PROPUESTA DE PRESTACION DE SERVICIOS DE PSICOLOGIA
ESE CENTRO DE CUCUNUBA

DRA: CARUL MILENA DELGADO RAMIREZ
PSICOLOGA
ESP. FAMILIA

CUCUNUBA
2026

JUSTIFICACIÓN

La salud mental se debe ocupar de la totalidad de la población en ámbitos geográficos definidos. En ellos integrar los servicios locales de salud, la articulación intersectorial y la participación comunitaria.

Hablar de la salud mental en el nuevo milenio, nos lleva necesariamente a examinar la situación de la salud mental hoy; nos obliga a referirnos a los múltiples factores, biológicos, sociales, ambientales, psicológicos, que la determinan; nos obliga también a preguntarnos por nuestra sociedad, por su conexión social, por su conciencia cívica y las formas de asumir las relaciones sociales.

En la salud mental debemos entender el cuidado social; y a su vez preguntarnos sobre los modelos de atención, sobre la eficacia de nuestro trabajo, de nuestros programas y técnicas, sobre la respuesta que los profesionales de las diferentes disciplinas de la salud mental estamos dando al malestar psicológico de las poblaciones, sobre su eficacia, equidad y universalidad. Es así como el medio social en que se desenvuelve la persona está íntimamente ligado al riesgo de que ésta llegue a padecer una enfermedad mental y a la probabilidad de que la enfermedad se vuelva crónica.

Por lo anterior se hace necesario brindar atención psicológica enfocada en forma integral, teniendo en cuenta los múltiples factores que inciden en la población como resultado de las interacciones entre el individuo, medio' ambiental y los hechos biológicos que protagonizan el crecimiento y desarrollo de las personas.
No existe una línea divisoria que separe con precisión a la persona mentalmente sana de la que no la es. Se puede decir que la salud mental depende de cómo nos sentimos frente a nosotros mismos, como nos sentimos frente a otras personas y que forma respondemos a las demandas de la vida.

OBJETIVO GENERAL

Contribuir con las garantías del mejoramiento de calidad de vida de la población de Cucunubá; por medio de la prestación de servicios de psicología en salud pública.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Garantizar el funcionamiento de la RED de prevención de violencia con el fin de realizar seguimiento integral de los casos.

- Desarrollar estrategias de prevención de consumo de SPA, para sensibilizar a los jóvenes de las causas y efectos nocivos que produce a nivel individual, familiar y social.

- Realizar acciones de prevención de suicidio con la población en general con el objeto de generar alternativas de solución de los conflictos y dificultades de la vida cotidiana.

- Desarrollar acciones de prevención de la violencia intrafamiliar, con la población adulta, sensibilizando e incentivar a su denuncio para disminuir los casos.

- Realizar acciones de promoción de la salud mental con el fin de mejorar la calidad de vida de la población.

POBLACIÓN BENEFICIADA

La población beneficiaria estará dirigida a padres, niños, niñas, adolescentes, población en general del municipio de Cucunubá.

ACTIVIDADES A EJECUTAR

ACTIVIDAD+D2D2:D6
Realizar "Cineforo socioeducativo - sanando mentes" dirigido a la comunidad en general, como estrategia pedagógica y participativa para la prevención de riesgos psicosociales y el fomento de la salud mental en jóvenes y adolescentes, en el marco del desarrollo de los programas sociales, deportivos y/o culturales, ofertados por el ente territorial: **Sesión 1.** Cineforo socioeducativo desarrollado en la **primera entrega 2026-1.**
Desarrollar actividad denominada "ExpresArte por la Salud Mental", donde se implemente un espacio artístico para que niños, adolescentes y jóvenes pinten o diseñen murales con mensajes positivos sobre salud mental y bienestar emocional, en el marco del desarrollo de los programas sociales, deportivos y/o culturales, ofertados por el ente territorial: **Sesión 1.** Taller desarrollado con un (01) grupo de interés a elección. **Nota: Se debe desarrollar en la primera entrega del 2026-1.**
Realizar taller vivencial con padres, madres y cuidadores pertenecientes a los entornos educativos del municipio, en donde se fortalezcan habilidades del siglo XXI a partir del aprovechamiento del tiempo libre, redes de apoyo y recreación: **Sesión 1.** Vínculos familiares en vacaciones: lo importante no siempre cuesta. - Actividades de bajo costo para compartir tiempo significativo en familia. **Nota: Se debe desarrollar en la primera entrega del 2026-1.**

Realizar taller para el desarrollo de actividades con niños, niñas y adolescentes de autocuidado y desarrollo de hábitos que promuevan bienestar en relación con el aprovechamiento del tiempo libre y el desarollo biopsicosocial con énfasis en el entorno educativo, en el marco del desarrollo de los programas sociales, deportivos y/o culturales, ofertados por el ente territorial:

Sesión 1. Diversidad e inclusión: todos somos valiosos - Juegos y reflexiones sobre identidad, género, etnias y respeto a las diferencias.

Nota: Se debe desarrollar en la primera entrega del 2026-1.

Realizar un (01) encuentro intergeneracional con énfasis educativo para el desarrollo de habilidades de niños, niñas y adolescentes desde la integralidad y la interdependencia, a partir de la participación social, comunitaria y ciudadana, en el marco del desarrollo de los programas sociales, deportivos y/o culturales, ofertados por el ente territorial:

Sesión 1. Mi voz cuenta: liderazgo infantil y juvenil - Actividades para que propongan ideas, participen en decisiones y formen grupos representativos.

Nota: Se debe desarrollar en la primera entrega del 2026-1.

Realizar identificación, reporte, canalización, activación de ruta, seguimiento, orientación, escucha e intervención de los casos que requieren atención en servicios de Salud y servicios sociales, surgidos desde el interior de la Institución Educativa. Mínimo (15) casos en la entrega.

Nota: Se debe desarrollar en la primera entrega del 2026-1.

Desarrollar proceso de información, educación y comunicación con actores involucrados en las dinámicas inherentes al entorno educativo del municipio:
Sesión 1. "Decide Decir No" Prevenir el consumo de bebidas artesanales y fortalecer la toma de decisiones con conocimiento de los riesgos y daños sobre su consumo. Sesión a desarrollar con líderes territoriales con énfasis educativo.

Nota: Se debe desarrollar en la primera entrega del 2026-1.

Implementar y facilitar un espacio participativo denominado "círculos de escucha" dirigidos a adolescentes y jóvenes, con el objetivo de promover el diálogo reflexivo, la expresión libre y segura, el fortalecimiento del conocimiento en torno a la sexualidad, los derechos sexuales y los derechos reproductivos, desde un enfoque de género, interseccionalidad, diversidad, ciclo vital y derechos humanos, en el marco del desarrollo de los programas sociales, deportivos y/o culturales, ofertados por el ente territorial:

CÍRCULO DE HOMBRES Y MUJERES:
Sesión 1. "Consentimiento" y "Consentimiento, derechos y prevención".

Nota: Se debe desarrollar un único encuentro en la primera entrega del 2026-1.

Notificar al ente territorial sobre las intervenciones realizadas con los diversos grupos poblacionales, incluyendo los casos sociales y de Salud exitosos de canalización efectiva, su tramitología y los fallidos para su apoyo e intervención.

Nota: Se debe desarrollar en la primera entrega del 2026-1.

Realizar socialización y retroalimentación de la estrategia APS, incluyendo la creación de un cronograma, plan de trabajo y seguimiento mensual con: Rector, docentes de la Institución Educativa y coordinador PIC o quien haga sus veces en el municipio, con el fin de que ellos conozcan los procesos, los guíen de manera constructiva aportando desde su experiencia ideas para que las actividades de los ejecutores se realicen con calidad.

Nota: Las actividades se deben desarrollar desde la segunda entrega, hasta la sexta entrega del 2026-1.

Educar a través de talleres a Docentes y Directivos de la/as Instituciones Educativas en:

Sesión 1. "Detecta, Actúa, Protege" Reconocer e identificar los signos y síntomas de intoxicaciones por consumo de sustancias psicoactivas.
Sesión 2. "Cuidado de la Salud Mental en Emergencias y Desastres", dirigido a docentes y directivos, desarrollando los siguientes temas: Prótocolo y ruta de atención en Emergencias y Desastres (departamental), reconocimiento y manejo emocional, duelo, primeros auxilios psicológicos, estrés, autocuidado y socialización de oferta de servicios del territorio.
Sesión 3. "Consentimiento, prevención de violencias y embarazo adolescente".
*Autonomía progresiva, consentimiento y relaciones respetuosas.
• Lenguaje no Sexista
• Estrategias de inclusión y respeto a la diversidad en el lenguaje y las interacciones.
*Comunicación asertiva y acompañamiento.
Sesión 4. "Sexualidad con enfoque de derechos en la escuela"
*Enfoque de derechos y marco normativo en educación en sexualidad (dimensión política).
*Identidad y diversidad en niñas, niños y adolescentes.
*Roles de género, estereotipos y su impacto escolar.
*Cuidado menstrual y acompañamiento institucional.
Sesión 5. "Cuidando a través de las palabras" Identificar y reducir estereotipos, estigma y discriminación frente a las personas que consumen sustancias psicoactivas.

Nota: Las actividades se deben desarrollar desde la segunda entrega, hasta la sexta entrega del 2026-1.

Realizar procesos de información y educación con padres, madres y cuidadores de niños, niñas y adolescentes, a quienes debe dirigir jornadas de capacitación denominadas "Puentes de Amor: Construyendo vínculos sanos" abordando los siguientes temas:

Sesión 1. "Elige Aire, No Humo" Prevenir el inicio y reducir el uso de cigarrillos mediante estrategias educativas, de concientización y participación activa.
Sesión 2. Reparación del vínculo afectivo tras situaciones difíciles, cómo reconstruir la confianza después de gritos, golpes o conflictos - Gestión emocional en familia, reconocer y expresar emociones sin agredir ni reprimir.
Sesión 3. "Decide Decir No" Prevenir el consumo de bebidas artesanales y fortalecer la toma de decisiones con conocimiento de los riesgos y daños sobre su consumo - Tiempo de calidad y vínculos afectivos mediante actividades lúdicas en familia.
Sesión 4. "Acompañar desde el respeto: identidad, diversidad y autocuidado"
*Identidad y autoconocimiento en niñas, niños y adolescentes.
*Diversidad de género y orientación sexual.
*Roles de género, estereotipos y su impacto.
*Cuidado menstrual: naturalidad, autocuidado y acompañamiento.
Sesión 5. "Consentimiento, prevención y conversaciones que cuidan"
*Consentimiento y límites en las relaciones.
*Prevención de violencia sexual: señales de alerta y rutas de apoyo.
*Prevención de embarazo adolescente: información clara y responsable.
*Cómo mantener conversaciones seguras y amorosas en casa.

Nota: Las actividades se deben desarrollar desde la segunda entrega, hasta la sexta entrega del 2026-1.

Realizar identificación, reporte, canalización, activación de ruta, seguimiento, orientación, escucha e intervención de los casos en los que involucre a los diversos actores del entorno educativo que requieran atención en servicios de Salud y servicios sociales.
Para ello, el ejecutor deberá propiciar espacios de atención y escucha activa para con la comunidad perteneciente al entorno educativo, en aras de propender por una adecuada atención, promoción y seguimiento de la salud mental de los diversos actores.
Realizar un mínimo de quince (15) casos de escucha activa por entrega para con la población objeto, a demanda de la Institución Educativa.

Nota: Las actividades se deben desarrollar desde la segunda entrega, hasta la sexta entrega del 2026-1.

Realizar articulación con las IPS públicas y privadas del Municipio para el desarrollo de una feria de servicios en Salud al interior de las Instituciones Educativas, con el fin de lograr que los estudiantes se beneficien de la canalización efectiva y eficiente en los diferentes servicios de Salud (planificación familiar, consulta del joven, Optometría, Psicología, tamizaje visual, Salud oral, vacunación, canalización a certificación de discapacidad, abordaje con enfoque psicosocial a PVCA, etc). Dichas ferias, deberán ser diferentes a las programadas de manera extramural.

Nota: Las actividades se deben desarrollar desde la segunda entrega, hasta la sexta entrega del 2026-1.

Notificar al ente territorial sobre las intervenciones realizadas con los diversos grupos poblacionales, incluyendo los casos sociales y de Salud exitosos de canalización efectiva, su tramitología y los fallidos para su apoyo e intervención.

Nota: Las actividades se deben desarrollar desde la segunda entrega, hasta la sexta entrega del 2026-1.

Realizar talleres dirigidos a estudiantes de los grados **primero (1ro), segundo (2do) y tercero (3ro)** de la Institución Educativa Departamental priorizada:

Sesión 1. "Caja de las emociones" a través de actividades sensoriales, juegos y cuentos vinculados a las emociones, dirigido a niños y niñas, promoviendo el reconocimiento, la expresión y la gestión adecuada de las emociones que favorezcan el desarrollo socioemocional desde los primeros años de vida.
Sesión 2. "¡Soy único y especial!":
* Mi cuerpo y mis emociones.
*Somos diferentes y eso está bien.
*Roles de género: lo que pueden hacer niños y niñas.
Sesión 3. "Me cuido y pongo límites"
* Mi cuerpo es mío.
*Secretos buenos y secretos que no debemos guardar.
*Personas de confianza.
Sesión 4. Mis derechos y deberes como niño/niña
Actividades que enseñen los derechos humanos desde la infancia.
Sesión 5. Cultura ciudadana y normas de convivencia
Actividades en el aula o la comunidad para promover el respeto, el orden y la responsabilidad.

Nota: Las actividades se deben desarrollar desde la segunda entrega, hasta la sexta entrega del 2026-1.

Realizar talleres dirigidos a estudiantes de los grados **cuarto (4to) y quinto (5to)** de la Institución Educativa Departamental priorizada:

Sesión 1. "Conociéndome y respetando a las demás personas"
*¿Quién soy y qué me hace especial?
*Cambios en el cuerpo y en las emociones (pubertad inicial).
*Roles de género y estereotipos.
*Diversidad: respeto a las diferencias.
Sesión 2. Realizar actividad lúdico-recreativa "Caja de las emociones" a través de actividades sensoriales, juegos y cuentos vinculados a las emociones, dirigido a niños y niñas, promoviendo el reconocimiento, la expresión y la gestión adecuada de las emociones que favorezcan el desarrollo socioemocional desde los primeros años de vida.
Sesión 3. ¡Me cuido, digo NO y busco ayuda!"
*Conociendo mi cuerpo y los cambios en la pubertad.
*Emociones de alerta: identificar incomodidad y situaciones de riesgo.
*Prevención de violencia sexual: decir NO, buscar ayuda y denunciar.
*Personas y lugares de confianza.
Sesión 4. Mis derechos y deberes como niño/niña
Actividades que enseñen los derechos humanos desde la infancia.
Sesión 5. Cultura ciudadana y normas de convivencia
Actividades en el aula o la comunidad para promover el respeto, el orden y la responsabilidad.

Nota: Las actividades se deben desarrollar desde la segunda entrega, hasta la sexta entrega del 2026-1.

Realizar proceso de educación denominado "Mentores Emocionales" dirigido a adolescentes, para promover vínculos sanos, prevenir riesgos en salud mental y fortalecer el sentido de comunidad, la escucha activa y apoyo mutuo a través del fortalecimiento de redes de apoyo y sentido de pertenencia, con estudiantes de los grados **sexto (6to) y séptimo (7mo)** de la Institución Educativa Departamental priorizada:

Sesión 1: "Consentimiento y prevención: me cuido y respeto mis decisiones y las de los demas"
* Consentimiento: qué es y cómo identificarlo.
* Relaciones sanas y límites.
*Prevención de violencia sexual: decir NO, rutas de apoyo.
*Prevención del embarazo adolescente.
Sesión 2: Escucha activa, comunicación empática, reconocimiento de emociones y autorregulación emocional ¿Qué siento? ¿Cómo lo expreso? ¿Cómo lo manejo?, resolución pacífica de conflictos entre pares.
Sesión 3: Rol del mentor como mediador y puente, fortalecimiento del sentido de pertenencia así como la importancia de sentirse parte de un grupo. Dinámicas que refuercen la identidad colectiva ("somos equipo", "nos cuidamos").
Sesión 4: Factores de riesgo en salud mental en niños/as y adolescentes. Señales de alerta: tristeza extrema, aislamiento, agresividad, cambios de ánimo y Rutas de Atención para eventos específicos en Salud Mental.
Sesión 5. "Mi identidad y mi cuidado"
*Identidad: ¿Quién soy? ¿Qué me gusta de mí?
*Diversidad: aceptación y respeto.
*Roles de género y estereotipos.
*Cuidado del cuerpo y cuidado menstrual como parte de la salud.

Nota: Las actividades se deben desarrollar desde la segunda entrega, hasta la sexta entrega del 2026-1.

Realizar talleres dirigidos a estudiantes de los grados **octavo (8vo) y noveno (9no)** de la Institución Educativa Departamental priorizada:

Sesión 1. "Conociendo para Elegir Mejor" Identificación conceptual y promoción de habilidades para la vida y autocuidado.
Sesión 2. Escucha activa, comunicación empática, reconocimiento de emociones y autorregulación emocional ¿Qué siento? ¿Cómo lo expreso? ¿Cómo lo manejo?, resolución pacífica de conflictos entre pares.
Sesión 3. "Decide Decir No" Prevenir el consumo de bebidas artesanales y fortalecer la toma de decisiones con conocimiento de los riesgos y daños sobre su consumo.
Sesión 4. Factores de riesgo en salud mental en niños/as y adolescentes. Señales de alerta: tristeza extrema, aislamiento, agresividad, cambios de ánimo y Rutas de Atención para eventos específicos en Salud Mental.
Sesión 5. "Consentimiento y decisiones informadas para cuidarme"
*Consentimiento: qué es y su importancia.
*Relacionamiento sano y límites.
*Prevención de violencia sexual: rutas de apoyo y denuncia.
*Prevención de embarazo adolescente: métodos anticonceptivos y toma de decisiones informadas.

Nota: Las actividades se deben desarrollar desde la segunda entrega, hasta la sexta entrega del 2026-1.

Realizar talleres dirigidos a estudiantes de los grados **décimo (10mo) y once (11)** de la Institución Educativa Departamental priorizada:

Sesión 1. "Cuidando a través de las palabras" Identificar y reducir estereotipos, estigma y discriminación frente a las personas que consumen sustancias psicoactivas.
Sesión 2. "Decidir, cuidarme y prevenir"
*Consentimiento y relaciones sanas.
*Prevención de violencia sexual y rutas de apoyo.
*Prevención del embarazo adolescente y métodos anticonceptivos.
*Proyecto de vida y cuidado del cuerpo.
Sesión 3. "Tu Estilo No Necesita Cigarrillos" Prevenir el inicio y reducir el uso de vapeadores mediante estrategias educativas, de concienciación y participación activa.
Sesión 4. Rol del mentor como mediador y puente, fortalecimiento del sentido de pertenencia así como la importancia de sentirse parte de un grupo. Dinámicas que refuercen la identidad colectiva ("somos equipo", "nos cuidamos").
Sesión 5. "Energía Real, No de Lata" Sensibilizar sobre efectos secundarios del consumo de bebidas energizantes y acohólicas.

Nota: Las actividades se deben desarrollar desde la segunda entrega, hasta la sexta entrega del 2026-1.

Valor y tiempo de ejecución a convenir.

CARUL MILENA DELGADO RAMIREZ
PSICOLOGA