<table>
<tr><td rowspan="2">ALCALDÍA DE<br>SANTIAGO DE CALI<br><br>DESARROLLO SOCIAL<br>SERVICIO DE SALUD<br>PÚBLICA</td><td rowspan="2">MODELO INTEGRADO DE PLANEACION Y GESTION (MIPG)<br><br>INFORME DE INTERVENCIONES EN SALUD</td><td colspan="2">MMDS01.03.15.P001.F021</td></tr>
<tr><td>VERSIÓN</td><td>001</td></tr>
</table>

**FECHA**: 24/nov/2025 **HORA: INICIAL** 08:30 am **HORA: FINAL** 12::30 pm

**LUGAR:** Auditorio Hospital Carlos Holmes Trujillo

**ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN** (Marca con X)

Sensibilización ☐ Capacitación ☐ Acompañamiento ■ Seguimiento ☐ Jornada ☐

Articulación ☐ Otro, Cuál: _____

**TIPO** (Marca con X)

Individual: ☐ Colectiva: ■

**MODALIDAD** (Marca con X)

Virtual: ☐ Presencial: ■

**DATOS DEL ENTORNO** (Marca con X)

Educativo: ☐ Comunitario: ☐ Laboral: ■ Institucional: ☐ Hogar: ☐

Datos de quien recibe la intervención: Equipos Papsivi de las E.S.E. Oriente, Ladera, Sur Oriente y Enfoque Diferencial de la Secretaría de Salud.
Nombre o Institución: Secretaría de Salud - Red de Salud Oriente E.S.E.
Contacto: Flor Hernández Herrera
Correo: flor.hernandez@cali.gov.co

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su copia, alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

1. **OBJETIVO**: Participar en el encuentro de cuidado emocional ejecutado por la Red de Salud Oriente E.S.E., dirigido al talento humano del programa PAPSIVI de las E.S.E. Ladera, Oriente, Suroriente y de la Secretaría de Salud Pública, en cumplimiento de los lineamientos establecidos en la Resolución 1166 de 2018 y en el marco de la Gestión Territorial de la Salud Pública.

## 2. ORDEN DEL DÍA:

2.1. Instalación y contextualización técnica del encuentro
2.2. Desarrollo del encuentro de cuidado emocional.
2.3. Resultados alcanzados.
2.4. Conclusiones o recomendaciones.

## 3. DESARROLLO DE LA INTERVENCION:

### Instalación y contextualización técnica del encuentro

La Red de Salud Oriente E.S.E., en el marco de la Gestión Territorial de la Salud Pública y en cumplimiento de la Resolución 1166 de 2018, desarrolló el presente encuentro de cuidado emocional como parte de las acciones previstas en la Estrategia Complementaria del Programa de Atención Psicosocial y Salud Integral a Víctimas (PAPSIVI).

Este espacio dio continuidad a las actividades de cuidado emocional programadas para la vigencia 2025, dirigidas al talento humano de las E.S.E. Ladera, Oriente, Suroriente y de la Secretaría de Salud Pública. Su realización responde a las obligaciones técnicas y operativas derivadas de la ejecución contractual, orientadas a garantizar acciones sistemáticas de bienestar integral, salud mental y autocuidado para los equipos que acompañan procesos de atención, recuperación emocional y reparación integral de la población víctima del conflicto armado.

Se reiteró que estas acciones se enmarcan en los lineamientos técnicos de la Resolución 1166 de 2018, que exige asegurar espacios regulares de cuidado emocional para el talento humano vinculado a la atención psicosocial integral. En este sentido, se resaltó su importancia como estrategia preventiva frente al desgaste profesional, considerando la exposición continua a narrativas traumáticas y cargas emocionales significativas.

Asimismo, se señaló que los encuentros anteriores han permitido identificar necesidades específicas del personal en materia de autocuidado, lo que ha orientado la planeación de las actividades de esta

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su copia, alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

jornada. La participación activa del talento humano ha favorecido el fortalecimiento de una cultura de cuidado mutuo, el reconocimiento de límites personales y profesionales y la consolidación de redes de apoyo entre pares.

De igual forma, se valoró el trabajo conjunto entre las E.S.E. participantes y la Secretaría de Salud Pública, el cual ha facilitado el intercambio de experiencias y buenas prácticas, fortaleciendo la implementación del PAPSIVI en el territorio y aportando a una gestión más integrada de la salud pública.

Finalmente, se invitó a los participantes a asumir el encuentro como un espacio seguro para la expresión emocional, la reflexión individual y colectiva, y el fortalecimiento de herramientas de autocuidado aplicables a su labor y vida cotidiana. Se destacó la importancia del compromiso individual y grupal con el bienestar, como elemento esencial para garantizar procesos de atención empáticos, éticos y sostenibles en beneficio de la población víctima.

**Desarrollo del encuentro de cuidado emocional.**

1. Ritual de respiración consciente y anclaje corporal

Al inicio del encuentro de cuidado emocional, el Coach Bryan Viafara dio la bienvenida a los asistentes y generó un clima de confianza, calidez y apertura emocional que propició la disposición del grupo para participar activamente en las actividades programadas. Posteriormente, facilitó un ritual de respiración consciente y anclaje corporal, diseñado con el propósito de favorecer la conexión del talento humano con su cuerpo, sus emociones y el momento presente, reconociendo la importancia de habitar conscientemente el aquí y ahora como punto de partida para el autocuidado integral.

La técnica implementada inició con una invitación a que cada participante encontrara una postura corporal cómoda, ya fuera sentado o de pie, y cerrara los ojos o mantuviera la mirada en un punto fijo del espacio. A continuación, el Coach guió una serie de respiraciones profundas, pausadas y conscientes, acompañadas de instrucciones verbales que orientaban la atención hacia las sensaciones corporales, la entrada y salida del aire, y el reconocimiento de las zonas de tensión o incomodidad en el cuerpo. Posteriormente, se invitó a los participantes a realizar un recorrido mental desde la cabeza hasta los pies, identificando sensaciones físicas y emocionales presentes en cada región corporal, y a soltar conscientemente cualquier tensión acumulada mediante la respiración y el movimiento sutil.
Durante la ejecución del ritual, se observó un alto nivel de receptividad, silencio respetuoso y concentración por parte del grupo. Los asistentes demostraron apertura genuina para conectarse con

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su copia, alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

su interioridad, disposición para seguir las indicaciones del facilitador y capacidad para sostener la atención en el ejercicio propuesto. Al finalizar la técnica, varios participantes compartieron de manera espontánea sensaciones de calma, relajación, alivio de tensiones físicas y mayor claridad mental, reconociendo la importancia de pausar y conectar con el propio cuerpo en medio de las exigencias cotidianas del trabajo psicosocial.

Este ritual cumplió una función estratégica y fundamental en el encuentro, al favorecer la regulación emocional, disminuir los niveles de activación fisiológica asociados al estrés laboral, y preparar al grupo para un estado de mayor receptividad, presencia y apertura emocional. Dicha preparación facilitó una mejor disposición para las actividades posteriores, centradas en la expresión emocional, el reconocimiento de recursos internos y el fortalecimiento del autocuidado como práctica sostenible en contextos de atención psicosocial a víctimas del conflicto armado.

2. Círculo de palabra para liberación emocional

Como componente central de la jornada, se desarrolló un círculo de palabra orientado a la liberación emocional y la expresión auténtica de las vivencias, sentires y desafíos que enfrenta el talento humano en el ejercicio de acompañamiento psicosocial a víctimas del conflicto armado. Este espacio constituyó un momento privilegiado para la contención emocional, el reconocimiento mutuo y la validación de las experiencias compartidas por los equipos interdisciplinarios.

El Coach Bryan Viafara facilitó esta actividad invitando a los participantes a sentarse en círculo, generando una disposición espacial que favorece la horizontalidad, la escucha atenta y la conexión visual entre todos los integrantes del grupo. Se establecieron acuerdos de confidencialidad, respeto, escucha sin juicio y libertad de participación, creando un marco de seguridad emocional para la expresión genuina. Posteriormente, se invitó a los asistentes a compartir, de manera voluntaria, aquellas emociones, experiencias, preocupaciones o dificultades que han experimentado en el ejercicio de su labor, así como los recursos, aprendizajes o estrategias que han identificado como útiles para su autocuidado.

Durante el desarrollo del círculo de palabra, se observó una participación activa, respetuosa y empática por parte del grupo. Los asistentes compartieron con honestidad y vulnerabilidad sus vivencias relacionadas con la exposición a narrativas traumáticas, el dolor vicario, la sobrecarga emocional, los desafíos en el equilibrio entre la vida personal y profesional, y las dificultades para establecer límites saludables en el acompañamiento a las víctimas. También se expresaron sentimientos de satisfacción, gratitud, sentido de propósito y reconocimiento del impacto positivo de su labor en la vida de las

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su copia, alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

personas acompañadas.

El Coach acompañó cada intervención con escucha activa, validación emocional, señalamientos reflexivos y devoluciones que permitieron al grupo identificar patrones comunes, reconocer que no están solos en sus vivencias y fortalecer el sentido de pertenencia y apoyo mutuo entre pares. Se destacó la importancia de legitimar las propias emociones, reconocer los límites personales, solicitar apoyo cuando sea necesario y priorizar el autocuidado como acto de responsabilidad profesional y personal.

Este círculo de palabra permitió generar un espacio de catarsis emocional, alivio de la carga acumulada, conexión genuina entre los participantes y reafirmación del compromiso colectivo con el cuidado mutuo y el bienestar integral. La experiencia fue valorada por los asistentes como un momento de profunda humanización, reconocimiento de la dimensión emocional del trabajo psicosocial y fortalecimiento de la red de apoyo entre equipos territoriales.

3. Rueda de recursos internos y externos para el autocuidado

Como actividad de cierre del encuentro, se desarrolló una técnica participativa orientada a la identificación, visibilización y fortalecimiento de los recursos internos y externos que posee el talento humano para la gestión del estrés, el autocuidado y la prevención del desgaste emocional. Esta actividad fue facilitada por el Coach Bryan Viafara, quien invitó a los participantes a reflexionar de manera individual y colectiva sobre las herramientas, estrategias y apoyos con los que cuentan para cuidar de su salud mental y bienestar integral.

La técnica consistió en conformar pequeños grupos de trabajo, a los cuales se les entregó material gráfico (papel kraft, marcadores y post-it de colores) para construir de manera colaborativa una "rueda de recursos" dividida en dos grandes categorías: recursos internos (habilidades personales, fortalezas, creencias, valores, estrategias de afrontamiento) y recursos externos (redes de apoyo familiar, social y laboral, espacios de esparcimiento, actividades recreativas, acompañamiento profesional). Cada grupo identificó y plasmó visualmente los recursos más relevantes para su contexto particular, generando un mapa colectivo de posibilidades para el autocuidado.

Posteriormente, cada grupo socializó su rueda de recursos ante el plenario, compartiendo las reflexiones, descubrimientos y propuestas surgidas durante el ejercicio. Se evidenció una gran riqueza y diversidad de estrategias de autocuidado mencionadas por los participantes, incluyendo prácticas como la meditación, el ejercicio físico, el contacto con la naturaleza, los espacios de conversación con

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su copia, alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

personas significativas, el arte, la música, la escritura terapéutica, el acompañamiento psicológico, la espiritualidad, el humor y la recreación. También se destacó la importancia de los espacios de supervisión profesional, las redes de apoyo entre pares, los encuentros de cuidado emocional como el presente y el respaldo institucional como factores protectores fundamentales.

El Coach realizó una síntesis integradora destacando que el autocuidado no es un lujo sino una necesidad y una responsabilidad ética en el ejercicio profesional de quienes acompañan procesos de atención psicosocial. Enfatizó que contar con una amplia gama de recursos y activarlos de manera consciente y sistemática contribuye a preservar la salud mental, mantener la motivación y el compromiso con la labor, y garantizar una atención de calidad, humanizada y sostenible en el tiempo. Asimismo, invitó a los participantes a comprometerse con al menos una acción concreta de autocuidado que puedan implementar en su cotidianidad durante las próximas semanas.

Esta actividad de cierre permitió consolidar los aprendizajes construidos a lo largo de la jornada, reafirmando la importancia del autocuidado como práctica individual y colectiva, y fortaleciendo el compromiso del grupo con su propio bienestar y el de sus compañeros de equipo. La experiencia fue valorada como un ejercicio práctico, realista y aplicable que les permite a los participantes identificar herramientas concretas para el cuidado de su salud emocional en el contexto del trabajo psicosocial con víctimas del conflicto armado.

## 4. RESULTADOS ALCANZADOS:

- Se facilitó un espacio de reconexión corporal y emocional mediante técnicas de respiración consciente y anclaje, permitiendo a los participantes disminuir niveles de activación fisiológica asociados al estrés laboral y generar mayor presencia y claridad mental.

- El círculo de palabra propició un espacio seguro de expresión emocional auténtica, validación de vivencias compartidas y liberación de la carga emocional acumulada, fortaleciendo el sentido de pertenencia y apoyo mutuo entre los equipos interdisciplinarios.

- Se visibilizaron y fortalecieron los recursos internos y externos que posee el talento humano para el autocuidado, generando compromisos concretos de implementación de prácticas de bienestar en la cotidianidad laboral y personal.

- Se generó un clima de confianza, contención emocional y humanización de las relaciones

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su copia, alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

interprofesionales, reconociendo la dimensión emocional del trabajo psicosocial como un aspecto legítimo y prioritario de atención en el marco del PAPSIVI.

## 5. CONCLUSIONES O RECOMENDACIONES

El espacio liderado por la E.S.E. Oriente y desarrollado en cumplimiento de los lineamientos establecidos en la Resolución 1166 de 2018 del Ministerio de Salud y Protección Social, dio cumplimiento a los propósitos de la Estrategia Complementaria del PAPSIVI al promover el cuidado emocional, la expresión auténtica de vivencias y el fortalecimiento de recursos de autocuidado del talento humano desde una perspectiva de bienestar integral y prevención del desgaste profesional.

Se concluye que los encuentros de cuidado emocional de esta naturaleza contribuyen significativamente a la prevención del síndrome de desgaste profesional, la validación de las experiencias emocionales del personal que acompaña víctimas del conflicto armado, y el fortalecimiento de las redes de apoyo entre pares profesionales. Estos espacios representan una inversión estratégica en la sostenibilidad de los equipos, la calidad de la atención brindada y el compromiso institucional con una práctica humanizada, ética y responsable.

La implementación sistemática de estas estrategias contribuye a legitimar las emociones y dificultades que experimenta el talento humano en contextos de alta exigencia emocional, favoreciendo la construcción de una cultura organizacional que prioriza el autocuidado, la contención mutua y la corresponsabilidad en el bienestar colectivo. Asimismo, estos encuentros fortalecen la capacidad de los equipos para identificar señales de alerta tempranas, solicitar apoyo oportunamente y activar recursos tanto individuales como institucionales para la protección de su salud mental.

## 6. REGISTRO FOTOGRÁFICO

_____

FLOR HERNANDEZ HERRERA

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su copia, alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.

Cargo: Referente tecnico – Componente de victimas
Grupo: Enfoque Diferencial
Secretaría de Salud del Distrito Especial de
Santiago de Cali

_____
PAOLA XIMENA CEBALLOS G.
Cargo: Profesional Psicosocial – Contratista
Grupo: Enfoque Diferencial
Secretaría de Salud del Distrito Especial de
Santiago de Cali

Anexar listado de asistencia

Este documento es propiedad de la Administración Central del Distrito de Santiago de Cali. Prohibida su copia, alteración o modificación por cualquier medio, sin previa autorización del Alcalde.