Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC	
Municipio	Choconta Cundinamarca
Lugar	Polideportivo Choconta
Fecha	13 de Abril de 2026
Tema	Decisiones y autonomía Personal
Entorno	Comunitario
Objetivo	Desarrollar pensamiento crítico frente a las decisiones sobre la vida sexual y reproductiva. Impulsar la inclusión y el respeto por la diversidad de identidades de género y orientaciones.
RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos):	YENI MARLEN BERMÚDEZ LÓPEZ
Número Documento de identidad del responsable de la actividad	1015435409
Soporte listado de asistencia A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS – formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091.	

1. Desarrollo de la Actividad

1.1 Descripción de la población asistente

Se contó con la participación de 17 jóvenes y adolescentes pertenecientes a la escuela de formación en voleibol del municipio, distribuidos en 15 mujeres y 2 hombres. La población beneficiaria corresponde al curso de vida adolescente y juvenil, en ámbito comunitario y deportivo. Se identificó un enfoque diferencial de género, considerando la participación predominante femenina. Este grupo se reconoce como población en proceso de formación, con alta receptividad para el abordaje de temáticas relacionadas con autonomía personal, toma de decisiones y prevención de riesgos asociados a la salud sexual y reproductiva.

1.2 Metodología de la actividad realizada

La metodología desarrollada fue de tipo participativa y vivencial, orientada al aprendizaje significativo mediante el diálogo, la reflexión y la interacción activa de los participantes,

fortaleciendo el pensamiento crítico frente a la autonomía personal, la toma de decisiones y la salud sexual y reproductiva.
La actividad se estructuró en tres momentos: inicio, desarrollo y cierre. En el inicio se realizó una dinámica lúdica rompe hielo para motivar la participación y reconocer saberes previos. En el desarrollo se abordaron temas relacionados con la toma de decisiones sexuales y reproductivas, consentimiento, planificación familiar, tipos de violencias (física, psicológica, sexual, económica y simbólica), autonomía personal y estereotipos de género, mediante preguntas orientadoras y análisis de situaciones cotidianas. Esto permitió la reflexión colectiva y la construcción de aprendizajes significativos.
Finalmente, en el cierre se realizó un espacio de retroalimentación donde los participantes compartieron conclusiones y aprendizajes, reforzando mensajes clave sobre autonomía, respeto, diversidad, prevención de violencias y la importancia de la planificación familiar como herramienta para la toma de decisiones informadas.
la planificación familiar como herramienta para la toma de decisiones informadas.

2. Actividades desarrolladas

2.1 Actividad lúdica de inicio

Se realizó una dinámica rompe-hielo denominada “Decido con libertad”, en la cual los participantes expresaron en una palabra lo que significaba para ellos tomar decisiones sobre su cuerpo y su vida. Esta actividad permitió generar confianza, motivación y participación activa, facilitando la identificación de saberes previos y la apertura al diálogo sobre el tema central.

2.2 Explicación del tema

Se abordaron temas relacionados con decisiones sexuales y reproductivas, consentimiento, planificación familiar, tipos de violencias (física, psicológica, sexual, económica y simbólica), autonomía personal y transformación de estereotipos de género. Se enfatizó en la importancia del consentimiento como base fundamental en las relaciones interpersonales y en la toma de decisiones libres, informadas y sin presiones externas. Asimismo, se explicó la relevancia de la planificación familiar como herramienta para la prevención de riesgos y la toma de decisiones responsables. Se promovió la reflexión sobre cómo las diferentes formas de violencia y los estereotipos de género influyen en la vida cotidiana, resaltando el respeto por la diversidad y la necesidad de identificar y prevenir situaciones de riesgo.

2.3 **Descripción del material didáctico utilizado**

Se utilizaron carteles ilustrativos, papelógrafos, marcadores y tarjetas con frases reflexivas relacionadas con autonomía, consentimiento, planificación familiar, tipos de violencias y diversidad.

2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes

- ✓ ¿Cómo identificar una situación de violencia psicológica en una relación?
- ✓ ¿Qué métodos de planificación familiar son adecuados para adolescentes?
- ✓ ¿Cómo diferenciar consentimiento de presión o manipulación?

- ✓ ¿A qué servicios de salud se puede acudir en caso de violencia o dudas sobre planificación familiar?
- ✓ ¿Cómo reconocer si una relación es sana o violenta?

3. Resumen

Durante la actividad se desarrollaron acciones orientadas al fortalecimiento del liderazgo juvenil estratégico, priorizando:
Sensibilización sobre el impacto de la toma de decisiones.
Promoción del liderazgo comunitario activo.
Desarrollo de habilidades comunicativas y expresivas.
Fortalecimiento de factores protectores en adolescentes y jóvenes.
Se evidenció apropiación progresiva del rol de agente multiplicador dentro del entorno educativo y comunitario.

4. Conclusiones y recomendaciones

Conclusiones

Se logró el cumplimiento del objetivo propuesto en la actividad, generando un espacio de aprendizaje significativo con 17 jóvenes y adolescentes de la escuela de formación en voleibol, donde se promovió la reflexión crítica frente a la autonomía personal, la toma de decisiones en salud sexual y reproductiva, el consentimiento, la planificación familiar y la identificación de los diferentes tipos de violencias (física, psicológica, sexual, económica y simbólica). La estrategia metodológica participativa permitió la apropiación de conceptos clave y la relación de estos con situaciones cotidianas del entorno personal, familiar y social de los participantes.
Asimismo, se evidenció un alto interés por parte del grupo en las temáticas abordadas, favoreciendo el diálogo abierto, el reconocimiento de experiencias previas y la construcción colectiva de aprendizajes. Se fortaleció la comprensión de la importancia de tomar decisiones informadas, libres de presiones externas, así como la necesidad de promover relaciones basadas en el respeto, la igualdad y la no violencia. De igual manera, se identificó la relevancia de continuar reforzando el conocimiento sobre planificación familiar como una herramienta fundamental para la prevención de riesgos y el ejercicio responsable de la sexualidad.
Como dificultad, se identificó inicialmente timidez en algunos participantes para expresar opiniones, la cual fue superada progresivamente mediante dinámicas lúdicas y estrategias de participación activa.

Recomendaciones

Continuar desarrollando este tipo de espacios educativos de manera periódica, fortaleciendo procesos pedagógicos enfocados en salud sexual y reproductiva, prevención de violencias y promoción de derechos. Es importante implementar metodologías innovadoras, lúdicas y

vivenciales que faciliten la participación activa de adolescentes y jóvenes, especialmente en contextos deportivos y comunitarios.

De igual forma, se recomienda articular estas actividades con los servicios de salud amigables para adolescentes y jóvenes, con el fin de garantizar orientación oportuna en planificación familiar, prevención de violencias y atención integral. Finalmente, se sugiere involucrar de manera progresiva a líderes deportivos, docentes y cuidadores, con el propósito de fortalecer redes de apoyo que contribuyan a la construcción de entornos protectores y al desarrollo integral de los participantes.

Evidencias fotográficas



Gobernación de Cundinamarca	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA	Código: M-PDS-GSP-FR-029
		Versión: 02
	Información de Actividades PIC	Fecha de Aprobación: 17 de enero 2025.



