



SECRETARÍA DE  
INTEGRACIÓN SOCIAL



## SOPORTE INFORME DE ACTIVIDADES MAYO DE 2026

### ANEXO 1.4

**ACTIVIDAD** SEGUNDA SESIÓN FORMATIVA DE PREVENCIÓN DE CONSUMO  
IED QUIBA GRADO 11

**FECHA:** 05-05-2026

**TEMA:** Segunda sesión formativa del ciclo Mixto 360, orientada a la prevención del consumo de SPA, desarrollada con estudiantes de grado once de la Institución Educativa Distrital Quiba, ubicada en la localidad de Ciudad Bolívar.

**ASISTENTES:** Sergio Castañeda, Cristina Pedraza y 20 participantes.

**CONCLUSIONES:** La sesión permitió generar un espacio de reflexión sobre las sustancias psicoactivas y sus efectos, promoviendo la participación y el reconocimiento de conocimientos previos. A través de ejemplos cercanos, se facilitó la comprensión de conceptos clave y se sensibilizó a los aprendices sobre la importancia de tomar decisiones conscientes frente al consumo y su impacto en el bienestar y el proyecto de vida.

## **ACTA N°**

**FECHA:** Bogotá, mayo, 5 de 2026.

**HORA:** 08:20 a.m. – 10:20 am.

**LUGAR:** IED QUIBA Ciudad Bolívar

**TEMA:** Segunda sesión formativa del ciclo Mixto 360, orientada a la prevención del consumo de SPA, desarrollada con estudiantes de grado once de la Institución Educativa Distrital Quiba, ubicada en la localidad de Ciudad Bolívar.

**ASISTENTES:** Sergio Castañeda, Cristina Pedraza y 20 participantes.

### **DESARROLLO:**

#### **1.Planeación de la actividad:**

En el marco del proceso de planeación, el profesional Juan David Peralta realizó articulación con la orientadora de la IED Quiba, ubicada en la localidad de Ciudad Bolívar, con el propósito de implementar ciclos formativos dirigidos a estudiantes de los grados noveno, décimo y once.

En consecuencia, durante el mes de abril se dio apertura a este proceso, contando con la participación de los gestores psicosociales y del equipo de la estrategia Móvil, quienes darán continuidad a las acciones formativas durante el mes de mayo.

## **2.Objetivo de la actividad:**

Propiciar un espacio de reflexión en torno a los motivos, emociones y contextos que pueden incidir en el consumo de sustancias psicoactivas, promoviendo el reconocimiento de la relación entre el bienestar emocional, el entorno y la toma de decisiones. Lo anterior, mediante metodologías lúdicas, artísticas y participativas que permitan a las y los jóvenes identificar factores individuales, sociales y ambientales asociados al consumo, fortaleciendo así sus habilidades de análisis, autocuidado y prevención.

## **3.Descripción de la Actividad:**

El espacio inició con la presentación de los referentes de la Estrategia Móvil, Sergio Castañeda y Cristina Pedraza, quienes realizaron una breve contextualización sobre su rol y las acciones desarrolladas en el territorio. Posteriormente, se socializaron los servicios ofrecidos por la Subdirección para la Juventud de la Secretaría Distrital de Integración Social, con el propósito de que las y los aprendices conocieran las oportunidades, programas y espacios de participación dirigidos a la población juvenil.

Seguidamente, se presentó una descripción de los servicios brindados por las Casas de Juventud, resaltándolas como escenarios de encuentro, orientación, formación y participación para las y los jóvenes de la ciudad. Asimismo, se explicó el papel de la Estrategia Móvil, orientada a acercar la oferta institucional a territorios de borde urbano, zonas rurales e instituciones educativas alejadas de una Casa de Juventud, facilitando el acceso a procesos formativos, acompañamiento y actividades enfocadas en el fortalecimiento del bienestar y la participación juvenil.

Posteriormente, se establecieron acuerdos de convivencia con el fin de promover un entorno seguro y respetuoso entre las y los participantes. Para ello, se propusieron acuerdos relacionados con la escucha activa, el respeto por las opiniones de los compañeros y compañeras, y la participación organizada durante el espacio. De igual

manera, se abrió un momento para que las y los jóvenes sugirieran acuerdos adicionales, fomentando así su participación y autorregulación en el proceso formativo.

En el desarrollo del espacio formativo, el facilitador Sergio Castañeda presentó el objetivo de la sesión, orientado a identificar los tipos de sustancias psicoactivas y sus efectos a corto y largo plazo en el sistema nervioso central, así como en el desarrollo físico, mental y emocional, a partir de ejercicios de análisis y reflexión.

Como apertura de la sesión, se desarrolló el ejercicio “Reconociendo hábitos y prácticas”, facilitado por Cristina Pedraza. La actividad permitió que las y los participantes reflexionaran, mediante dinámicas corporales y expresiones lúdicas, sobre hábitos relacionados con el manejo emocional, el uso de redes sociales, la presión de grupo, el estrés y conductas asociadas al bienestar y al consumo. Posteriormente, se generó un espacio de reflexión colectiva en el que se analizaron algunos patrones de comportamiento y su impacto en el bienestar físico, emocional y social. Asimismo, se abordaron situaciones relacionadas con alteraciones en hábitos de sueño, experiencias emocionales y dificultades en la gestión emocional, vinculándolas con posibles factores asociados al consumo de sustancias psicoactivas.

Posteriormente, el gestor psicosocial Sergio Castañeda profundizó en la identificación de los diferentes tipos de sustancias psicoactivas, diferenciando entre sustancias legales e ilegales, y analizando algunos de los contextos en los que pueden presentarse en la vida cotidiana. Asimismo, mencionó la existencia de sustancias provenientes de pueblos ancestrales, invitando a reconocer sus usos culturales y contextuales.

Durante el desarrollo del espacio, se dialogó sobre los efectos y consecuencias del consumo, tanto en fases experimentales como en situaciones de consumo recurrente, abordando implicaciones en la salud física, emocional y social. En este marco, se explicó el papel de la dopamina en el cerebro y cómo las sustancias psicoactivas generan sensaciones de placer y bienestar que pueden influir en la repetición del consumo.

A través de ejemplos y reflexiones colectivas, el facilitador realizó una analogía con las relaciones afectivas, señalando que estas también generan liberación de dopamina y

sensaciones de bienestar y apego. Asimismo, explicó que, tras una ruptura afectiva, pueden experimentarse respuestas emocionales similares a procesos de abstinencia, permitiendo comprender de manera más cercana los procesos de deseo, apego y dependencia tanto en las relaciones como en el consumo de sustancias.

Finalmente, la sesión se orientó hacia una reflexión sobre la toma de decisiones, resaltando la importancia de analizar las consecuencias de las acciones y su impacto en el bienestar personal, las relaciones con el entorno y la construcción del proyecto de vida.

**4. Participación:** 20 participantes.

## **5. Resultado**

- Se identificó reconocimiento por parte de las y los participantes sobre algunos hábitos cotidianos relacionados con el manejo emocional, el uso excesivo de redes sociales, alteraciones en rutinas de sueño y conductas influenciadas por la presión de grupo.
- Las y los jóvenes lograron establecer relaciones entre las emociones, el bienestar emocional y algunos factores que pueden influir en el inicio o mantenimiento del consumo de sustancias psicoactivas como la dependencia emocional, el escape emocional y la curiosidad y exploración.
- Se fortaleció la comprensión frente a los diferentes tipos de sustancias psicoactivas, diferenciando sustancias legales e ilegales, así como algunos de sus efectos en la salud física, emocional y social.
- A través de las reflexiones desarrolladas, las y los participantes reconocieron la importancia de la gestión emocional y la toma de decisiones conscientes en la prevención de conductas de riesgo.
- El espacio permitió promover la participación, la escucha activa y el respeto por las opiniones de los compañeros y compañeras, favoreciendo un ambiente de confianza y aprendizaje colectivo.

## **6. Aprendizajes/ Hallazgos:**

- Se evidenció que las y los estudiantes reconocen la presencia y normalización del consumo de distintas sustancias en algunos entornos sociales y cotidianos como lo son el Tusi y el alcohol, identificando la importancia de conocer qué se consume y los efectos que dichas sustancias pueden generar en la salud física, emocional y mental.
- Durante el espacio surgieron reflexiones orientadas a evitar juicios de valor, estigmatización o estereotipos frente a las personas consumidoras, promoviendo una mirada más empática, comprensiva y basada en el respeto por las experiencias individuales.
- Las y los participantes identificaron que algunas prácticas cotidianas, como el uso excesivo del celular y las redes sociales, pueden generar conductas adictivas o de dependencia, afectando hábitos de sueño, concentración, relaciones interpersonales y bienestar emocional.
- Se reconoció la relación existente entre emociones, presión social, búsqueda de bienestar inmediato y posibles conductas de consumo o dependencia, favoreciendo la reflexión sobre estrategias de autocuidado y gestión emocional.
- El espacio permitió fortalecer el análisis crítico frente a las decisiones individuales y colectivas, comprendiendo la importancia de identificar factores de riesgo y protección en los distintos contextos de vida.

## 7. Fotos





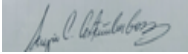

**Nota:**

**Compromisos:**

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

CONVOCATORIA.

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Sergio Castañeda	Contratista	SDIS- SUB JUVENTUD	
Cristina Pedraza	Contratista	SDIS- SUB JUVENTUD	

Anexos: Ninguno

Elaboró: Julieth Cristina Pedraza Vargas