N: ACTA:	004					
PROGRAMA:	Convivencia Social y Salud Mental(Pic)					
COMPONENTE:	Servicio de gestión del riesgo en temas de trastornos mentales					
N. ESTRATEGIA	Santa María Te Escucha					
INTERVENCIÓN	Realizar dos (2) sesiones educativas dirigidas a mujeres gestantes y en periodo posparto en zona urbana y rural del municipio de Santa María, con una participación mínima de veinte (20) personas por sesión, incluyendo familiares y cuidadores. Las sesiones estarán orientadas a la prevención de la depresión posparto, el fortalecimiento del apoyo familiar, el reconocimiento de signos de alarma en salud mental materna y la promoción del autocuidado, facilitando la detección temprana y la activación oportuna de rutas de atención.					
INDICADOR DE PRODUCTO	1905022 Servicio de gestión del riesgo en temas de trastornos mentales					
INDICADOR DE RESULTADO	A 2027, mantener a 27.5 x 100,000 la tasa de mortalidad de suicidio					
TALENTO HUMANO	Psicóloga					
FECHA:	16/05/2026 – 20/05/2026					
HORA DE INICIO	2:00 PM	**HORA CULMINACIÓN:**		3:30 PM		
DURACIÓN:	1 hora y 30 minutos					
ÁMBITO TERRITORIAL:	**Urbano**	**Rural**		**Rural disperso**		
	X					
ENTORNO:	**Hogar**	**Comunitario**	**Educativo**	**Laboral**	**Institucional**	
		X			x	
CURSO DE VIDA	**P. Infancia**	**Infancia**	**Adolescencia**	**Juventud**	**Adultez**	**Vejez**
				X	x	
LUGAR:	ESE Nuestra Señora del Carmen – CIC Municipal					
REDACTADA POR:	Angi Paola Castillo Sánchez					
PERSONAL FACILITADOR	**NOMBRE**			**CARGO**		
	Sonia Velandia Ortiz Lorena Urrego			Gerente ESE Psicóloga ICBF		
OBJETIVO DE LA ACTIVIDAD	Fortalecer conocimientos y habilidades para el cuidado de la salud mental durante la gestación y el posparto, promoviendo la identificación temprana de signos de alarma y la búsqueda oportuna de apoyo.					
JUSTIFICACIÓN PARA EL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	La salud mental materna constituye un componente fundamental para el bienestar integral de la madre, el recién nacido y su entorno familiar. Durante el embarazo y el período posparto las mujeres experimentan cambios físicos, hormonales, emocionales y sociales que pueden incrementar la vulnerabilidad frente a problemas de salud mental como la depresión posparto, la ansiedad, el estrés, la sobrecarga del cuidado y el aislamiento social. En el departamento del Huila, la salud mental continúa siendo una prioridad de salud pública. De acuerdo con el Observatorio de Salud del Huila, los trastornos mentales y los eventos asociados a la conducta suicida representan un desafío importante para el sistema de salud, lo que ha motivado el fortalecimiento de acciones de promoción, prevención y detección temprana en los diferentes grupos poblacionales.					

Asimismo, los boletines epidemiológicos departamentales evidencian que los problemas familiares, los conflictos de pareja y los antecedentes de trastornos mentales se encuentran entre los principales factores asociados a los eventos relacionados con afectaciones en salud mental y conducta suicida, situaciones que pueden impactar de manera significativa a las mujeres durante la gestación y el posparto.

CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN ASISTENTE

EDADES	TOTAL	PERTENENCIA ÉTNICA	TOTAL	EPS	TOTAL
0 a 5	0	Afrodescendientes	0	Medimas	0
6 a 11	0	Indígenas	0	Comparta	0
12 a 17	0	Room (Gitanos)	0	Asmetsalud	5
18 a 27	14	Raizal	0	Comfamiliar	0
28 a 59	8	Palanquero	0	Mallamas	0
60 o +	0	LGTBI	0	Nueva EPS	7
-	-	Ningún grupo étnico	0	Sanitas	8
Total	22	**Total**	0	Emcosalud	0
SGSSS	**TOTAL**	**POB. CONDICIÓN O SITUACIÓN**	0	Coomeva	0
Régimen especial	0	Migrante	0	Policía	0
Contributivo	**3**	Hijos de adultos desmovilizados	0	Sisben	0
Subsidiado	18	Desmovilizado grupo armado	0	Sanidad Militar	0
ARL	0	Discapacidad	0	Sin información	0
Identificado (No asegurado)	0	Desplazamiento	0	Otras	2
No identificado (no asegurado	0	Víctima de violencia y conflicto	0	**Total**	22
Total	**22**	**Total**	**0**		

REGIMÉN	TOTAL	GENERO	TOTAL	UBICAC	TOTAL	ACT.	
Subsidiado	18	Femenino	21	Urbano	16	Individual	0
Contributivo	3	Masculino	1	Rural	6	Colectiva	22
Especial	0	**Total**	**22**	**Total**	**22**	**Total**	**22**
No asegurado	0						
Total	**22**						

MATERIAL UTILIZADO

Carteles, cinta, bombas, hojas de colores.

ORDEN DEL DIA

1. Saludo y presentación.
2. Socialización del objetivo de la sesión y presentación del programa PIC.
3. Dinámica rompehielo: "Di tu nombre con un movimiento".
4. Exploración de conocimientos previos sobre depresión.
5. Desarrollo del tema: Depresión posparto y salud mental materna.
6. Actividad participativa "La verdad detrás de una sonrisa".

	7. Socialización de rutas de atención en salud mental. 8. Fortalecimiento de redes de apoyo familiar y comunitaria. 9. Cierre de la actividad
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	La actividad denominada "Prevención de la Depresión Posparto y Promoción de la Salud Mental Materna" se desarrolló en dos momentos con el fin de garantizar el cumplimiento de la meta programada para la población objeto de intervención. El primer encuentro se realizó el día 16 de mayo de 2026 en las instalaciones de la E.S.E. Nuestra Señora del Carmen y el segundo encuentro se llevó a cabo el día 20 de mayo de 2026 en el Centro de Integración Ciudadana (CIC) Municipal. Ambas jornadas estuvieron dirigidas a gestantes, madres lactantes y familiares, implementando la misma metodología educativa y participativa en cada sesión. La ejecución de la actividad se realizó de manera articulada con las profesionales responsables de los programas materno perinatales de cada escenario, quienes apoyaron los procesos de convocatoria, organización y acompañamiento de las participantes, favoreciendo el desarrollo adecuado de las acciones contempladas dentro del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC). ● **Saludo y presentación** Se dio inicio a la actividad con un saludo de bienvenida a las asistentes, conformadas por gestantes, madres lactantes y algunos familiares acompañantes. La profesional Angi Castillo realizó su presentación y brindo un cordial saludo. Asimismo, destacó la importancia de estos espacios de educación y acompañamiento para fortalecer el bienestar emocional durante la gestación y el posparto. ● **Socialización del objetivo de la sesión y presentación del programa PIC** Posteriormente se socializó el objetivo de la actividad, orientado a fortalecer conocimientos y habilidades para el cuidado de la salud mental durante la gestación y el posparto, promoviendo la identificación temprana de signos de alarma y la búsqueda oportuna de apoyo. De igual manera, se explicó a las participantes el alcance del Plan de Intervenciones Colectivas (PIC), resaltando su papel en la promoción de la salud, prevención de riesgos y fortalecimiento de factores protectores en la comunidad. ● **Dinámica rompehielo: "Di tu nombre con un movimiento".** Con el fin de favorecer la integración grupal, se desarrolló la dinámica denominada "Di tu nombre con un movimiento", en la cual cada participante mencionó su nombre acompañado de un movimiento corporal que posteriormente fue repetido por el grupo. La actividad permitió generar un ambiente cálido, participativo y de confianza, observándose expresiones de alegría, risas y disposición para compartir experiencias

personales. La dinámica contribuyó a disminuir la tensión inicial y fortalecer la interacción entre las asistentes.

- **Exploración de conocimientos previos sobre depresión**

Antes de abordar el tema central, se realizó una exploración participativa mediante preguntas orientadoras relacionadas con el concepto de depresión y las experiencias o conocimientos previos de las participantes.

Las asistentes manifestaron diferentes percepciones sobre la depresión, asociándola principalmente con sentimientos de tristeza, desánimo, soledad, estrés y preocupación. A partir de sus respuestas se aclararon conceptos básicos, permitiendo construir colectivamente el conocimiento y generar mayor comprensión sobre la importancia de la salud mental.

- **Desarrollo del tema: Depresión posparto y salud mental materna.**

Durante este espacio se abordaron aspectos relacionados con la depresión posparto, explicando qué es, cómo puede manifestarse y cuáles son los factores que pueden aumentar su aparición durante el embarazo y después del nacimiento del bebé.

Se trabajaron temas como:

Cambios emocionales esperados durante la gestación y el posparto.

Diferencia entre cambios emocionales normales y signos de alarma.

Síntomas asociados a depresión posparto.

Manifestaciones de ansiedad.

Riesgo suicida y la importancia de la atención temprana.

Violencia basada en género y afectaciones emocionales.

Sobrecarga asociada al cuidado del bebé.

Aislamiento social y sentimientos de soledad.

Importancia del autocuidado y el descanso.

Fortalecimiento de la salud mental materna.

Durante el diálogo surgieron experiencias personales relacionadas con el cansancio, la sobrecarga de responsabilidades y la ausencia o poca participación de las parejas debido a motivos laborales o dificultades en el acompañamiento familiar, permitiendo reflexionar sobre la necesidad de fortalecer las redes de apoyo.

- **Actividad participativa "La verdad detrás de una sonrisa".**

Como estrategia vivencial y reflexiva se desarrolló la actividad denominada "La verdad detrás de una sonrisa". Para ello se utilizaron bombas que contenían en su interior frases relacionadas con emociones, pensamientos y situaciones que pueden experimentar las mujeres durante el embarazo y el posparto.

Cada participante seleccionó una bomba, la explotó y compartió con el grupo su reflexión respecto a la frase encontrada, expresando si se identificaba con ella o si había vivido situaciones similares.

La actividad facilitó la expresión emocional, el reconocimiento de experiencias compartidas y la validación de sentimientos que frecuentemente permanecen ocultos. Asimismo, permitió evidenciar que muchas mujeres atraviesan procesos emocionales complejos mientras continúan mostrando una imagen de fortaleza frente a los demás.

- **Socialización de rutas de atención en salud mental.**

Se brindó información sobre las rutas de atención disponibles durante la gestación y el posparto, explicando los servicios a los cuales pueden acceder las usuarias en caso de presentar dificultades emocionales o psicológicas.

Se enfatizó la importancia de asistir a los controles psicológicos de manera preventiva, así como se asiste a los controles médicos prenatales, destacando que la salud mental forma parte integral del bienestar materno e infantil.

Igualmente se orientó sobre la búsqueda de ayuda profesional ante la presencia de señales de alarma y se informó sobre los mecanismos institucionales de atención y remisión disponibles a través de la E.S.E. y las respectivas entidades aseguradoras.

- **Fortalecimiento de redes de apoyo familiar y comunitaria.**

Se desarrolló una reflexión sobre el papel fundamental que cumplen la familia y los cuidadores durante el embarazo y el posparto.

Se promovió la corresponsabilidad en el cuidado del bebé y de la madre, resaltando la importancia del apoyo emocional, la distribución de tareas, el acompañamiento permanente, el respeto por los espacios de descanso y la comprensión frente a los cambios emocionales que pueden surgir durante esta etapa.

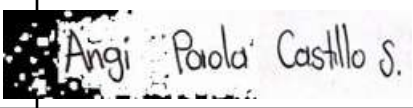
Las participantes identificaron personas y recursos de apoyo disponibles en su entorno familiar y comunitario.

- **Cierre de la actividad**

Se realizó el cierre de la actividad agradeciendo la asistencia y participación de las gestantes, madres lactantes y familiares presentes.

	Finalmente, se reiteró la importancia de cuidar la salud mental durante el embarazo y el posparto, fortalecer las redes de apoyo y buscar ayuda profesional oportunamente ante cualquier señal de alarma emocional, promoviendo el bienestar integral de la madre, el bebé y su familia.
BIBLIOGRAFÍA	https://www2.minsalud.gov.co/salud/publica/SMental/Paginas/salud-mental-y-convivencia-social.aspx https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%203280%20de%2020183280.pdf https://www.ins.gov.co/buscador-eventos/Paginas/Vista-Boletin-Epidemilogico.aspx https://www.huila.gov.co/observatoriosalud/publicaciones/14556/salud-mental/
LOGROS	El 90% de las participantes identificó al menos tres signos de alarma asociados a la depresión posparto y reconoció la importancia de acudir oportunamente a los servicios de salud mental y a las rutas de atención disponibles en el municipio.
DIFICULTADES	No se presentó ninguna dificultad durante la ejecución de la actividad.
ESTRATEGIA DE EVALUACIÓN DE ADHERENCIA A LA ACTIVIDAD	Se realizó de manera verbal y participativa al finalizar la sesión. Las participantes manifestaron haber ampliado sus conocimientos sobre la depresión posparto, identificando señales de alerta, factores de riesgo y alternativas de apoyo disponibles en el municipio. Asimismo, expresaron la importancia de contar con espacios donde puedan compartir sus experiencias y emociones sin ser juzgadas, reconociendo la necesidad de priorizar el cuidado de su salud mental durante la maternidad. Se evidenció participación activa, apropiación de los contenidos desarrollados y disposición para acudir a los servicios de apoyo psicológico cuando sea necesario.
SOPORTES DOCUMENTALES DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD	Acta por sesión, listado de asistencia, fotografías, material educativo, evidencia de convocatoria.

FIRMA DE LOS RESPONSABLES

	NOMBRE APELLIDO	CARGO	FIRMA
PROYECTO	**Angi Paola Castillo Sánchez**	**Psicóloga**	
REVISÓ	**Diana Lilibeth Céspedes**	**Coordinadora PIC MUNICIPAL**	[redacted]

ANEXOS

REGISTROS FOTOGRÁFICOS DE LA ACTIVIDAD













	E.S.E. NUESTRA SEÑORA DEL CARMEN NIT.813.010.024-9	Código	GD-FO-03
		Fecha:	01/04/2023
	GESTION DOCUMENTAL	Versión	01
	COMUNICACIONES OFICIALES	Página:	1 de 1

Santa María, Huila, 14 de mayo de 2026

DOCTORA
SONIA VELANDIA ORTIZ
Gerente ESE Nuestra Señora del Carmen
Santa María – Huila

Asunto: Solicitud Articulación programa de Salud Mental PIC

Cordial y respetuoso saludo.

Mediante la presente, solicito de manera respetuosa un espacio para articular con su actividad el 16 de mayo con el **grupo de gestantes y lactantes**, con el fin de llevar a cabo un taller sobre la prevención de la depresión posparto, el fortalecimiento del apoyo familiar, el reconocimiento de signos de alarma en salud mental materna y la promoción del autocuidado, facilitando la detección temprana y la activación oportuna de rutas de atención.

Gracias por su atención prestada quedo atenta a lo solicitado.

Atentamente,

ESE Nuestra Señora del Carmen
NIT. 813010024-9
ENTRANTE ☐ SALIENTE ☐
FECHA 14/05/2026 HORA
No. RAD. 20260001[illegible] FOLIOS

DIANA LILIBETH CESPEDES
COORDINADORA PIC MUNICIPAL

		ELABORÓ	REVISÓ	APROBÓ
PIC	NOMBRE	DIANA LILIBETH CESPEDES RAMOS	DIANA LILIBETH CESPEDES RAMOS	SONIA VELANDIA ORTIZ
	CARGO	COORDINADORA PIC	COORDINADORA PIC	GERENTE E.S.E. NUESTRA SEÑORA DELCARMEN

"Abrazando Vidas Con Calidad Y Calidez Humana"
Carrera 8 No 15-16 Barrio El Diamante Tel: 3115786492- 3183354220 Santa María – Huila
Correo electrónico: secretaria@esecarmen-santamaria-huila.gov.co

	E.S.E. NUESTRA SEÑORA DEL CARMEN NIT.813.010.024-9	Código	GD-FO-03
		Fecha:	01/04/2023
	GESTION DOCUMENTAL	Versión	01
	COMUNICACIONES OFICIALES	Página:	4 de 1

Santa María Huila, 18 de mayo de 2026

SEÑORA
LORENA URREGO
COORDINADORA DE CERO A SIEMPRE.
MUNICIPIO DE SANTA MARIA (HUILA.

ASUNTO: Solicitud de espacio

Cordial saludo me dirijo a usted con el propósito de la articulación de la siguiente actividad.

Realizar una sesión educativa dirigidas a mujeres gestantes y en periodo posparto en zona urbana y rural del municipio de Santa María, incluyendo familiares y cuidadores. La sesión estará orientada a la prevención de la depresión posparto, el fortalecimiento del apoyo familiar, el reconocimiento de signos de alarma en salud mental materna y la promoción del autocuidado, facilitando la detección temprana y la activación oportuna de rutas de atención

AGRADEZCO LA ATENCION PRESTADA.

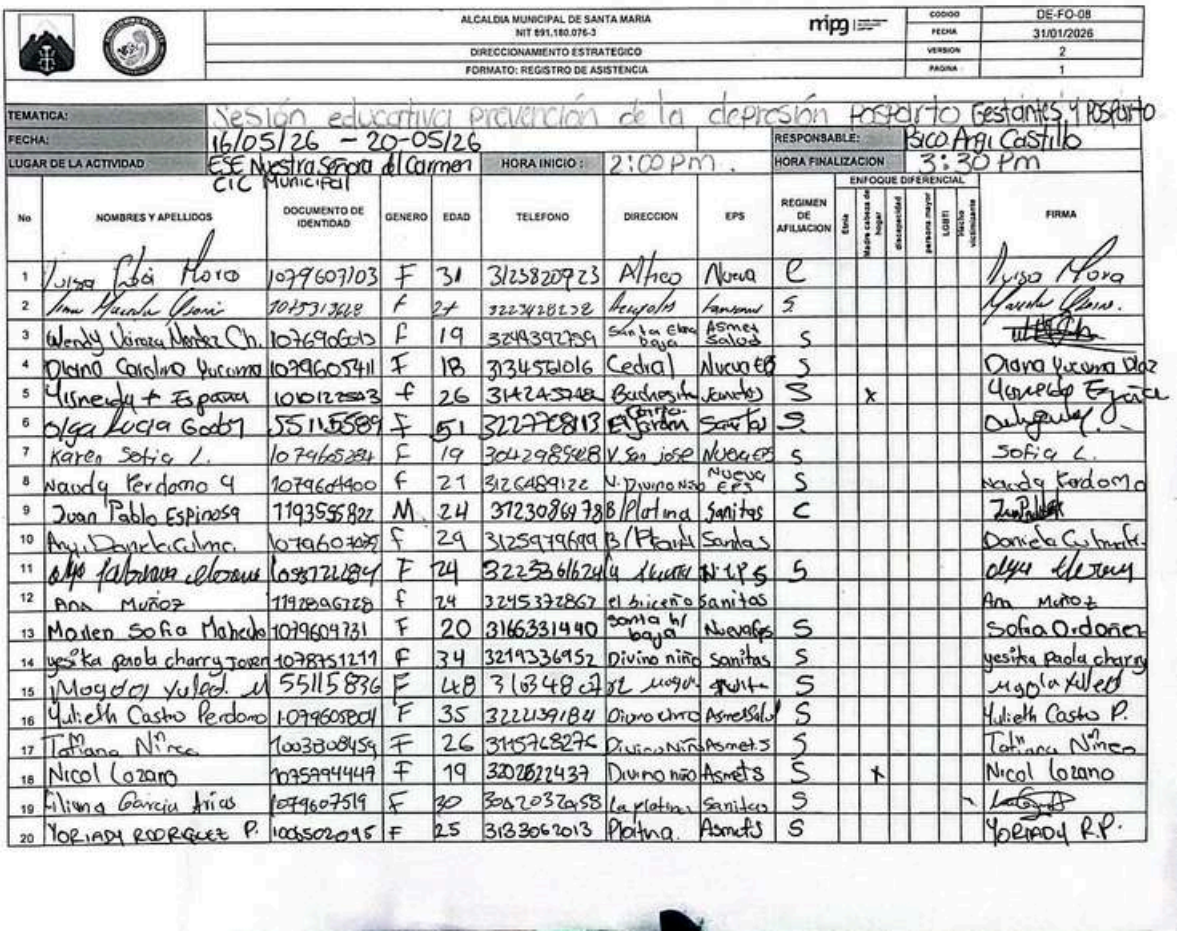
Atentamente,

SONIA VELANDIA ORTIZ
GERENTE E.S.E. NUESTRA SEÑORA DEL CARMEN.

LORENA URREGO
18-05-2026

		ELABORÓ	REVISÓ	APROBÓ
PIC	NOMBRE	DIANA LILIBETH CESPEDES RAMOS	DIANA LILIBETH CESPEDES RAMOS	SONIA VELANDIA ORTIZ
	CARGO	COORDINADORA PIC	COORDINADORA PIC	GERENTE E.S.E. NUESTRA SEÑORA DELCARMEN

"Abrazando Vidas Con Calidad Y Calidez Humana"
Carrera 8 No 15-16 Barrio El Diamante Tel: 3115786492- 3183354220 Santa María – Huila
Correo electrónico: secretaria@esecarmen-santamaria-huila.gov.co

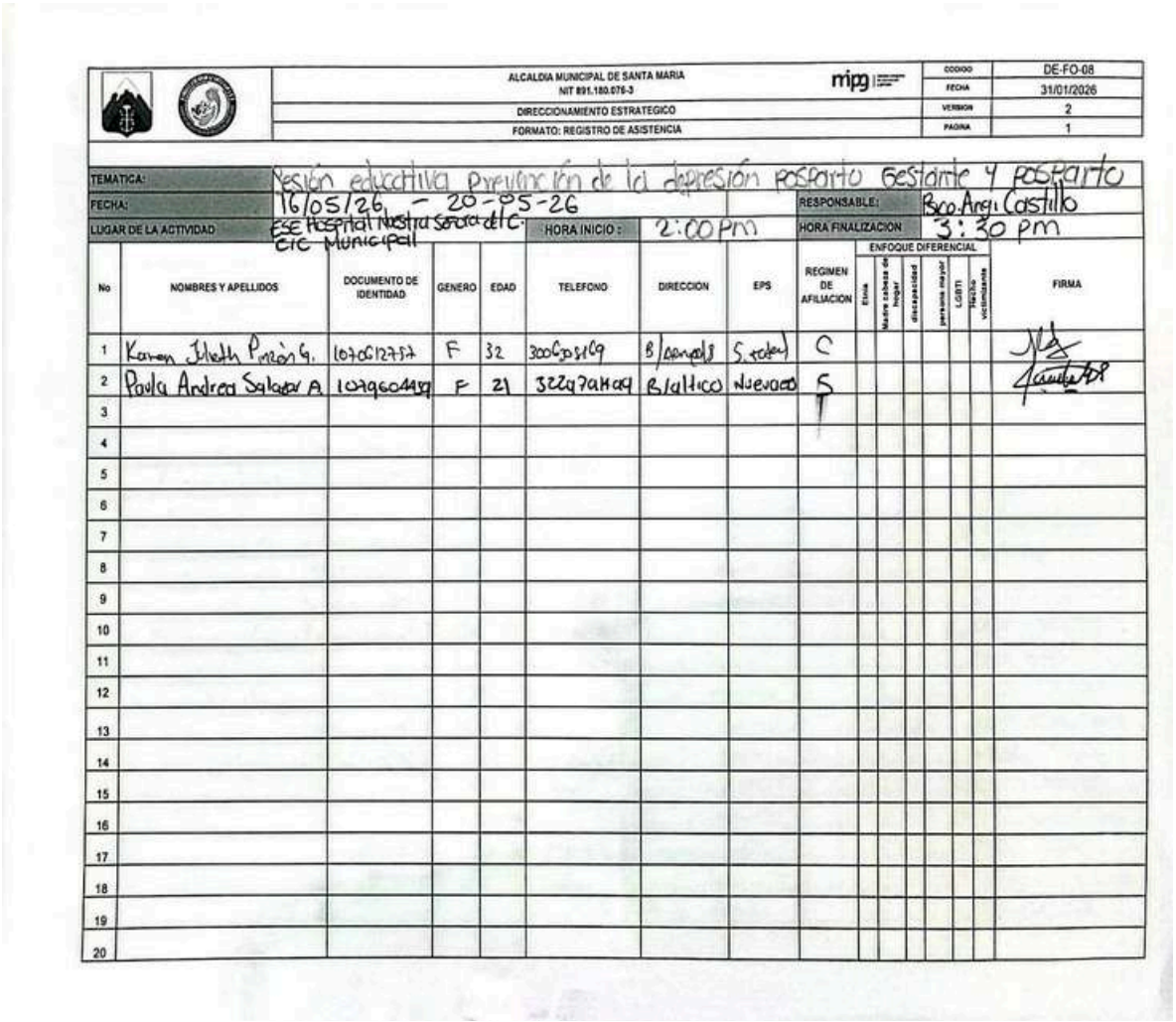


ALCALDIA MUNICIPAL DE SANTA MARIA
NIT 891.180.076-3
DIRECCIONAMIENTO ESTRATEGICO
FORMATO: REGISTRO DE ASISTENCIA

CODIGO: DE-FO-08
FECHA: 31/01/2026
VERSION: 2
PAGINA: 1

TEMATICA: Sesión educativa prevención de la depresión posparto Gestantes y Posparto
FECHA: 16/05/26 - 20-05/26
RESPONSABLE: Psico Angi Castillo
LUGAR DE LA ACTIVIDAD: ESE Nuestra Señora del Carmen CIC Municipal
HORA INICIO: 2:00 pm.
HORA FINALIZACION: 3:30 Pm

No	NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	GENERO	EDAD	TELEFONO	DIRECCION	EPS	REGIMEN DE AFILIACION	ENFOQUE DIFERENCIAL	FIRMA
1	Luisa Fda Mora	1079607103	F	31	3123820923	Alto	Nueva	C		Luisa Mora
2	Ana Maria Ospina	1075731648	F	24	3223428232	Bengala	Famisanar	S		Ana Maria Ospina
3	Wendy Vanesa Nuñez Ch.	1076906013	F	19	3249397859	Santa Elena baja	Asmet Salud	S		
4	Diana Carolina Yucuma	1079605411	F	18	3134561016	Cedral	Nueva EPS	S		Diana Yucuma Diaz
5	Yisneidy + Espana	1010122553	f	26	3142453248	Buenos Aires	Sanitas	S	x	Yisneidy Espana
6	Olga Lucia Godoy	55115589	F	51	3227728813	El Porvenir	Sanitas	S		Olga Lucia G.
7	Karen Sofia L.	1079605284	F	19	3042985248	V. San jose	Nueva EPS	S		Sofia L.
8	Naudy Perdomo Q	1079604900	F	21	3126489122	N. Divino Niño	Nueva EPS	S		Naudy Perdomo
9	Juan Pablo Espinosa	1193558822	M	24	3123086978	B/Platina	Sanitas	C		Juan Pablo
10	Ana Daniela Calvache	1079607095	F	29	3125979699	B/Platina	Sanitas			Daniela Calvache
11	Olga Patricia Cleves	1083722864	F	24	3223361624	La Floresta	Nueva EPS	S		Olga Cleves
12	Ana Muñoz	1192896728	F	24	3245372867	el Triceño	Sanitas			Ana Muñoz
13	Marlen Sofia Mahecha	1079609731	F	20	3166331440	Santa Helena baja	Nueva EPS	S		Sofia Ordoñez
14	yesika paola charry torres	1078751211	F	34	3219336952	Divino niño	Sanitas	S		yesika paola charry
15	Magda Yulied Muñoz	55115836	F	48	3163487	el Triceño	Sanitas	S		Magda Yulied
16	Yulieth Castro Perdomo	1079605804	F	35	3222139184	Divino niño	Asmet Salud	S		Yulieth Castro P.
17	Tatiana Nieto	1003808459	F	26	3145768276	Divino Niño	Asmet S	S		Tatiana Nieto
18	Nicol Lozano	1035944449	F	19	3202822437	Divino niño	Asmet S	S	x	Nicol Lozano
19	Liliana García Arias	1079607519	F	30	3067032458	La platina	Sanitas	S		
20	YORLADY RODRIGUEZ P.	1005502095	F	25	3183062013	Platina	Asmet S	S		Yorlady R.P.



ALCALDIA MUNICIPAL DE SANTA MARIA
NIT 891.180.076-3
DIRECCIONAMIENTO ESTRATEGICO
FORMATO: REGISTRO DE ASISTENCIA

CODIGO	DE-FO-08
FECHA	31/01/2026
VERSION	2
PAGINA	1

TEMATICA: Sesión educativa prevención de la depresión posparto Gestante y posparto
FECHA: 16/05/26 - 20-05-26
RESPONSABLE: Bco. Angi Castillo
LUGAR DE LA ACTIVIDAD: ESE Hospital Nuestra Señora del C. CIC Municipal
HORA INICIO: 2:00 pm
HORA FINALIZACION: 3:30 pm

No	NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO DE IDENTIDAD	GENERO	EDAD	TELEFONO	DIRECCION	EPS	REGIMEN DE AFILIACION	ENFOQUE DIFERENCIAL: Etnia	Madre cabeza de hogar	discapacidad	persona mayor	LGBTI	Victima violencia	FIRMA
1	Karen Julieth Prieto G.	1070012757	F	32	3006305169	B/ Campoalegre	S. Todos	C							
2	Paula Andrea Salazar A	1079604459	F	21	3229784469	B/ Altico	Nuevo eps	S							
3															
4															
5															
6															
7															
8															
9															
10															
11															
12															
13															
14															
15															
16															
17															
18															
19															
20															