
	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión de Asistencia Técnica Plan de Intervenciones Colectivas Ficha Metodológica Plan de Intervenciones Colectivas – PIC	
---	--	---

ESE EPARTAMENTAL SAN ANTONIO DE MARMATO

LINEA: Habitante de Calle

ESTRATEGIA: “Calle Digna y Segura: Inclusión y Salud para la Vida”

Nombre del profesional: Wilson Alberto Agudelo

Profesión: Psicologo

Fecha de ejecución: 27/03/2026

Lugar de la capacitación: Institución Educativa General Ramón Marín (Vereda San Juan)

Hora de inicio 10:00 am

Hora de finalización 12:00 pm

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:
Fortalecimiento de habilidades psicosociales y redes de apoyo comunitarias para la promoción de la salud mental y la prevención del consumo de sustancias psicoactivas (SPA)
2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:
Objetivo General: Fortalecer las habilidades psicosociales y las redes de apoyo comunitarias, integrando acciones de promoción de la salud mental que favorezcan el autocuidado y el bienestar colectivo de adolescentes y jóvenes, con énfasis en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas (SPA).
Objetivos Específicos: <ul style="list-style-type: none"> • Promover el desarrollo de habilidades psicosociales como la toma de decisiones, el manejo adecuado de emociones y la resolución pacífica de conflictos en adolescentes y jóvenes. • Sensibilizar a los participantes sobre los riesgos asociados al consumo de sustancias psicoactivas (SPA), fortaleciendo factores protectores individuales y comunitarios. • Fomentar el autocuidado y la construcción de estilos de vida saludables que contribuyan al bienestar emocional y mental. • Fortalecer las redes de apoyo comunitarias mediante la identificación de actores significativos y espacios de apoyo disponibles en el entorno.
3. CURSO DE VIDA



DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS
SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD
Proceso Gestión de Asistencia Técnica
Plan de Intervenciones Colectivas
Ficha Metodológica Plan de Intervenciones
Colectivas – PIC



La actividad está dirigida principalmente al curso de vida Adolescencia y Juventud, comprendiendo población entre los 12 y 28 años, quienes se encuentran en una etapa de desarrollo caracterizada por la consolidación de la identidad personal, el fortalecimiento de habilidades sociales y la toma de decisiones que impactan su proyecto de vida.

Durante esta etapa se identifican mayores riesgos asociados a la influencia de pares, curiosidad frente a nuevas experiencias y exposición a factores sociales que pueden favorecer el inicio del consumo de sustancias psicoactivas (SPA). Por tal motivo, el proceso formativo se orienta a fortalecer habilidades psicosociales, promover el autocuidado, fomentar relaciones saludables y fortalecer las redes de apoyo familiares, escolares y comunitarias.

4. METODOLOGIA

La metodología implementada durante el desarrollo de la jornada se estructuró bajo un enfoque participativo, vivencial, reflexivo e inclusivo, orientado a promover el aprendizaje significativo, la construcción colectiva del conocimiento y el fortalecimiento de habilidades personales y sociales en los adolescentes y jóvenes participantes. Este enfoque metodológico permitió que los asistentes no solo recibieran información, sino que también se involucraran activamente en cada una de las actividades propuestas, favoreciendo el intercambio de experiencias, el reconocimiento de saberes previos y la reflexión crítica frente a las situaciones cotidianas relacionadas con la toma de decisiones y la prevención de conductas de riesgo.

El desarrollo de la jornada inició con una fase de apertura y sensibilización, en la cual se realizaron dinámicas de integración grupal diseñadas para facilitar la participación activa, el reconocimiento entre pares y la generación de un ambiente de confianza, respeto y escucha activa. Estas dinámicas permitieron disminuir las barreras iniciales de comunicación, fortalecer la cohesión grupal y promover un clima emocional positivo que favoreciera la expresión libre de ideas, opiniones y experiencias personales. Asimismo, en esta fase se socializaron los objetivos de la jornada, las normas básicas de convivencia y participación, y la importancia de mantener una actitud de respeto hacia las intervenciones de los demás, lo cual contribuyó al adecuado desarrollo de las actividades posteriores.

Posteriormente, se desarrollaron actividades lúdico-pedagógicas estructuradas, las cuales incluyeron lluvias de ideas, conversatorios dirigidos, análisis de situaciones cotidianas, ejercicios de asociación de conceptos, juegos de roles, dramatizaciones breves y dinámicas grupales orientadas al fortalecimiento de habilidades psicosociales. Estas actividades fueron diseñadas con el propósito de facilitar la comprensión de los temas abordados mediante estrategias didácticas dinámicas y participativas, que permitieran a los participantes reflexionar sobre sus propias experiencias y reconocer alternativas de comportamiento saludables.

Dentro de estas actividades, se abordaron temáticas relacionadas con el manejo adecuado de emociones, permitiendo a los participantes identificar emociones básicas y complejas, reconocer situaciones que generan estrés, frustración o presión social, y explorar estrategias saludables para la regulación emocional. Asimismo, se trabajaron habilidades relacionadas con la comunicación asertiva, promoviendo el uso de expresiones claras, respetuosas y oportunas para la manifestación de ideas, sentimientos y necesidades, así



DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS
SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD
Proceso Gestión de Asistencia Técnica
Plan de Intervenciones Colectivas
Ficha Metodológica Plan de Intervenciones
Colectivas – PIC



como la escucha activa y el respeto por la opinión de los demás.

Igualmente, se fortalecieron competencias relacionadas con la toma de decisiones responsables, mediante el análisis de escenarios hipotéticos y situaciones reales que pueden presentarse en el entorno social, escolar y familiar. A través de estos ejercicios, los participantes reflexionaron sobre las posibles consecuencias de sus decisiones, identificaron alternativas positivas frente a situaciones de presión social y reconocieron la importancia de evaluar riesgos y beneficios antes de actuar. De manera complementaria, se trabajaron habilidades relacionadas con la resolución pacífica de conflictos, promoviendo estrategias de diálogo, negociación, empatía y búsqueda de acuerdos que contribuyan a la convivencia armónica y al fortalecimiento de relaciones interpersonales saludables.

De igual manera, se desarrollaron espacios de reflexión guiada, en los cuales se abordaron de manera específica los factores de riesgo y factores protectores asociados al consumo de sustancias psicoactivas (SPA). Durante estos espacios, se facilitó el análisis de situaciones que pueden favorecer el inicio o mantenimiento del consumo, tales como la presión de grupo, la curiosidad, la falta de información, las dificultades familiares o emocionales y la influencia del entorno social. Asimismo, se promovió la identificación de factores protectores como el fortalecimiento de la autoestima, el desarrollo de proyectos de vida, la práctica de hábitos saludables, el apoyo familiar y el acompañamiento institucional.

En estos espacios reflexivos, los participantes tuvieron la oportunidad de expresar sus percepciones, dudas y conocimientos previos frente al consumo de SPA, lo cual permitió aclarar mitos, brindar información veraz y promover la toma de conciencia frente a las consecuencias físicas, psicológicas y sociales derivadas del consumo. Se resaltó la importancia del autocuidado como una herramienta fundamental para la protección de la salud integral, promoviendo prácticas relacionadas con el cuidado del cuerpo, la mente y las relaciones interpersonales.

Durante el desarrollo de la jornada, también se promovió la identificación y fortalecimiento de redes de apoyo comunitarias, mediante actividades orientadas a reconocer personas significativas dentro del entorno familiar, escolar y comunitario, tales como padres, cuidadores, docentes, orientadores escolares, líderes comunitarios y profesionales de la salud. Asimismo, se identificaron instituciones locales que pueden brindar acompañamiento y orientación ante situaciones de vulnerabilidad o riesgo, fortaleciendo la percepción de apoyo social y la confianza en los recursos disponibles dentro del territorio. Adicionalmente, se implementaron estrategias de participación grupal, en las cuales se incentivó el trabajo colaborativo, la cooperación y el respeto por la diversidad de opiniones. Estas estrategias contribuyeron al fortalecimiento del sentido de pertenencia, la solidaridad y la responsabilidad compartida, promoviendo la construcción de acuerdos colectivos orientados al cuidado mutuo y la prevención de conductas de riesgo dentro del grupo.

Durante toda la jornada, se mantuvo una metodología flexible y adaptativa,



DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS
SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD
Proceso Gestión de Asistencia Técnica
Plan de Intervenciones Colectivas
Ficha Metodológica Plan de Intervenciones
Colectivas – PIC



permitiendo ajustar el ritmo de las actividades de acuerdo con las características del grupo, el nivel de participación y las necesidades identificadas durante el proceso. De igual manera, se promovió el uso de recursos didácticos visuales y materiales de apoyo que facilitaron la comprensión de los contenidos y estimularon la participación activa de los asistentes.

Como resultado del proceso de capacitación, se evidenció una participación activa, constante y comprometida por parte de los adolescentes y jóvenes, quienes demostraron interés por los temas abordados y disposición para compartir sus experiencias y opiniones. Se observó un fortalecimiento significativo en sus habilidades de expresión emocional, mayor confianza para interactuar con sus pares y facilitadores, así como una actitud reflexiva frente a la toma de decisiones relacionadas con su bienestar personal y social.

Asimismo, los participantes demostraron comprensión frente a los contenidos desarrollados, evidenciando la apropiación de conceptos relacionados con la prevención del consumo de sustancias psicoactivas, la importancia del autocuidado y la relevancia de mantener hábitos saludables en su vida cotidiana. Se identificó una mayor conciencia frente a los riesgos asociados al consumo de SPA y sus posibles consecuencias, tanto a nivel individual como familiar y comunitario.

De igual forma, se evidenció el reconocimiento del apoyo familiar y comunitario como factores protectores fundamentales, resaltando la importancia de fortalecer los vínculos afectivos, la comunicación familiar y la participación en actividades comunitarias que promuevan estilos de vida saludables. Los participantes manifestaron la importancia de contar con espacios de acompañamiento y orientación que les permitan resolver inquietudes, fortalecer sus habilidades personales y recibir apoyo en momentos de dificultad.

Finalmente, se destacó el interés y la motivación de los participantes por continuar participando en este tipo de espacios formativos, reconociendo su valor como herramientas fundamentales para el fortalecimiento del bienestar integral, la prevención de conductas de riesgo y la construcción de proyectos de vida saludables. En este sentido, la jornada permitió generar aprendizajes significativos, promover la reflexión crítica y fortalecer competencias personales y sociales que contribuyen al desarrollo integral de los adolescentes y jóvenes dentro de sus contextos familiares, escolares y comunitarios.

Firma

WILSON ALBERTO AGUDELO
PROFESIÓN PSICOLOGO



DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS
SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD
Proceso Gestión de Asistencia Técnica
Plan de Intervenciones Colectivas
Ficha Metodológica Plan de Intervenciones
Colectivas – PIC

