicción a internet).
- Reflexión sobre decisiones seguras y alternativas de ocio responsable.
- Orientación sobre límites legales y consecuencias de la conducción bajo efectos de sustancias.

D. Salud mental, resiliencia y entornos sonoros saludables

- **Reconocimiento de emociones y regulación emocional** frente a la exposición al ruido del tránsito (claxones, motores, congestión), considerando su relación con estrés, irritabilidad, ansiedad, fatiga mental y conductas impulsivas que aumentan el riesgo vial.
- **Manejo del estrés y la sobrecarga sensorial** asociada al ruido ambiental, promoviendo estrategias de autorregulación (respiración, pausas, atención plena) que favorezcan una movilidad más segura y respetuosa.
- **Autocuidado emocional y auditivo,** reconociendo el impacto del ruido crónico en la salud mental, el sueño, la concentración y la toma de decisiones en la vía.
- **Cuidado colectivo y comunitario**, fomentando una cultura del cuidado que reconozca el control del ruido como una acción de corresponsabilidad para proteger la salud mental, la convivencia y la seguridad vial.

E. Actitudes, habilidades y derechos

- Promoción de habilidades de toma de decisiones seguras y corresponsabilidad comunitaria.
- Reconocimiento de los derechos de los usuarios de la vía y respeto por la vida de los demás.

- Inclusión, equidad y no discriminación, fortaleciendo prácticas de respeto y solidaridad.

2.4. Orientación técnica para la implementación

- La sesión educativa debe ser flexible y adaptada a las características del grupo, el contexto territorial y las necesidades específicas de los participantes. Cada contenido debe abordarse de manera participativa, integrando experiencias previas de los asistentes y fomentando el diálogo crítico, la reflexión y la construcción colectiva de alternativas de autocuidado y seguridad. La articulación de estos contenidos con los momentos de la sesión (encuadre inicial, compartir de experiencias, profundización temática, resignificación colectiva y retroalimentación) garantiza pertinencia, efectividad y sostenibilidad de las acciones en la comunidad.

2.5. Prescripción Social y Activación de Ruta

En el marco de la acción sesiones “Sesiones para Comunidades activas construyendo bienestar y seguridad vial”, se incorpora de manera articulada el proceso transversal de Prescripción Social y Activación de Ruta, como estrategia que garantiza el acompañamiento integral a la comunidad.

De requerirse, las personas podrán ser prescritas a través del aplicativo del Sistema Integrado de Referencia y Contrarreferencia (SIRC), herramienta que permite orientar y canalizar a los beneficiarios hacia servicios comunitarios, sociales y de salud, según sus necesidades particulares. Esta activación se realizará con base en los criterios definidos por el proceso transversal, respetando las dinámicas territoriales y las características poblacionales identificadas en cada zona de intervención.

De esta manera, la acción no se limita únicamente a las actividades sino que trasciende hacia una articulación efectiva con la red institucional y comunitaria. Con ello se busca garantizar un enfoque integral y continuo de cuidado y bienestar.

Evaluación y seguimiento

La actividad da cuenta del seguimiento al proceso y los resultados de la implementación de las sesiones. Para este fin, en concertación con el nivel central se definirá la estructura para el seguimiento a indicadores.

Detalle de la actividad	Periodicidad	Perfiles del talento humano	soportes o medios de verificación

Planeación y gestión territorial	Mensual	Profesional universitario 2 (psicología) Profesional universitario 2 (profesional social) Gestor social	Herramienta Digital Sesiones Seguridad vial
Implementación	Mensual		Ficha técnica Listado de sesiones colectivas Herramienta Digital Sesiones Seguridad vial
Prescripción Social y activación de rutas	Mensual		Aplicativo SIRC
Evaluación y seguimiento	Trimestral		Herramienta Digital Escuelas

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)**
% de participación en sesiones educativas	Número de personas que asistieron a la sesión	Número total de personas invitadas	Trimestral	Cobertura	Porcentaje	Base sesiones colectivas	Sesiones “Comunidades activas construyendo bienestar y seguridad vial”	Local

% de participantes que adoptan actitudes de corresponsabilidad y respeto a derechos viales	Número de participantes que reportan cambios de actitud en observación o autoinforme	Total de participantes evaluados	Trimestral	Impacto	Porcentaje	Ficha técnica	Sesiones “Comunidades activas construyendo bienestar y seguridad vial”	Local
% de participantes que reconocen estrategias de autocuidado y resiliencia	Número de participantes que aplican estrategias aprendidas en su vida diaria (autoinforme)	Total de participantes evaluados	Trimestral	Impacto	Porcentaje	Ficha técnica	Sesiones “Comunidades activas construyendo bienestar y seguridad vial”	Local

Referencias bibliográficas

American Psychiatric Association. (2022). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5-TR®). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

Babor, T., Caetano, R., Casswell, S., Edwards, G., Giesbrecht, N., Graham, K., ... & Rossow, I. (2010). Alcohol: No ordinary commodity – Research and public policy (2nd ed.). Oxford University Press.

Organización Mundial de la Salud. (2018). Global status report on alcohol and health 2018. World Health Organization. https://www.who.int/publications/i/item/9789241565639

Organización Mundial de la Salud. (2022). Global status report on road safety 2022. World Health Organization. https://www.who.int/publications/i/item/9789240062016

Organización Panamericana de la Salud. (2020). Consumo de alcohol y salud pública en las Américas: Un caso para la acción. OPS. https://www.paho.org/es/documentos/consumo-alcohol-salud-publica-americas

Alcaldía Mayor de Bogotá D.C. (2020). Plan Distrital de Desarrollo 2020-2024: Un nuevo contrato social y ambiental para la Bogotá del Siglo XXI. Secretaría Distrital de Planeación. https://www.sdp.gov.co

Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. (2022). Política Integral para la Prevención y Atención del Consumo de Sustancias Psicoactivas. Bogotá D.C.: MinSalud.

Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. (2023). Forensis 2022: Datos para la vida. Bogotá D.C.: INMLCF. https://www.medicinalegal.gov.co/forensis

Observatorio de Movilidad de Bogotá. (2023). Anuario de siniestralidad vial de Bogotá. Secretaría Distrital de Movilidad. https://www.movilidadbogota.gov.co

Griffiths, M. D. (2018). Adicción a internet: Factores de riesgo, consecuencias y tratamiento. Revista Española de Drogodependencias, 43(1), 13–28..

- Control de cambios

Registre en este cuadro, la versión, fecha de aprobación de la versión, los cambios generados en cada versión del documento. Tenga en cuenta que en versión debe ir número entero sin puntos ni comas, ni iniciando en cero (0). Debe ir fecha completa con día/mes/año y una razón de creación o actualización completa y detallada, las versiones deben cambiar si hay modificaciones en los contenidos _otrosi modificatorio. Para estos convenios utilice versión 1.

VERSIÓN	FECHA DE APROBACIÓN	RAZÓN DE CREACIÓN O ACTUALIZACIÓN
1	10/09/2025	Inicio convenios interadministrativos GSP-PSPIC septiembre 2025
2	22/12/2025	Ajuste a la ficha técnica, descripción de la acción de bienestar.

	ELABORÓ	REVISÓ	APROBÓ
Nombre (s)	Carolina Sánchez	Diana Sofía Ríos Oliveros Marcela Martínez Contreras Claudia Cuellar Diana Walteros	Patricia Eugenia Molano Builes María Belén Jaimes Sanabria
Firma (s)			

Cargo	Contratista Subdirección de Determinantes en Salud	Subdirectora de Determinantes en Salud Subdirectora de Acciones Colectivas Subdirector (E) de Gestión y Evaluación de Políticas en Salud Pública Subdirectora (E) de Vigilancia en salud pública	Directora de Salud Colectiva Directora de Epidemiología, Análisis y Gestión de Políticas en Salud Colectiva
Fecha	Diciembre 2025	Diciembre de 2025	Diciembre de 2025