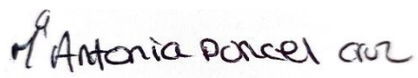
ACTA DE REUNION

MUNICIPIO DE RICAURTE			
Actividad #11		Fecha de realización: 20 de junio de 2026	Hora: 09:00 A.M
Tema tratado: Desarrollo de actividades y herramientas para manejo de riesgo psicosocial.			
Grupo beneficiario: Empleados de Industrias Alimenticias Aretama			
Lugar: Ricaurte		# Población programada 20	# Población cubierta: 16
Objetivo General	Fortalecer los conocimientos y promover prácticas saludables relacionadas con la salud mental y el bienestar laboral, mediante una jornada de sensibilización dirigida a los trabajadores, orientada a la identificación y prevención de los riesgos psicosociales, el fortalecimiento de la comunicación asertiva, la promoción del equilibrio entre la vida laboral y personal, y la prevención del agotamiento laboral.		
Objetivos Específicos	• Sensibilizar a los trabajadores sobre el concepto de riesgos psicosociales y los factores que pueden afectar su salud física, mental y social en el entorno laboral. • Fortalecer las habilidades de comunicación asertiva como estrategia para mejorar las relaciones interpersonales y el clima laboral. • Promover la importancia del equilibrio entre la vida laboral y personal, favoreciendo el bienestar integral de los trabajadores.		
Recursos Utilizados	Técnicos Computador Internet Impresora	Humanos Trabajadores	Material Diapositivas
Descripción Detallada del Desarrollo de La actividad	El día 20 de junio del 2026 se realizó una jornada de sensibilización dirigida a los trabajadores de la empresa Industrias Alimenticias Aretama con el propósito de promover entornos laborales saludables y fortalecer factores protectores frente a los riesgos psicosociales presentes en el ámbito laboral. Durante la actividad se abordaron los siguientes temas: • **¿Qué son los riesgos psicosociales?** Se socializó el concepto de riesgo psicosocial, identificando los principales factores asociados al entorno laboral que pueden afectar la salud física, mental y social de los trabajadores, así como la importancia de su prevención y manejo oportuno. • **Importancia de la comunicación asertiva:** Se destacó la comunicación asertiva como una herramienta fundamental para mejorar las relaciones interpersonales, prevenir conflictos laborales y fortalecer el trabajo en equipo, promoviendo el respeto y la escucha activa. • **Equilibrio entre la vida laboral y personal:** Se sensibilizó a los participantes sobre la importancia de mantener un adecuado balance entre las responsabilidades laborales y las actividades		

ACTA DE REUNION

	personales y familiares, con el fin de favorecer el bienestar integral y la calidad de vida. • **Prevención del agotamiento laboral:** Se brindó información sobre los signos y síntomas asociados al agotamiento laboral o síndrome de burnout, así como estrategias orientadas al autocuidado, la gestión del tiempo y la búsqueda de apoyo cuando sea necesario.	
Hallazgos y Conclusiones	• Se evidenció que algunos trabajadores presentan conocimientos limitados sobre la identificación y manejo de los factores de riesgo psicosocial en el entorno laboral. • Los participantes reconocieron la importancia de la comunicación asertiva para la prevención de conflictos y el fortalecimiento del trabajo en equipo. • Se identificó la necesidad de promover estrategias que favorezcan el equilibrio entre las responsabilidades laborales, familiares y personales.	
Aportes y Sugerencias	• La jornada de sensibilización permitió fortalecer los conocimientos de los trabajadores sobre los riesgos psicosociales y su impacto en la salud y el desempeño laboral. • La promoción de la comunicación asertiva constituye una herramienta fundamental para mejorar las relaciones interpersonales y fortalecer ambientes de trabajo saludables.	
Material anexo	Presentación en Power Point	X
	Registro Fotográfico	X
	Convocatoria	X
	Listado de Asistencia	X
	Videos	
	Otros ¿cuál?	



MARIA ANTONIA DONCEL CRUZ
Técnico Laboral
Municipio de Ricaurte



ANDREA CAROLINA CORDOBA ORTEGA
Coordinadora PIC ESE Centro de Salud de Ricaurte
Municipio de Ricaurte



ZULMA JASLEYDI JAUREGUI VELANDIA
Coordinadora PIC
Municipio de Ricaurte

ACTA DE REUNION

REGISTRO FOTOGRAFICO





ACTA DE REUNION

