

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión Administrativa y Financiera Procedimiento Gestión Documental Acta de Reunión	Versión: 05 Código: F003-P05-GAF Fecha: 2024-10-02
---	--	--

ACTA No. 1		
NOMBRE DEL COMITÉ O DE LA REUNIÓN: Actividades 4,5 y 6: INTERVENCIONES PARA EL DESARROLLO DE CAPACIDADES A REDES Y ORGANIZACIONES COMUNITARIAS /Sesión 1 de 3)		
CIUDAD Y FECHA: Viterbo Caldas 12/06/2026	HORA DE INICIO: 10:30 am	HORA FIN: 12:30 pm
LUGAR:	Resguardo Indígena Bakurukar	
TEMAS: <p>Tema 1. Contextualización del concepto de Salud Mental desde la conceptualización occidental y tradicional, promoviendo la construcción de un concepto emergente que integre ambas visiones desde la perspectiva del Buen Vivir.</p> <p>Tema 2. Identificación de problemas que afectan la salud mental de la comunidad étnica, incluyendo la conducta suicida, formas de reconocimiento dentro de la comunidad, factores asociados y análisis de las principales problemáticas relacionadas con la salud mental en las comunidades indígenas.</p>		
OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN: <p>Fortalecer las capacidades individuales y comunitarias para la comprensión de la salud mental desde una perspectiva intercultural, promoviendo espacios de diálogo, reflexión y apoyo mutuo que permitan reconocer factores protectores, identificar situaciones de riesgo y fortalecer el acceso oportuno a las rutas de atención y servicios de salud disponibles para la comunidad indígena.</p> <ul style="list-style-type: none"> 🎬 Promover la construcción colectiva del concepto de salud mental integrando la visión occidental y la cosmovisión indígena. 🎬 Identificar factores que afectan el bienestar emocional y mental de la comunidad. 🎬 Fortalecer los conocimientos relacionados con la conducta suicida y otras problemáticas de salud mental presentes en los territorios. 🎬 Promover el reconocimiento de señales de alerta y factores protectores comunitarios. 🎬 Fortalecer las redes de apoyo comunitario y familiar. 🎬 Socializar las rutas de atención y los mecanismos de canalización hacia los servicios de salud según cada situación identificada. 🎬 Generar un espacio seguro para el diálogo, la escucha activa y el acompañamiento comunitario. 		
DESARROLLO DE LA REUNIÓN		

	<p align="center">DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión Administrativa y Financiera Procedimiento Gestión Documental Acta de Reunión</p>	<p>Versión: 05 Código: F003-P05-GAF Fecha: 2024-10-02</p>
---	--	---

Construcción colectiva del concepto de salud mental desde el diálogo intercultural actividades 4, 5 y 6 . A medida que avanzó la jornada, los participantes fueron invitados a reflexionar sobre el significado de la salud mental desde sus propias experiencias de vida, generándose un diálogo amplio y enriquecedor donde se evidenciaron diferentes formas de comprender el bienestar emocional. Algunas personas asociaron la salud mental con la tranquilidad, la paz interior y la capacidad de mantener buenas relaciones familiares, mientras que otros la relacionaron con la fortaleza para afrontar dificultades, la posibilidad de expresar libremente los sentimientos y la existencia de espacios comunitarios donde las personas se sienten escuchadas y acompañadas.

La profesional de Enfermería orientó la conversación explicando que el concepto de salud mental ha evolucionado con el tiempo y que actualmente se reconoce como una dimensión fundamental de la salud integral de las personas. Se resaltó que la salud mental influye en la manera en que cada individuo piensa, siente, toma decisiones y se relaciona con los demás. Asimismo, se explicó que el bienestar emocional permite desarrollar proyectos de vida, afrontar situaciones difíciles y participar activamente en la comunidad. Los participantes manifestaron que muchas veces la salud mental es un tema del que poco se habla dentro de los territorios, por lo que valoraron positivamente la posibilidad de abordar estas temáticas de manera abierta y respetuosa.

Durante este espacio se generó una reflexión sobre la importancia de reconocer que todas las personas pueden atravesar momentos de dificultad emocional a lo largo de la vida. Los asistentes compartieron experiencias relacionadas con situaciones de estrés, preocupaciones familiares, dificultades económicas, conflictos comunitarios, procesos de duelo y cambios que han impactado su bienestar emocional. Este intercambio permitió identificar que muchas de las experiencias vividas son compartidas por diferentes miembros de la comunidad y que el apoyo mutuo constituye una herramienta fundamental para afrontar las dificultades.

La profesional resaltó que el reconocimiento temprano de las emociones y la búsqueda oportuna de apoyo pueden contribuir significativamente a la prevención de situaciones de mayor complejidad. Asimismo, enfatizó que hablar sobre salud mental no representa una señal de debilidad, sino una oportunidad para fortalecer el autocuidado, la resiliencia y las capacidades individuales y comunitarias para enfrentar los desafíos de la vida cotidiana.

Integración de la visión occidental y la visión tradicional indígena

Posteriormente, el Gestor Indígena promovió una reflexión orientada a integrar la visión occidental de la salud mental con la comprensión tradicional presente dentro de las comunidades indígenas. Explicó que desde la cosmovisión indígena el bienestar no puede analizarse de manera aislada, ya que la persona forma parte de una red de relaciones que incluye a la familia, la comunidad, los mayores, la naturaleza, el territorio y la espiritualidad.

El gestor manifestó que cuando una persona pierde la conexión con alguno de estos elementos pueden surgir desarmonías que afectan su tranquilidad y bienestar. Explicó que dentro de las comunidades indígenas el sufrimiento emocional suele entenderse como una ruptura del equilibrio

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión Administrativa y Financiera Procedimiento Gestión Documental Acta de Reunión	Versión: 05 Código: F003-P05-GAF Fecha: 2024-10-02
---	--	--

entre diferentes dimensiones de la vida, razón por la cual los procesos de acompañamiento buscan fortalecer nuevamente esa armonía. Los participantes escucharon atentamente estas reflexiones y manifestaron sentirse identificados con la importancia de mantener relaciones saludables con la familia y la comunidad para preservar el bienestar emocional.

A través de relatos y experiencias comunitarias se abordó la importancia de los espacios tradicionales de encuentro, la transmisión de conocimientos por parte de los mayores y el contacto con la naturaleza como factores protectores para la salud mental. Los asistentes compartieron recuerdos relacionados con prácticas comunitarias que anteriormente fortalecían la unión entre las familias y reflexionaron sobre algunos cambios sociales que han transformado las dinámicas de convivencia dentro del territorio.

Como resultado de este diálogo se construyó colectivamente un concepto emergente de salud mental basado en el Buen Vivir, entendido como un estado de equilibrio entre el cuerpo, los pensamientos, las emociones, la familia, la comunidad, la naturaleza y la espiritualidad. Los participantes coincidieron en que la salud mental no debe limitarse únicamente al ámbito individual, sino que también depende de la calidad de las relaciones que las personas establecen con su entorno y con los demás miembros de la comunidad.

Identificación comunitaria de problemáticas que afectan la salud mental

Posteriormente se desarrolló un ejercicio participativo orientado a identificar las principales situaciones que actualmente afectan el bienestar emocional de la comunidad. La profesional de Psicología facilitó una conversación grupal donde los participantes pudieron expresar libremente las preocupaciones que consideran más relevantes dentro de su contexto social y familiar.

Entre las problemáticas identificadas se mencionaron situaciones relacionadas con dificultades económicas, desempleo, conflictos familiares, consumo de sustancias psicoactivas, pérdida de prácticas culturales tradicionales, dificultades en la comunicación entre generaciones, violencia intrafamiliar, aislamiento social y preocupaciones asociadas al futuro de niños y jóvenes. Los participantes señalaron que muchas de estas situaciones generan sentimientos de incertidumbre, tristeza y preocupación que afectan tanto a las personas como a las familias.

Durante la conversación también se abordó el impacto emocional generado por procesos de pérdida, enfermedades, separaciones familiares y cambios en las dinámicas comunitarias. Los asistentes manifestaron que algunas personas enfrentan estas situaciones en silencio debido al temor de ser juzgadas o incomprendidas. Esta reflexión permitió reconocer la importancia de fortalecer los espacios de apoyo mutuo y promover una cultura comunitaria basada en la escucha, la solidaridad y el acompañamiento.

La profesional explicó que identificar estas problemáticas constituye un paso fundamental para desarrollar estrategias de prevención y promoción de la salud mental adaptadas a las necesidades reales de la comunidad. Asimismo, destacó que el fortalecimiento de factores protectores como el apoyo familiar, la participación comunitaria, la identidad cultural y las redes de apoyo contribuye

	<p>DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión Administrativa y Financiera Procedimiento Gestión Documental Acta de Reunión</p>	<p>Versión: 05 Código: F003-P05-GAF Fecha: 2024-10-02</p>
---	---	---

significativamente a disminuir el impacto de estas situaciones sobre el bienestar emocional de las personas.

Análisis comunitario de la conducta suicida

Como parte del segundo tema se abordó el concepto de conducta suicida desde una perspectiva preventiva y comunitaria. La profesional de Psicología explicó que la conducta suicida comprende un conjunto de pensamientos, emociones y comportamientos relacionados con el deseo de morir o hacerse daño, resaltando la importancia de hablar sobre este tema de manera responsable y respetuosa para fortalecer la prevención y la identificación temprana de señales de alerta.

Durante la actividad se promovió una reflexión sobre la manera en que la comunidad reconoce este tipo de situaciones y cuáles son las señales que pueden indicar que una persona necesita apoyo. Los participantes identificaron cambios significativos en el comportamiento, aislamiento social, pérdida de interés por actividades habituales, expresiones de desesperanza, tristeza persistente, consumo problemático de sustancias y dificultades para relacionarse con otras personas como algunos de los signos que generan preocupación dentro de la comunidad.

La conversación permitió reconocer que muchas veces las personas que atraviesan situaciones de sufrimiento emocional requieren ser escuchadas y acompañadas de manera oportuna. Asimismo, se resaltó la importancia de evitar la estigmatización y promover una actitud solidaria frente a quienes presentan dificultades relacionadas con su salud mental. Los asistentes manifestaron que estos espacios contribuyen a generar mayor comprensión sobre el tema y fortalecen las capacidades comunitarias para actuar de manera preventiva y protectora frente a situaciones de riesgo.

Factores protectores identificados por la comunidad

Posteriormente se desarrolló un espacio orientado a identificar aquellos elementos que, desde la percepción de los participantes, contribuyen a proteger y fortalecer la salud mental dentro de la comunidad indígena. A través del diálogo colectivo se reconocieron factores relacionados con la unión familiar, el acompañamiento de los mayores, la práctica de actividades comunitarias, la participación en encuentros culturales, la transmisión de conocimientos ancestrales y el fortalecimiento de la identidad cultural. Los asistentes manifestaron que estos elementos constituyen recursos fundamentales para afrontar las dificultades de la vida cotidiana y fortalecer el sentido de pertenencia hacia la comunidad.

Durante la conversación se destacó especialmente el papel que desempeñan los mayores dentro de los procesos de acompañamiento emocional. Los participantes expresaron que los abuelos y sabedores representan una fuente importante de orientación, consejo y apoyo en momentos de dificultad. Asimismo, se resaltó que las enseñanzas transmitidas por ellos contribuyen al fortalecimiento de valores como el respeto, la solidaridad, la resiliencia y el trabajo colectivo. Esta reflexión permitió reconocer la importancia de continuar promoviendo espacios de encuentro intergeneracional donde los conocimientos y experiencias puedan seguir siendo compartidos.

Otro de los factores protectores identificados estuvo relacionado con la conexión con la naturaleza y el territorio. Los asistentes manifestaron que las actividades realizadas al aire libre, el contacto con los espacios naturales y la participación en prácticas tradicionales generan sentimientos de

	<p align="center">DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión Administrativa y Financiera Procedimiento Gestión Documental Acta de Reunión</p>	<p>Versión: 05 Código: F003-P05-GAF Fecha: 2024-10-02</p>
---	--	---

tranquilidad, bienestar y armonía. Desde la visión indígena, estos elementos constituyen componentes esenciales para mantener el equilibrio emocional y fortalecer el Buen Vivir. La conversación permitió reconocer que el cuidado del territorio también representa una forma de cuidar la salud mental y el bienestar comunitario.

Fortalecimiento de las redes de apoyo comunitario

La profesional de Psicología promovió una reflexión sobre la importancia de las redes de apoyo como herramientas fundamentales para la prevención de situaciones de riesgo y el fortalecimiento del bienestar emocional. Durante este ejercicio se invitó a los participantes a identificar las personas, grupos o espacios a los cuales acudirían en caso de enfrentar una situación difícil o requerir apoyo emocional.

Los asistentes mencionaron a familiares cercanos, líderes comunitarios, autoridades indígenas, amigos de confianza, profesionales de la salud y miembros de la comunidad como algunas de las principales fuentes de apoyo. Esta actividad permitió visibilizar la importancia de mantener relaciones basadas en la confianza y la comunicación, así como fortalecer los mecanismos comunitarios de acompañamiento para las personas que atraviesan momentos de vulnerabilidad.

Se resaltó que las redes de apoyo no solamente contribuyen a disminuir el impacto de situaciones difíciles, sino que también fortalecen la capacidad de las comunidades para responder de manera colectiva frente a diferentes problemáticas. Los participantes coincidieron en que escuchar, acompañar y orientar a otras personas puede generar un efecto positivo tanto para quien recibe el apoyo como para quien lo brinda. Asimismo, se enfatizó la importancia de no enfrentar las dificultades en soledad y de buscar ayuda cuando sea necesario.

Socialización de rutas de atención y canalización a servicios de salud

Como parte fundamental de la sesión se desarrolló un espacio de socialización de las rutas de atención disponibles para personas que presentan dificultades relacionadas con su salud mental. La profesional de Enfermería explicó los mecanismos de acceso a los servicios de salud, los canales de atención existentes y la importancia de buscar apoyo profesional cuando se identifican situaciones que afectan significativamente el bienestar emocional.

Durante la actividad se aclararon inquietudes relacionadas con los procesos de atención, los servicios disponibles y las formas de acceder a acompañamiento psicológico, médico o especializado según las necesidades identificadas. Se explicó que las rutas de atención constituyen herramientas diseñadas para garantizar el acceso oportuno a los servicios y prevenir la aparición de situaciones de mayor complejidad.

Asimismo, se resaltó la importancia de reconocer las señales de alerta y actuar de manera temprana frente a cualquier situación que represente un riesgo para la integridad física o emocional de una persona. Los participantes manifestaron que contar con esta información fortalece su capacidad para orientar a otros miembros de la comunidad y facilita la búsqueda oportuna de apoyo cuando se presentan situaciones que requieren atención especializada.

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión Administrativa y Financiera Procedimiento Gestión Documental Acta de Reunión	Versión: 05 Código: F003-P05-GAF Fecha: 2024-10-02
---	--	--

Reflexión colectiva sobre el Buen Vivir y la salud mental

En la etapa final del encuentro se promovió una reflexión colectiva sobre la relación existente entre la salud mental y el concepto de Buen Vivir. El Gestor Indígena explicó que el bienestar emocional no puede entenderse únicamente desde una dimensión individual, sino que está profundamente relacionado con la armonía entre las personas, la comunidad, la naturaleza y la espiritualidad. Manifestó que el Buen Vivir implica mantener relaciones basadas en el respeto, la solidaridad, el cuidado mutuo y la valoración de la vida en todas sus formas.

Los participantes compartieron sus opiniones sobre la importancia de recuperar prácticas comunitarias que favorezcan el encuentro, el diálogo y la convivencia. Algunos asistentes señalaron que el fortalecimiento de los espacios colectivos contribuye a disminuir sentimientos de aislamiento y favorece el apoyo mutuo entre las familias. Otros resaltaron la necesidad de continuar fortaleciendo la identidad cultural como un elemento protector frente a diferentes problemáticas que afectan a las comunidades.

La reflexión permitió concluir que la salud mental constituye una responsabilidad compartida que involucra tanto a las personas como a las familias, las comunidades y las instituciones. Asimismo, se reconoció que el fortalecimiento de la identidad cultural, las redes de apoyo, la participación comunitaria y la conexión con el territorio representan herramientas fundamentales para promover el bienestar emocional y prevenir situaciones de riesgo dentro de las comunidades indígenas.

Cierre de la sesión y compromisos comunitarios

Como cierre de la jornada, los participantes expresaron los principales aprendizajes obtenidos durante el encuentro y compartieron compromisos orientados a fortalecer el cuidado de la salud mental dentro de sus familias y comunidades. Entre los compromisos mencionados se destacó la importancia de promover el diálogo, escuchar con mayor atención a las personas que atraviesan momentos difíciles, fortalecer las redes de apoyo y buscar ayuda cuando sea necesario.

Los asistentes manifestaron su agradecimiento por la realización de este espacio y resaltaron la importancia de continuar desarrollando sesiones que permitan abordar diferentes temáticas relacionadas con el bienestar emocional, la convivencia y el fortalecimiento comunitario. De igual forma, expresaron que la integración entre los conocimientos occidentales y los saberes tradicionales indígenas permitió una comprensión más amplia de la salud mental y favoreció la construcción de aprendizajes significativos para todos los participantes.

La jornada concluyó en un ambiente de respeto, confianza y participación activa, evidenciándose el interés de la comunidad por continuar fortaleciendo procesos orientados al cuidado de la salud mental, la prevención de riesgos y la promoción del Buen Vivir como principio fundamental para el bienestar individual y colectivo.

CONCLUSIONES

	<p align="center">DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión Administrativa y Financiera Procedimiento Gestión Documental Acta de Reunión</p>	<p>Versión: 05 Código: F003-P05-GAF Fecha: 2024-10-02</p>
---	--	---

1. La primera sesión del grupo de apoyo permitió generar un espacio seguro, participativo y respetuoso donde los integrantes de la comunidad indígena pudieron expresar libremente sus experiencias, preocupaciones, emociones y percepciones relacionadas con la salud mental y las desarmonías del pensamiento. A través del diálogo intercultural se evidenció la importancia de crear escenarios permanentes de escucha y acompañamiento que favorezcan la construcción de confianza entre los participantes, fortaleciendo las redes de apoyo comunitario y promoviendo el bienestar emocional desde una perspectiva integral. La participación activa de los asistentes permitió identificar necesidades, experiencias compartidas y factores que influyen positiva o negativamente en la salud mental de la comunidad, favoreciendo el reconocimiento de la importancia de abordar estos temas de manera abierta y sin estigmas.
2. La construcción colectiva del concepto de salud mental permitió integrar elementos propios de la visión occidental con aspectos fundamentales de la cosmovisión indígena, favoreciendo la creación de un concepto emergente basado en el Buen Vivir. Los participantes reconocieron que la salud mental no se limita únicamente al bienestar emocional individual, sino que involucra el equilibrio entre la persona, la familia, la comunidad, la naturaleza, el territorio, la espiritualidad y la identidad cultural. Este ejercicio permitió fortalecer la comprensión de la salud mental desde una mirada intercultural, reconociendo la importancia de respetar y valorar las diferentes formas de entender el bienestar dentro de las comunidades indígenas.
3. Durante el análisis de las principales problemáticas que afectan la salud mental de la comunidad se identificaron diversos factores que generan preocupación y que impactan el bienestar emocional de las personas y las familias. Entre ellos se destacaron las dificultades económicas, los conflictos familiares, el consumo de sustancias psicoactivas, la pérdida de prácticas culturales tradicionales, las situaciones de violencia, el aislamiento social y las preocupaciones relacionadas con el futuro de niños, niñas, adolescentes y jóvenes. Este ejercicio permitió reconocer la complejidad de los factores que influyen en la salud mental y evidenció la necesidad de continuar fortaleciendo acciones de promoción, prevención y acompañamiento comunitario que permitan abordar estas situaciones de manera integral.
4. La reflexión desarrollada en torno a la conducta suicida permitió fortalecer los conocimientos de los participantes sobre esta problemática, favoreciendo el reconocimiento de señales de alerta, factores de riesgo y factores protectores presentes dentro de la comunidad. Los asistentes comprendieron la importancia de actuar oportunamente ante situaciones de sufrimiento emocional, promover la escucha activa y evitar actitudes de indiferencia frente a personas que manifiesten cambios significativos en su comportamiento o expresiones relacionadas con desesperanza, tristeza persistente o deseo de morir. Asimismo, se fortaleció la comprensión de que la prevención de la conducta suicida constituye una responsabilidad compartida que requiere la participación de las familias, la comunidad, los líderes, las autoridades indígenas y las instituciones de salud.
5. La participación de la profesional de Enfermería, la profesional de Psicología y el Gestor Indígena permitió abordar la salud mental desde una perspectiva interdisciplinaria e intercultural, favoreciendo una comprensión más amplia de las diferentes dimensiones que influyen en el bienestar individual y colectivo. Los aportes realizados desde cada área permitieron integrar conocimientos científicos, experiencias comunitarias y saberes ancestrales, fortaleciendo la apropiación de los contenidos

	DIRECCION TERRITORIAL DE SALUD DE CALDAS SISTEMA DE GESTION DE CALIDAD Proceso Gestión Administrativa y Financiera Procedimiento Gestión Documental Acta de Reunión	Versión: 05 Código: F003-P05-GAF Fecha: 2024-10-02
---	--	--

desarrollados durante la sesión. Esta articulación evidenció la importancia de continuar promoviendo procesos donde los conocimientos institucionales y los saberes propios de las comunidades indígenas dialoguen de manera respetuosa y complementaria.

6. La identificación de factores protectores permitió reconocer la importancia de elementos como la unión familiar, el acompañamiento de los mayores, la participación comunitaria, la práctica de actividades culturales, el fortalecimiento de la identidad indígena, la conexión con la naturaleza y la preservación de los conocimientos ancestrales como recursos fundamentales para la promoción de la salud mental. Los participantes coincidieron en que estos elementos contribuyen significativamente al fortalecimiento de la resiliencia individual y colectiva, favoreciendo la construcción de entornos más protectores y saludables para todos los miembros de la comunidad.

7. La socialización de las rutas de atención y los mecanismos de canalización a los servicios de salud permitió fortalecer el conocimiento de los participantes frente a los recursos institucionales disponibles para la atención de situaciones relacionadas con la salud mental. Los asistentes reconocieron la importancia de buscar ayuda profesional de manera oportuna cuando se presentan situaciones que afectan significativamente el bienestar emocional o representan un riesgo para la vida e integridad de las personas. Asimismo, se resaltó la necesidad de continuar fortaleciendo los procesos de articulación entre la comunidad y los servicios de salud para garantizar una atención accesible, oportuna y culturalmente pertinente.

8. La sesión evidenció el interés y la disposición de la comunidad para continuar participando en espacios de diálogo y apoyo relacionados con la salud mental. Los participantes manifestaron que este tipo de encuentros contribuyen al fortalecimiento de la confianza, el acompañamiento mutuo y la construcción colectiva de soluciones frente a las dificultades que afectan el bienestar comunitario. De igual manera, expresaron la importancia de dar continuidad a estos procesos, promoviendo la participación activa de diferentes grupos poblacionales y fortaleciendo las acciones orientadas a la prevención, el autocuidado, la convivencia y la promoción del Buen Vivir dentro de la comunidad indígena

ASISTENTES		
NOMBRE	CARGO/DEPENDENCIA/ENTIDAD	FIRMA
Dayana Garcia Restrepo	Enfermera	<i>Dayana Garcia R.</i>
Maryuri Andrea Zapata Guarín	Psicóloga	<i>Maryuri A. Z.</i>
Carlos Alberto Patiño Hernandez	Gestor Indígena	<i>Carlos A. P. H.E.</i>