Gobierno de ANSERMA | Salud y Desarrollo Social	**ACTA No. 09**	HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL ANSERMA · CALDAS

NOMBRE DE LA REUNIÓN: Mitos sobre salud mental.

FECHA: 26 de junio de 2026.

LUGAR: Vereda Nubia Baja, comunidad indígena Caucamorro, caseta de reuniones.

TEMAS: Mitos sobre salud mental.

COMUNIDAD: Comunidad Indígena Caucamorro.

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

En desarrollo de las acciones de promoción y prevención en salud mental, se llevó a cabo un encuentro grupal que inició con la presentación de la profesional en Trabajo Social, generando un espacio de confianza que facilitó la participación, el respeto por las opiniones y el intercambio de experiencias entre los asistentes.

Como estrategia metodológica, se desarrolló una actividad participativa en la que cada integrante representó, mediante el dibujo de un rostro sobre una silueta, el estado emocional que experimentaba al inicio del encuentro. Posteriormente, las representaciones fueron compartidas con el grupo, permitiendo generar un diálogo orientado a identificar los principales mitos relacionados con la salud mental y reflexionar sobre la importancia del reconocimiento oportuno de las emociones tanto propias como de las personas del entorno.

Durante el encuentro se fortaleció la comprensión de que el bienestar emocional requiere procesos permanentes de comunicación, escucha y acompañamiento. Se resaltó que identificar cambios en el estado de ánimo de familiares, amigos o miembros de la comunidad puede favorecer la detección

temprana de situaciones de riesgo y facilitar la activación de redes de apoyo. Finalmente, se promovió el reconocimiento de la búsqueda de ayuda como una estrategia de afrontamiento positiva y una manifestación de responsabilidad frente al cuidado de la salud mental.

CONCLUSIONES

- La actividad permitió fortalecer factores protectores relacionados con la salud mental mediante el reconocimiento de las emociones como parte natural de la experiencia humana y la promoción de espacios de diálogo donde los participantes pudieron expresar sus sentimientos de manera libre y respetuosa. Este tipo de escenarios favorecen el desarrollo de competencias socioemocionales, fortalecen la autoestima y contribuyen a la construcción de comunidades más conscientes de la importancia del bienestar emocional.

- El ejercicio permitió sensibilizar a los participantes sobre la necesidad de prestar atención a los cambios emocionales que pueden presentar las personas de su entorno, reconociendo que la observación, la escucha activa y el acompañamiento oportuno constituyen acciones preventivas que fortalecen las redes comunitarias de cuidado. La identificación temprana de señales de alerta facilita la activación de apoyos familiares, comunitarios e institucionales, disminuyendo el riesgo de que las dificultades emocionales evolucionen hacia situaciones de mayor complejidad.

- Desde el enfoque de Trabajo Social, se reconoce que la promoción de la salud mental debe desarrollarse de manera continua mediante estrategias participativas que fortalezcan la corresponsabilidad comunitaria frente al cuidado del bienestar emocional. En este sentido, se considera necesario seguir implementando procesos educativos que favorezcan la alfabetización en salud mental, la eliminación de estigmas y el fortalecimiento de redes de apoyo, promoviendo una cultura basada en la empatía, la comunicación, el autocuidado y la búsqueda oportuna de ayuda cuando las circunstancias así lo requieran.

ASISTENTES

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

(Se adjunta firma de asistentes o formato de asistencia)




26/06/2026
10:27
5.2247N 75.7172W
Altitud:1239.0msnm
Caucamorro.
Anserma, Caldas.

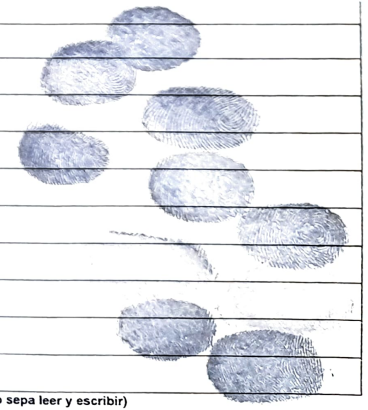
Gobierno de ANSERMA Salud y Desarrollo Social	GOBIERNO DE ANSERMA SECRETARIA DE SALUD Y DESARROLLO SOCIAL SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Asistencia Técnica Procedimiento Plan de Intervenciones Colectivas **Asistencia Actividades de PIC**	Versión: 03 Código: F021-P03-AT Fecha: 2025-02-10

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Mitos sobre salud Mental **FECHA:** 26-06-2026

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

DIMENSIÓN O LÍNEA: Salud Mental **ESTRATEGIA:** Indirectas

N°	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	Indígena	LGTBIQ+	Migrante	Situación de, en y en riesgo de calle	Trabajadoras sexuales	Trabajadores informales	Mujer en edad fértil	Gestante	Ninguno	
1	Cirila Mecha	1114944123 75		37	F		X		X									
2	Cirelina Chamorro	1077601179		28	F		X		X									
3	Adriana Tamanica	1075023343		27	F		X		X									
4	Idonicia Forastero	1003780865		35	F		X		X									
5	Elvira de Chamorro	1003780803		32	F		X		X									
6	Hercilia Chamorro	1075024599		32	F		X		X									
7	Amilda Forastero	1003943471		27	F		X		X									
8	Elvira Mecha	1079100837		55	F		X		X									
9	Marina Forastero	1003780833		40	F		X		X									
10	Paveleda Tamanica	1075023343		35	F		X		X									



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)