ESE HOSPITAL SAN JOSÉ VITERBO

Línea: No Transmisibles

Estrategia: Territorio atento al cáncer

Nombre del profesional: Alexa Ximena Restrepo

Hernández **Profesión:** Enfermería

Fecha de ejecución: 22/04/2026

Lugar de la capacitación: Institución educativa Nazario Restrepo

Hora de inicio y finalización: 9:30 a.m. – 10:30 a.m.

Participantes: 12

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

"3 jornada de procesos informativos sobre signos y síntomas de CA"

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACION:

Objetivo general:

Fortalecer el conocimiento de los padres de familia sobre el cáncer, sus signos y síntomas de alerta, promoviendo la detección temprana, el autocuidado y la adopción de estilos de vida saludables.

Objetivos específicos:

- Brindar información clara sobre el concepto de cáncer y su impacto en la salud.
- Identificar los principales signos y síntomas de alerta en los diferentes tipos de cáncer.
- Sensibilizar a los participantes sobre la importancia de la detección temprana.
- Promover la consulta médica oportuna ante la presencia de signos o síntomas sospechosos.
- Fomentar prácticas de autocuidado y hábitos de vida saludables.

3. METODOLOGIA

TEMAS ABORDADOS:

- Definición de cáncer.
- Importancia de la detección temprana.
- Cáncer de mama.
- Cáncer de cérvix.
- Cáncer de piel.
- Cáncer de próstata.
- Cáncer colorrectal.
- Signos y síntomas generales de alerta.
- Autocuidado y estilos de vida saludables.

La actividad educativa se desarrolló el día 22 de abril de 2026, en el horario de 9:30 a.m. a 10:30 a.m., en la Institución Educativa Nazario Restrepo, dirigida a 12 padres de familia, de los cuales 10 se encontraban en etapa de adultez y 2 en etapa de adulto mayor, con el propósito de fortalecer el conocimiento sobre el cáncer, sus signos y síntomas de alerta, promover la detección temprana y fomentar prácticas de autocuidado en la población participante.

Para el desarrollo de la jornada, se implementó una metodología con enfoque participativo, educativo y preventivo, orientada a facilitar el aprendizaje significativo, la apropiación del conocimiento y la generación de conciencia frente al cuidado de la salud. Previo al inicio de la actividad, se realizó el registro de asistencia, con el fin de llevar control y evidencia de la población intervenida.

En la fase inicial, se llevó a cabo el saludo y la presentación, creando un ambiente de confianza, respeto y disposición para el aprendizaje. Seguidamente, se realizó la presentación del tema y los objetivos de la actividad, permitiendo a los participantes comprender el propósito de la jornada.

Posteriormente, se brindó una definición clara y comprensible del cáncer, explicando que es una enfermedad caracterizada por el crecimiento descontrolado de células anormales que pueden invadir tejidos y órganos, así como su impacto en la salud y la importancia de su identificación oportuna. En esta misma fase, se hizo especial énfasis en la importancia de la detección temprana, destacando que el reconocimiento oportuno de signos y síntomas permite mejorar el pronóstico, facilitar el tratamiento y disminuir complicaciones.

En la fase de desarrollo, se llevó a cabo una charla educativa estructurada, basada en la exposición oral, utilizando un lenguaje claro, sencillo y adaptado a la población adulta y adulta mayor. Durante esta etapa, se abordaron los principales tipos de cáncer: cáncer de mama, cérvix, piel, próstata y colorrectal, explicando sus características generales, factores de riesgo y signos y síntomas de alerta.

En relación con el cáncer de mama, se explicaron signos como la presencia de masas o bultos, cambios en la forma o tamaño de la mama, alteraciones en la piel y secreciones anormales, resaltando la importancia de la autoexploración y los controles médicos. Para el cáncer de cérvix, se abordaron signos como el sangrado vaginal

anormal, flujo vaginal inusual y dolor pélvico, haciendo énfasis en la citología como método de detección temprana. En cuanto al cáncer de piel, se destacaron los cambios en lunares, aparición de manchas nuevas, variaciones en el color o tamaño y lesiones que no cicatrizan. Respecto al cáncer de próstata, se explicaron síntomas urinarios como dificultad para orinar, disminución del flujo urinario y aumento en la frecuencia, resaltando la importancia de los controles médicos periódicos. En relación con el cáncer colorrectal, se socializaron signos como cambios en los hábitos intestinales, presencia de sangre en las heces, dolor abdominal persistente y pérdida de peso inexplicada.

De manera complementaria, se reforzaron signos y síntomas generales de alerta, tales como fatiga persistente, dolor continuo, sangrados inusuales, cambios en la piel y alteraciones en el estado general de salud, con el fin de que los participantes pudieran identificar oportunamente posibles alteraciones.

Durante toda la jornada, se promovió la participación activa de los asistentes, mediante la formulación de preguntas abiertas, resolución de inquietudes e intercambio de experiencias, lo cual permitió identificar conocimientos previos, aclarar mitos y fortalecer el aprendizaje.

Asimismo, se fomentó un espacio de reflexión sobre el autocuidado, resaltando la importancia de adoptar estilos de vida saludables, realizar controles médicos periódicos y acudir oportunamente a los servicios de salud ante la presencia de cualquier signo o síntoma sospechoso.

En la fase de cierre, se realizó una retroalimentación general, en la cual se reforzaron los conceptos clave abordados durante la actividad, se resolvieron dudas finales y se motivó a los participantes a aplicar los conocimientos adquiridos en su vida diaria, así como a compartir la información en su entorno familiar y comunitario.

Finalmente, la actividad permitió generar un espacio educativo significativo, fortaleciendo los conocimientos de los participantes sobre el cáncer, sus signos y síntomas y la importancia de la detección temprana, promoviendo conductas responsables frente al cuidado de la salud y contribuyendo al bienestar individual y colectivo.

Para concluir:

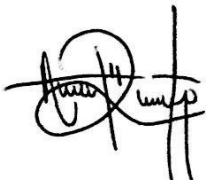
La actividad educativa realizada el 22 de abril de 2026, en la Institución Educativa Nazario Restrepo, permitió fortalecer los conocimientos de los padres de familia participantes, tanto en etapa de adultez como de adulto mayor, en relación con el concepto de cáncer, sus signos y síntomas de alerta y la importancia de la detección temprana como estrategia fundamental para mejorar el pronóstico y la calidad de vida.

La socialización de los diferentes tipos de cáncer de mama, cérvix, piel, próstata y colorrectal facilitó en los asistentes la identificación de señales de riesgo y promovió una mayor conciencia sobre la necesidad de realizar controles médicos periódicos y acudir oportunamente a los servicios de salud ante cualquier anomalía.

El abordaje de los signos y síntomas generales permitió ampliar la capacidad de reconocimiento de posibles alteraciones en el estado de salud, fortaleciendo así las prácticas de autocuidado en la población participante. Asimismo, la utilización de una metodología participativa favoreció la interacción, el intercambio de experiencias y la resolución de dudas, lo cual contribuyó significativamente al proceso de aprendizaje.

La participación activa evidenció interés por parte de los asistentes y la necesidad de continuar desarrollando estrategias de educación en salud dirigidas a la comunidad, especialmente en población adulta y adulta mayor, donde el riesgo de enfermedades crónicas como el cáncer es mayor.

En conclusión, la actividad cumplió con los objetivos propuestos, promoviendo la detección temprana, el autocuidado y la adopción de hábitos de vida saludables, además de incentivar la difusión de la información en el entorno familiar y social, contribuyendo al fortalecimiento de la salud comunitaria.



_____
Alexa Ximena Restrepo Hernández
Enfermera PIC Municipal
T.P: 1061368498