




Outlook

ficha metodologica para 1 sesion laboratorio S mental teusaquillo

Desde Juliette Alexandra, Orjuela Gutierrez <JA2Orjuela@saludcapital.gov.co>

Fecha Mar 31/03/2026 9:21

Para Laura Patricia, Cortes Barrera <LPCortes@saludcapital.gov.co>

 1 archivo adjunto (587 KB)

lab fase 1 Tejiendo apoyo para el bienestar emocional.docx;

Buenos días Laurita

Espero te encuentres bien

Te envío ficha metodológica para fines pertinentes, de la primera sesión de laboratorio de salud mental en la localidad de Teusaquillo, con fecha probable de 14 de abril sujeta a cambios por agenda de delegada de políticas de salud mental subred Norte.

Muchas gracias

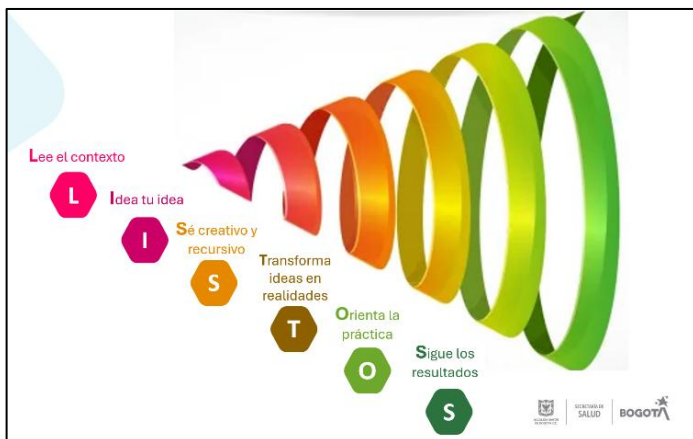


SECRETARÍA
DISTRITAL DE SALUD

JULIETTE A ORJUELA G

DIRECCIÓN DE PARTICIPACIÓN SOCIAL
GESTIÓN TERRITORIAL Y TRANSECTORIALIDAD
Secretaria Distrital de Salud
Tel: 364 9090 Ext. 9222

FICHA METODOLÓGICA PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LOS LABORATORIOS DE INNOVACIÓN Y PARTICIPACIÓN SOCIAL EN SALUD – LISTOS



Teniendo en cuenta la propuesta presentada por la Escuela de Innovación Social y Participación en Salud MAS Bienestar para la implementación de los Laboratorios de Innovación y Participación Social en Salud – LISTOS, los equipos de **Gestión Poblacional, Diferencial y de Género y Gestion Territorial para la Participación Social Transformadora**, presentan la

siguiente propuesta, en la que se consolidan las seis fases iniciales en tres fases esenciales. Estas fases recogen el proceso orientado a fortalecer y desarrollar capacidades individuales y colectivas, con el fin de aportar a la lectura y comprensión de las realidades territoriales, y generar soluciones y respuestas frente a las necesidades o problemáticas identificadas, mediante la promoción de la ideación, participación, experimentación e investigación en las comunidades.

Fase 1: Lee el contexto – Idea tu idea

- 1) Acercamiento con la organización o comunidad con la cual se va a desarrollar el laboratorio.
- 2) Definan número de sesiones, fechas, lugares y horarios de los encuentros*.
- 3) Escuche e identifique necesidades, intereses, ideas y propuestas de la comunidad con el fin de tejer lazos de confianza entre la comunidad e institución.
- 4) Defina la necesidad específica a la cual se buscará dar respuesta.

Fase 2: Se creativo y recursivo – Transforma ideas en realidades (Co-creación)

- 1) Teniendo en cuenta la necesidad definida en la primera fase, se establecerán acuerdos con la organización o grupo comunitario para adelantar un proceso de co-creación que permita abordar dicha necesidad de manera estructurada.
- 2) De manera colectiva definir el producto o iniciativa que dará respuesta a la necesidad definida

Fase 3: Prototipado y experimentación de alternativas (orienta la práctica y sigue los resultados)

- 1) De acuerdo con lo construido colectivamente en el laboratorio implemente la propuesta
- 2) Producto final: puede ser tangible o intangible siempre y cuando se pueda soportar el proceso y la evidencia de ese producto final.

Recomendaciones para el desarrollo del laboratorio:

- Realizar mínimo 3 sesiones en 3 días diferentes, o las que considere necesarias para dar garantía de un proceso como laboratorio, en el cual se cumplan las tres fases proyectadas.
- desarrolle la sesiones y temáticas establecidas manteniendo un hilo conductor que permita mantener el proceso y alcanzar el producto final.
- Evite que los encuentros se conviertan en talleres unidireccionales o con un enfoque catedrático.
- Promueva espacios de co-creación, donde se reconozca y valore el conocimiento, saberes y experiencias del otro.
- Aclare con las comunidades que el ejercicio está enfocado en el fortalecimiento de la participación social en salud, y que su propósito principal es generar capacidades y propuestas desde el territorio.
- El/la gestor/a/e que lidera el laboratorio debe brindar orientación técnica, acompañar el proceso metodológico y guiar a la comunidad hacia la consolidación del producto final, sin imponer contenidos o decisiones.

A continuación, se relaciona la ficha metodológica que permita evidenciar el proceso y la planeación de los Laboratorios sociales de Innovación – LISTOS, la cual debe ser diligenciada previa a su implementación.

FICHA METODOLOGICA LABORATORIOS DE INNOVACIÓN Y PARTICIPACIÓN SOCIAL EN SALUD – LISTOS¹.

Dirección de participación social, gestión territorial y
Transectorialidad.

Nombre del Gestor/gestora: Juliette Alexandra Orjuela Gutierrez

Localidad: Teusaquillo

Tema del Laboratorio: Violencia intrafamiliar – ideación Suicida

Grupo poblacional: Personas Mayores de la localidad de Teusaquillo – UPZ La Esmeralda

Nombre del laboratorio (diligenciarlo cuando se establezca).
Fase 1. Lee el contexto – idea tu idea.
Fecha: 14 de abril 2026
Lugar: Salón comunal La esmeralda - CI 44 c 57 00
Número de participantes: 15 y 20 participantes
Objetivo de la fase: Reconocer junto con las personas mayores de la UPZ la Esmeralda de la localidad de Teusaquillo; las situaciones relacionadas con la violencia Intrafamiliar y conducta suicida que afectan su bienestar, con el fin de identificar y priorizar de manera participativa la problemática a abordar en la primera fase lee el contexto – idea tu Idea del laboratorio de Innovación Social en Salud.
Metodología.

¹ Elaborado por: Julie Bustos Velandia, María Fernanda Salazar, Ferney Mateus, Juan Fernández, Paula Julieth Cifuentes. Gestores poblacionales - Dirección de Participación Social, Gestión Territorial y Transectorialidad, Secretaría Distrital de Salud.

Descripción	Recursos requeridos
<p>a. Se da inicio a la primera Fase idea tu idea del laboratorio de Innovación social con algunos acuerdos de confianza; dando a conocer el objetivo del laboratorio, la socialización de la priorización de la problemática “Violencia intrafamiliar – ideación Suicida” y los acuerdos de respeto, escucha, de manera que se convierta en un lugar seguro para manifestar libremente sentires y pensamiento.</p> <p>b. Cada persona recibe una hoja en blanco y se les pide que dibujen una línea horizontal. Luego, se les solicita que hagan un dibujo al principio de la línea de algo que representa el comienzo de su vida y otro al final que los identifique en la etapa actual; Después, se les pide que escriban:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Inicio: Momentos o situaciones de bienestar en su vida o en comunidad. ▪ Final: Momentos o situaciones difíciles o de malestar (tristeza, conflictos, soledad, violencia) <p>De manera voluntaria y por medio de algunas preguntas que susciten el dialogo se hace un cierre a esta actividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Quiénes estaban presentes en ese momento que gozaban de mayor bienestar? ▪ ¿Qué ha cambiado desde entonces a hoy? ▪ ¿Qué ha influido en mi bienestar o malestar? 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación de contextualización de la problemática salud mental en la localidad de Teusaquillo. • Hojas • Esferos o lápices • Papel en pliegos • Marcadores • Post-it de papel de colores • Listados de asistencia • Encuesta percepción SDS

- ¿Dónde ocurren con mayor frecuencia el malestar de las personas en el hogar, comunidad, otros espacios?
- ¿Han observado casos de soledad, tristeza o conflictos que afecten la salud emocional?
- ¿Creen o no que estas situaciones están afectando en la comunidad de la UPZ de la localidad?

Importante que la Gestora tome nota en un lugar visible de palabras clave que se repitan y que ayuden al final para la priorización.

- c. Se les invita a que hagan tres grupos y se entrega papel y marcadores solicitando que hagan un círculo mediano en el centro del papel, donde dentro pondrán los nombres de las personas que se encuentran en cada grupo y por fuera pondrán las personas, grupos o instituciones que representan apoyo en su vida cotidiana (familia, vecinos, amigos, líderes comunitarios, servicios de salud, entre otros).

Cada grupo pasara a exponer su cartelera y al final el facilitador retroalimenta dando a importancia del fortalecimiento de redes en cada etapa de la vida; expone algunos casos del transcurso de la vida.

- d. Para sacar la necesidad se busca resaltar esas palabras clave que salieron durante la sesión ejemplo: soledad, conflictos familiares, tristeza, falta de apoyo, falta de redes, carencia económica

El facilitador luego de leer lo que fue reiterativo en toda la sesión, preguntara

- ¿Qué creen que nos está haciendo falta como comunidad?

Las puedes repetir con ejemplos:

- ¿Más apoyo?
- ¿Más espacios para hablar?
- ¿Más acompañamiento?

Se va escribiendo todo lo que van manifestando en un lugar visible Ejemplo

- “Que no nos escuchan”
- “Que nos sentimos solos”
- “falta Unión”
- Los lugares para la atención a las personas mayor en Bogotá no son suficientes”
- “mas conocimiento y apoyo entre nosotros”

La gestora agrupara sus respuestas ejemplo

- ✓ Escucha + hablar = **espacios de escucha**
- ✓ apoyo + acompañamiento = **redes de apoyo**
- ✓ Unión - falta de redes= **fortalecer comunidad**

Para construir la necesidad la Gestora
Dice...

“ENTONCES., LO QUE ESTAMOS NECESITANDO COMO GRUPO ES...

VALIDAS CON ELLOS

<p>¿ESTAMOS EN ACUERDO? ¿ESTO REPRESENTA LO QUE SENTIMOS?</p> <p>e. Se hace la invitación para la segunda sesión de Co creación.</p>	
<p>Fase 2. Se creativo y recursivo – Transforma ideas en realidades</p>	
<p>Fecha:</p>	
<p>Lugar:</p>	
<p>Número de participantes:</p>	
<p>Objetivo de la fase:</p>	
<p>Metodología.</p>	
<p>Descripción</p> <p><i>Describe las acciones que se desarrollarán durante el encuentro.</i></p> <p><i>Se aclara que esto puede ser por fase o por sesión, según corresponda.</i></p>	<p>Material requerido</p> <p><i>Incluya los insumos y recursos que se requieran para el desarrollo de la fase o sesión (según corresponda).</i></p>

Fase 3. Orienta la práctica – Sigue los resultados

Fecha:

Lugar:

Número de participantes:

Objetivo de la fase:

Metodología.

Descripción	Material requerido
<p><i>Describa las acciones que se desarrollarán durante el encuentro.</i></p> <p><i>Se aclara que esto puede ser por fase o por sesión, según corresponda.</i></p>	<p><i>Incluya los insumos y recursos que se requieran para el desarrollo de la fase o sesión (según corresponda).</i></p>

- Nota: se aclara que esta ficha metodológica NO reemplaza al acta, entendiendo que es un ejercicio previo a la implementación de los Laboratorios.