

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	
Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo					

Tema: Sesión 3 del Fortalecimiento de Capacidades del módulo de Salud Mental de la Estrategia Navegadores Comunitarios de Bienestar.

Dependencia (Dirección / Oficina)	Proceso
Dirección de Participación Social, Gestión Territorial y Transeccionalidad	Relacionamiento con la ciudadanía y participación social en salud

Objetivo	Fecha: 23 de junio de 2026			
Fortalecer las capacidades de las y los Navegadores Comunitarios de Bienestar para promover el reconocimiento sobre la salud mental como una parte esencial del bienestar, como derecho y como parte de la cotidianidad.	Tipo de reunión	Asistencia Técnica:		
		Asesoría ()		Capacitación (X)
		Orientación ()		Acompañamiento ()
	Otro () Reunión de Planeación y Desarrollo			
	Modalidad:	Presencial (X)	Virtual ()	Mixta ()
	Lugar: Fundación Universitaria del Área Andina			
	Hora Inicio: 1:00 pm Hora Fin: 5:00 pm			
	Notas por: Sandra Milena Jaramillo Toledo			
	Próxima Reunión: No aplica			
Quien cita: Dirección de Participación Social, Gestión Territorial y Transeccionalidad.				

TEMAS Y COMENTARIOS TRATADOS *

1. Temas

- Contexto del módulo de salud mental con el Grupo D en el marco de la Estrategia Navegadores Comunitarios de Bienestar.
- Bienvenida y construcción de acuerdos.
- Desarrollo sesión 3 del módulo (Paso 1 Socialización de los aprendizajes construidos en el trabajo autónomo. Paso 2 Navegando el Bienestar: Cuidado y gestión emocional. Paso 3 "El Árbol del Cuidado y los Caminos del Barrio". Paso 4 "La Mesa del Cuidado Territorial").
- Compromisos.

2. Desarrollo de la agenda

En el marco de la implementación del Módulo de Salud Mental de la Estrategia Navegadores Comunitarios de Bienestar con el GRUPO D, se desarrolló la sesión 3 del fortalecimiento de capacidades orientada a promover una comprensión integral de la salud mental desde un enfoque comunitario, participativo y basado en derechos.

Durante la apertura de la sesión se desarrolló el Paso 1 de la sesión, en el cual se realizó la socialización de los aprendizajes construidos en el trabajo autónomo sobre el marco normativo de la salud mental, enfatizando en la Ley 2460 de 2025 y en la Política Pública Distrital de Salud Mental. El cual tuvo como objetivo reconocer la salud mental como un derecho y un componente esencial del bienestar, bajo el marco legal vigente. Se promovió una

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	
Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo					

reflexión colectiva sobre la salud mental como un derecho fundamental y sobre el papel de las y los Navegadores Comunitarios de Bienestar en la promoción del cuidado, la escucha activa, el fortalecimiento de redes de apoyo y la construcción de entornos protectores en los territorios. Como resultado de la actividad, las personas participantes fortalecieron su comprensión sobre la salud mental como un derecho humano y un componente esencial del bienestar individual y colectivo, reconociendo que su garantía trasciende la atención en salud y requiere acciones de promoción, prevención, participación social y trabajo intersectorial. La reflexión permitió que las y los participantes identificaran el papel estratégico del Navegador Comunitario de Bienestar como un facilitador que acompaña y, orienta, sin reemplazar la atención especializada. Asimismo, coincidieron en que el conocimiento del marco normativo brinda mayor seguridad para el desarrollo de sus funciones y favorece la articulación con las rutas institucionales y los actores del territorio, fortaleciendo una actuación basada en el enfoque de derechos, el reconocimiento de las capacidades comunitarias y la corresponsabilidad en el cuidado de la salud mental.



Posteriormente, se desarrolló el Paso 2 de la sesión, denominado **“Navegando el Bienestar: Cuidado y Gestión Emocional”**, iniciando con la actividad **“Conectando con las emociones”**, en la cual las personas participantes realizaron ejercicios de reconocimiento emocional a través de palabras, colores, imágenes y metáforas. Se realizaron precisiones en relación con el rol del Navegador-a Comunitario-a, encontrando que los-as participantes, identifican las acciones que, en el marco de la salud mental, pueden ser acompañadas por un Navegador. Como resultado de la actividad, las personas participantes lograron reconocer la importancia de identificar y comprender sus propias emociones como un primer paso para fortalecer el bienestar personal y establecer relaciones más empáticas con las demás personas. Durante el ejercicio señalaron que las emociones hacen parte de la vida cotidiana y que aprender a reconocerlas favorece una comunicación más asertiva, el autocuidado y la capacidad de afrontar situaciones difíciles. Entre las reflexiones compartidas se destacaron expresiones como: "reconocer lo que siento me ayuda a actuar de una mejor manera", "todas las personas vivimos emociones diferentes y eso debe ser respetado" y "acompañar a otros comienza por conocerme a mí mismo". De igual manera, el espacio permitió clarificar el alcance del rol del Navegador Comunitario de Bienestar en el marco de la salud mental. Las y los participantes identificaron que su función está orientada a generar

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	
Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo					

confianza, escuchar sin juzgar, brindar información, fortalecer las capacidades de las personas y comunidades, identificar señales de alerta y facilitar la articulación con las rutas institucionales cuando la situación lo requiera. Al finalizar la actividad, manifestaron una mayor claridad sobre los límites y responsabilidades del rol, del Navegador Comunitario de Bienestar.

Asimismo, se desarrolló la actividad de la “Mochila del Bienestar”, permitiendo identificar preocupaciones, emociones recurrentes, recursos personales, fortalezas y redes de apoyo que contribuyen al bienestar emocional. Este espacio favoreció la reflexión sobre la importancia de expresar emociones, pedir ayuda y fortalecer la escucha activa. Durante el ejercicio compartieron experiencias relacionadas con los retos que enfrentan en su vida personal y profesional, resaltando la importancia de contar con espacios de escucha y acompañamiento que favorezcan el cuidado mutuo. Asimismo, manifestaron que recursos como la familia, las relaciones de confianza, el trabajo en equipo, la espiritualidad, las actividades recreativas y el sentido de propósito constituyen factores protectores para afrontar situaciones de estrés y adversidad. Entre las reflexiones expresadas destacaron ideas como: "no siempre tenemos que cargar solos las dificultades", "reconocer nuestras emociones es el primer paso para gestionarlas" y "las redes de apoyo son esenciales para promover el bienestar". Estas reflexiones permitieron reforzar la importancia del autocuidado, la corresponsabilidad y la escucha empática como competencias fundamentales para el ejercicio del rol del Navegador Comunitario de Bienestar.

Seguidamente, mediante la actividad “**Entendiendo las emociones**”, se promovió el análisis colectivo sobre el papel de las emociones en la vida cotidiana, su influencia en las relaciones interpersonales y comunitarias, y las consecuencias de no reconocerlas o gestionarlas adecuadamente. Las reflexiones permitieron fortalecer la comprensión de la educación emocional como una herramienta fundamental para el bienestar individual y colectivo. Como resultado de la actividad, las personas participantes comprendieron que las emociones son respuestas naturales que cumplen una función en la adaptación a las diferentes situaciones de la vida y que reconocerlas facilita el autocuidado y las relaciones con los demás. Durante la reflexión surgieron expresiones como: "todas las emociones son válidas", "primero necesito identificar lo que siento para saber cómo actuar" y "las emociones nos dan información sobre lo que estamos viviendo". Asimismo, identificaron que las emociones son respuestas inmediatas, mientras que los sentimientos corresponden a la interpretación y significado que cada persona les atribuye con el tiempo. Finalmente, reconocieron la educación emocional como una herramienta clave para promover la salud mental, fortalecer la convivencia y favorecer el acompañamiento comunitario desde el rol del Navegador Comunitario de Bienestar.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	
Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo					



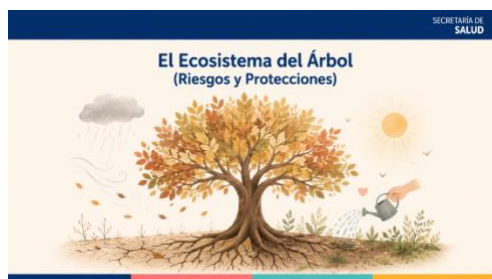
Como parte del proceso de fortalecimiento de capacidades, se desarrolló la actividad **“Herramientas de regulación emocional”**, en la cual se brindaron herramientas prácticas para la gestión emocional, entre ellas ejercicios de respiración consciente, la técnica STOP, estrategias de diálogo interno positivo, identificación de redes de apoyo y mecanismos de descarga emocional saludable. Las personas participantes reflexionaron sobre la aplicación de estas herramientas tanto en su vida cotidiana como en su labor comunitaria. Como resultado de la actividad, las personas participantes identificaron la regulación emocional como una habilidad fundamental para el autocuidado y el acompañamiento comunitario. Destacaron que herramientas como la respiración consciente, la técnica STOP y el reconocimiento de las redes de apoyo son estrategias prácticas que pueden aplicar en su vida diaria y en el desarrollo de su rol como Navegadores Comunitarios de Bienestar. Durante la reflexión, expresaron que gestionar adecuadamente las emociones les permite responder con mayor calma, fortalecer la escucha y brindar un acompañamiento más empático a la comunidad.

Posteriormente, se abordó el paso 3 de la sesión, denominado **“El Árbol del Cuidado y los Caminos del Barrio”**, en el que se desarrolló la actividad **“El Ecosistema del Árbol: Riesgos y Protecciones”**, orientada a fortalecer la capacidad de identificar factores de riesgo, factores protectores y señales de alerta relacionadas con

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	

Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo

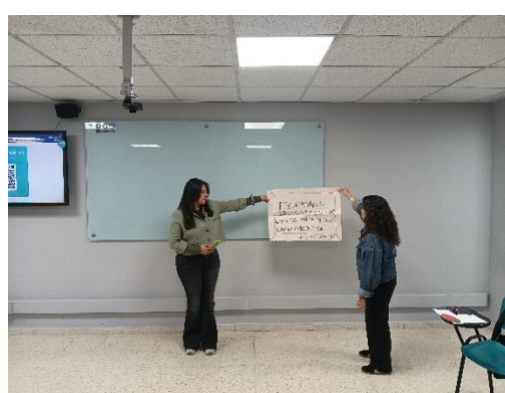
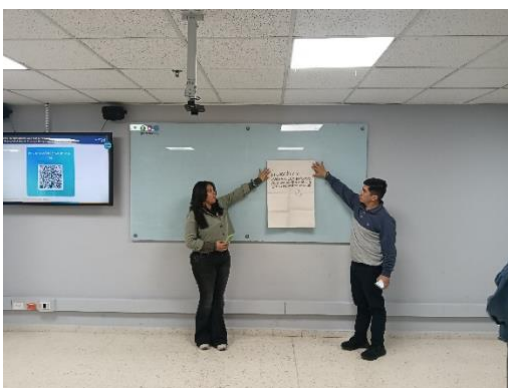
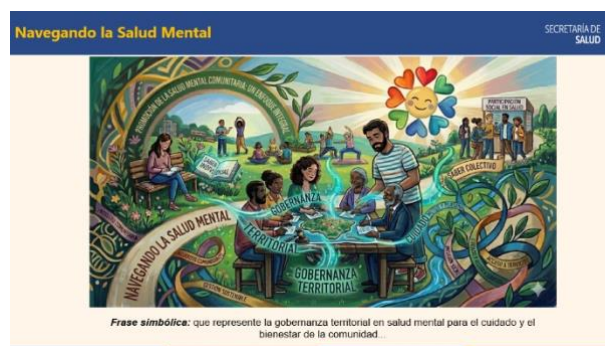
la salud mental. A través de una construcción colectiva, se analizaron situaciones que pueden afectar el bienestar emocional de las personas y comunidades, así como recursos individuales, familiares y comunitarios que contribuyen a la protección y fortalecimiento de la salud mental. De igual manera, se llevó a cabo la actividad **“Trazando el Puente: Rutas de Atención”**, mediante la cual se socializaron las rutas institucionales de atención, líneas de escucha, servicios de salud y recursos comunitarios disponibles en el territorio. Se resaltó la importancia del acompañamiento comunitario en la activación de las rutas y en la orientación de las personas hacia los servicios pertinentes. Como resultado de la actividad, las personas participantes identificaron que la salud mental se fortalece mediante la interacción de factores personales, familiares y comunitarios. Durante el diálogo expresaron que "todos podemos ser un apoyo para alguien", "el cuidado empieza por reconocer las señales de alerta" y "las redes comunitarias son una fortaleza para el bienestar", resaltando la importancia de la escucha, el autocuidado y la solidaridad como factores protectores. Las y los participantes afianzaron el conocimiento sobre las rutas institucionales y comunitarias de atención en salud mental, reconociendo que el Navegador Comunitario de Bienestar cumple un papel fundamental en la orientación de los servicios. Entre sus reflexiones destacaron: "conocer las rutas nos permite orientar mejor a la comunidad" y "acompañar también es facilitar el acceso oportuno a la ayuda cuando se necesita".



 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	
Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo					



Como cierre de la jornada, se invitó a que en los mismos grupos construyera una frase simbólica que representara la gobernanza territorial en salud mental para el cuidado y bienestar de la comunidad. Las frases definidas por los grupos fueron: “Tu cuidado y mi cuidado son la base de nuestro bienestar y salud mental territorial” “Escucharnos como comunidad es un acto de amor y cuidado colectivo en nuestro territorio”. Sobre ellas, se realizó una corta reflexión por parte de los participantes, que permitió poner en diálogo distintos elementos de los abordados durante todo el proceso de fortalecimiento de capacidades.



 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	
Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo					

Para el cierre de la jornada, se aplicó el postest correspondiente al módulo con el propósito de identificar los aprendizajes adquiridos durante el proceso formativo; así como, se solicitó el diligenciamiento de la encuesta de satisfacción.



Resultados alcanzados

- Fortalecimiento de conocimientos sobre la salud mental como derecho fundamental.
- Reconocimiento de la importancia del cuidado emocional y la gestión adecuada de las emociones.
- Apropiación de herramientas básicas de regulación emocional aplicables en contextos personales y comunitarios.
- Identificación de factores de riesgo, factores protectores y señales de alerta en salud mental.
- Fortalecimiento de capacidades para la orientación y activación de rutas de atención.
- Reconocimiento de actores institucionales y comunitarios relevantes para la gobernanza territorial en salud mental.

Conclusiones

La sesión permitió consolidar aprendizajes significativos en torno a la salud mental como un derecho fundamental y una responsabilidad compartida, fortaleciendo una comprensión integral que articula el bienestar emocional, la participación comunitaria, el trabajo en red y la corresponsabilidad entre las instituciones y la ciudadanía.

A lo largo de la jornada se evidenció una participación activa, respetuosa y propositiva, caracterizada por el intercambio de experiencias, la reflexión crítica y el reconocimiento de la importancia del autocuidado para el ejercicio del rol del Navegador Comunitario de Bienestar. Las actividades facilitaron el desarrollo de habilidades para el reconocimiento y la regulación de las emociones, así como la identificación de factores protectores presentes en las personas, las familias y los territorios.

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	
Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo					

Como aspecto relevante del cierre, las reflexiones construidas colectivamente evidenciaron la apropiación de los principios de la gobernanza territorial en salud mental, resaltando que el cuidado mutuo, la solidaridad, la escucha y el trabajo colaborativo son elementos indispensables para fortalecer el bienestar de las comunidades. Las frases elaboradas por los grupos reflejaron el compromiso de las y los participantes con la construcción de territorios más saludables, participativos y corresponsables.

El proceso de fortalecimiento fue valorado positivamente por su pertinencia y aplicabilidad al contexto laboral, evidenciándose el interés de las y los participantes por incorporar los aprendizajes en su práctica cotidiana y fortalecer la implementación de la Estrategia Navegadores Comunitarios de Bienestar en los territorios.

La jornada termino a las 5:00 p.m.

COMPROMISOS*

ACCIÓN	RESPONSABLE	FECHA
Elaboración y envío del acta de la jornada de fortalecimiento de capacidades del módulo de Salud Mental.	Escuela de Innovación Social y Participación en Salud,	25 de junio de 2026.

REVISIÓN Y APROBACIÓN DEL ACTA

No	NOMBRES Y APELLIDOS	CORREO	TELÉFONO	DIRECCIÓN/ OFICINA/	FIRMA
1	Cristina Buitrago	C1buitrago@saludcapital.gov.co	3124718137	DPSGTYT	
2	Sandra Milena Jaramillo	SMJaramillo@saludcapital.gov.co	3143930454	DPSGTYT	
3	Gisella Olivera Donato	NGOlivera@saludcapital.gov.co	3105598208	DPSGTYT	
4					
5					
6					
7					

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD	DESARROLLO Y FORTALECIMIENTO ORGANIZACIONAL DIRECCIÓN PLANEACIÓN INSTITUCIONAL Y CALIDAD SISTEMA DE GESTIÓN CONTROL DOCUMENTAL				
	ACTA DE REUNIÓN				
	Código:	SDS-DFO-FT-001	Versión:	1	
Elaborado por: Alvaro Amado Camacho / Revisado por: Samir Andrés Salazar / Aprobado por: Luz Angela Manquillo Erazo					

8					
9					

ASISTENTES

Anexo listado de asistencia SDS-DFO-FT-004.

	Fecha de asistencia	Jornada	Sesión a la cual asiste	Nombre completo	Dependencia	Cargo/Rol	Correo electrónico2
1	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Alina María Silva Buendía	Dirección Participación Social	Contratista	Am1silva@saludcapital.gov.co
2	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Ángela Patricia Bernal	Subdirección Territorial Norte	Gestora de participación	Apbernal@saludcapital.gov.co
3	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Bertha Cecilia Peñalosa Pacheco	Subdirección Territorial Centro Oriente	Líder de atención primaria social	Bcpenalosa@saludcapital.gov.co
4	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Carlos Humberto Barón Correa	Subdirección Territorial Centro Oriente	Gestor Territorial de San Cristóbal	CHBaron@saludcapital.gov.co
5	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Denia Laila Maturana Martínez	Dirección Participación Social	la poblacional de comunidades negras afrocolombianas	dmaturana@saludcapital.gov.co
6	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Gabriela Gutierrez Rincón	Subdirección Territorial Centro Oriente	Contratista	G2gutierrez@saludcapital.gov.co
7	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Guillermo Andrés Bastidas Beltrán	Dirección Participación Social	Líder procedimiento	gabastidas@saludcapital.gov.co
8	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Ingrith Paola Salamanca Blanco	Subdirección Territorial Centro Oriente	Gestora Territorial	lpsalamanca@saludcapital.gov.co
9	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Juliette Alexandra Orjuela Gutierrez	Subdirección Territorial Norte	Gestora teusaquillo	ja2orjuela@saludcapital.gov.co
10	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Ledy Johana Fuya Munevar	Subdirección Territorial Norte	Referente de Control Social	Lfyuya@saludcapital.gov.co
11	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Liliam Marcela Salazar Rodríguez	Subdirección Territorial Sur Occidente	Gestora Territorial	lmsalazar@saludcapital.gov.co
12	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	María Angélica Quintero Peña	Subdirección Territorial Sur	Gestora Territorial de Participación	Ma1quintero@saludcapital.gov.co
13	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	María Fernanda Salazar Espinosa	Dirección Participación Social	Líder salud mental DPSGIYT	Mfsalazar@saludcapital.gov.co
14	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Martha Sofía Amaya Martínez	Subdirección Territorial Centro Oriente	Gestora Territorial Participación Social	msamaya@saludcapital.gov.co
15	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Nelson Orlando Pulido Ferreira	Dirección Participación Social	Gestor poblacional	Nopulido@saludcapital.gov.co
16	23/06/26	Tarde	Módulo salud mental - Sesión 2	Nixon Fandiño	Dirección Participación Social	Líder equipo étnico	nafandino@saludcapital.gov.co

Nota: Cuando la asistencia es igual o superior a 10 personas, se debe hacer uso del formato Listado de asistencia a reuniones SDS-DFO-FT-004, según lo establecido en el lineamiento de Actas de Reunión.

Evaluación y cierre de la reunión

¿Se logró el objetivo?	Observaciones (si aplica)
Si (X) No ()	No aplica

* Se podrán incluir o eliminar filas de acuerdo con el requerimiento.