Gobierno de ANSERMA | Salud y Desarrollo Social	**ACTA No. 8**	HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL ANSERMA · CALDAS

NOMBRE DE LA REUNIÓN: Mitos sobre salud mental.

FECHA: 28 de abril de 2026

LUGAR: Vereda El Consuelo, comunidad indígena Ansea, maloca.

TEMAS: Mitos sobre salud mental.

COMUNIDAD: Comunidad Indígena Ansea.

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN:

Promover espacios participativos de reflexión y diálogo orientados a la identificación y análisis de mitos y creencias relacionados con la salud mental, favoreciendo el fortalecimiento del conocimiento, la comprensión y el cuidado emocional dentro de la comunidad.

- Identificar los principales mitos, creencias y percepciones presentes en la comunidad frente a la salud mental y el bienestar emocional.
- Generar espacios de diálogo y participación que permitan reflexionar sobre la importancia del cuidado de la salud mental desde un enfoque comunitario y cultural.
- Fortalecer conocimientos y prácticas de apoyo, autocuidado y cuidado colectivo que contribuyan a la disminución de estigmas asociados a la salud mental dentro de la comunidad.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

La actividad inicia con la presentación de la profesional y de las personas participantes, generando un espacio de confianza, respeto y escucha activa que favoreció la participación comunitaria y el intercambio de experiencias relacionadas con la salud mental. Este primer momento permitió fortalecer la interacción grupal y promover un ambiente seguro para la expresión de pensamientos, creencias y percepciones construidas social y culturalmente alrededor del bienestar emocional.

Luego, se desarrolló un círculo de la palabra como estrategia participativa y comunitaria orientada a reflexionar sobre los mitos y creencias que históricamente han existido frente a la salud mental. A través del diálogo colectivo, las personas participantes compartieron experiencias, opiniones y aprendizajes relacionados con la manera en que anteriormente se percibían las dificultades emocionales y los procesos de atención psicológica dentro de la comunidad y en la sociedad en general.

Durante el espacio de reflexión, las personas asistentes manifestaron que en años anteriores la salud mental no era reconocida como una dimensión importante del bienestar integral, minimizando las afectaciones emocionales y normalizando situaciones de sufrimiento psicológico. Asimismo, se identificó la existencia de estigmas asociados a la atención psicológica, señalando que anteriormente se consideraba que únicamente las “personas locas” acudían al psicólogo, generando barreras para la búsqueda de apoyo profesional y el acompañamiento emocional oportuno.

A partir del diálogo y del intercambio de experiencias, las personas participantes lograron reflexionar sobre los cambios que han surgido en la comprensión de la salud mental, reconociendo actualmente su importancia dentro de la vida cotidiana y del bienestar integral de las personas. En este sentido, se fortaleció la idea de que la salud mental es tan importante como la salud física y que su cuidado debe ser promovido desde el autocuidado, las redes de apoyo y el acceso a espacios de orientación y acompañamiento emocional.

Finalmente, la actividad permitió sensibilizar a la comunidad frente a la necesidad de continuar generando espacios de diálogo, educación y reflexión sobre salud mental, contribuyendo a la disminución de estigmas y fortaleciendo prácticas comunitarias basadas en la empatía, el acompañamiento y el cuidado colectivo.

CONCLUSIONES

- La actividad permitió identificar las creencias y estigmas que históricamente han existido frente a la salud mental y la atención psicológica, evidenciando cómo estas percepciones han influido en la forma en que las personas afrontan sus emociones y buscan apoyo. Asimismo, el espacio favoreció la reflexión colectiva sobre la necesidad de transformar imaginarios sociales que limitan el reconocimiento y cuidado del bienestar emocional.

- A través del círculo de la palabra, las personas participantes lograron reconocer la salud mental como una dimensión fundamental del bienestar integral, comprendiendo que el cuidado emocional tiene la misma importancia que la salud física. Este ejercicio permitió fortalecer procesos de sensibilización comunitaria orientados a promover el autocuidado, la búsqueda de apoyo y la normalización de los espacios de atención emocional y psicológica.

- El encuentro promovió un espacio seguro de diálogo y participación que favoreció la escucha activa, el intercambio de experiencias y la construcción colectiva de aprendizajes alrededor de la salud mental. De igual manera, se fortaleció la importancia de continuar desarrollando estrategias comunitarias de educación y acompañamiento que contribuyan a reducir estigmas, fortalecer las redes de apoyo y promover entornos más empáticos, solidarios y protectores para el bienestar emocional de la comunidad.

ASISTENTES

NOMBRE	CARGO/DEPENDENCIA/ ENTIDAD	FIRMA
Luciano Trejos	**Gobernador**	
Yesica María Casas Ortiz	**Trabajadora Social**	
Joan Valentina Ocampo Herrera	**Coordinadora PIC**	

(Se adjunta firma de asistentes o formato de asistencia)




28/04/2026
15:37
5.2496N 75.7360W
Anserma
Altitud:1142.0msnm
Ansea.


28/04/2026
15:36
5.2496N 75.7361W
Anserma
Altitud:1159.0msnm
Ansea.

Gobierno de ANSERMA — Salud y Desarrollo Social	**GOBIERNO DE ANSERMA** **SECRETARIA DE SALUD Y DESARROLLO SOCIAL** **SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD** Proceso Asistencia Técnica Procedimiento Plan de Intervenciones Colectivas **Asistencia Actividades de PIC**	Versión: 03 Código: F021-P03-AT Fecha: 2025-02-10

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Mitos salud Mental **FECHA:** 28-04-2026

MUNICIPIO: Anserma **RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD:** Yerica Cano

DIMENSIÓN O LÍNEA: ERC **ESTRATEGIA:** Indigenas

Nº	Asistentes (nombre completo y legible)	Número de Documento	Teléfono	Edad (Años cumplidos)	Género (M, F, otro, ¿cuál?	Grupo Poblacional												Firma o Huella
						Persona con discapacidad	Víctima	NARP	Indigena	LGTBIQ+	Migrante	Situación de, en y en riesgo de calle	Trabajadoras sexuales	Trabajadores informales	Mujer en edad fértil	Gestante	Ninguno	
1	Luz Aliria Ladino	24394288		55	F		x		x									Luz Aliria Ladino G.
2	Juan Pablo Ladino	1058079133		15	M		x		x									Juan Pablo Ladino
3	Ana Maria Trejos	1060591579		16	F		x		x									Ana Maria Trejos G.
4	Maria Elvia Trejos	24387846		70	F		x		x									Maria Elvia Trejos
5	Jose Reinel Grajales	98476739		63	M		x		x									R. G. T.
6	Veronica Alzate	1058078494		19	F		x		x									
7	Maria Rosalba Ladino	24389228		64	M		x		x									Maria Concepción Ladino
8	Luz Angeli Uribe	1054920914		53	F		x		x									Luz Angeli Uribe Ladino.
9	Marylu Grajales	1033341553		30	M		x		x									Marylu Grajales L
10	Francy E. Trejo	24395123		33	F		x		x									Francy Elena Trejos

Nota: Esta lista de asistencia debe ser diligenciada por el profesional en las actividades con comunidad en el primer encuentro y el participante firmará o pondrá huella (en caso de que no sepa leer y escribir)