Lugar	CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO VILLA KENNEDY
Fecha	21/01/2026 – 02:00pm-03:00pm
Tema	Prevención de estrés laboral
Desarrollo	Se recepción a las personas de la red sur Occidente, quienes desarrollarán la actividad sobre estrés. Se inició con una actividad rompe hielo y de integración, la cual consistía en pasar un vaso plástico haciendo uso de palitos de pincho. Finalizada la actividad, la psicóloga de la red sur Occidente, menciona cómo estas actividades pues distorsionar momentos en la oficina; a partir de allí aborda la temática del estrés. Menciona que el estrés es necesario para realizar actividades de la cotidianidad, clasificándose, según su efecto en: 1. Eustrés (Estrés Positivo): Estimulante y motivador, impulsa el rendimiento y la creatividad (ej. un proyecto desafiante que genera entusiasmo). 2. Distrés (Estrés Negativo): Perjudicial y abrumador, causando ansiedad, agotamiento y baja productividad (ej. demandas insostenibles). De la misma manera menciona que, cuando el estrés laboral sobre pasa los niveles para motivar, generando efectos contrarios a lo largo del tiempo, se podría clasificar en: 1. Estrés Agudo: Reacción inmediata a una situación puntual y de alta presión, como una entrega urgente. 2. Estrés Crónico: Persiste a lo largo del tiempo por condiciones laborales sostenidas y perjudiciales, como una carga de trabajo constante o un mal ambiente. 3. Estrés Episódico Agudo: Una forma de estrés agudo que ocurre frecuentemente, haciendo que la persona se sienta abrumada de forma recurrente. Teniendo en cuenta el marco teórico anterior, la psicóloga menciona la ley 2191 de 2022 conocida como “ley de desconexión laboral” la cual garantiza que trabajadores del sector público y privado no sean contactados por temas laborales fuera de su jornada, en vacaciones o licencias. Busca equilibrar vida personal/laboral y el descanso, considerando su inobservancia como potencial acoso laboral. Se finaliza la capacitación y se anexa listado de asistencia FOR-GD-023, en el cual se registran la participación de 8 personas pertenecientes al equipo profesional Centro De Cuidado Transitorio Villa Kennedy.

Asistentes	Nombre	Cargo/Rol	Dependencia
	Se anexa listado de asistencia FOR-GD-023, Formato planilla de asistencia	No aplica	No aplica
Compromisos	Actividad	Responsable	Fecha límite
	Dar continuidad a los espacios de trabajo con las profesionales de la sub red.	Equipo interdisciplinar	Durante la vigencia del convenio.
Próxima reunión	No aplica		
Elaboró	David Izquierdo Valbuena / Profesional en psicología / Centro de cuidado transitorio villa Kennedy		

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código: FOR-GD-023
Versión: 2
Fecha: Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página: 1 de 1

1. Tema: Prevención de Estres laboral 2. Lugar o Localidad o Sede: Kennedy 3. Fecha y hora: 21-01-26 2:00 PM - 3:00 PM

4. Nombre responsable: David Izquierdo 5. Dependencia responsable: Centro de Cuidado Transitorio Villa K.

6. Ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Andrea Acosta A	cc	1015468080	CCT villa Kennedy	T. Ocupacional	Contratista	andreaacostaz@ehal	3133140305	Andrea A.
2	Robert Ruiz	cc	1030671475	CCT villa kennedy	Educador Físico	Contratista	robertruiz@Gmail.com	3507667822	
3	Brayan Camilo Borrero	cc	1030693777	CCT Villa Kennedy	Aux Servicios Generales	Contratista	huertas brayan 21 @ 6mail.com	3049004974	Brayan B
4	David Izquierdo V	CC	1024807958	CCT villa Kennedy	Profesional Psicología	Contratista	davidizquierdo.sst @gmail.com	3024613023	DAV
5	Rocio Rodriguez	cc	52158314	CCT villa Kennedy	Trabajo Social	Contratista	rociorodriguez servicios@gmail.com	3208070688	Rio Rod
6	Katherine Medina	CC	1010210151	CCT villa kennedy	Aux de enfermeria	Contratista	medinak13@gmail.com	3031805.74	Katherine M
7	Juan Felipe Marin	cc	1103366778	CCT villa kennedy	Facilitador	Contratista	Juan Felipe Marin Cuy @gmail.com	3114736039	
8	Stella Garcia	cc	52698151	CCT villa kennedy	Psicologa	Contratista	stellagarcia@	3134818453	Stella Garcia
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales:"En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecicas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.