E.S.E Hospital San José de Viterbo Caldas

LINEA: SALUD MENTAL

ESTRATEGIA: EDUCACION: APRENDER A CUIDARNOS

Nombre del profesional: Maryuri Andrea Zapata Guarín

Profesión: Psicóloga

Fecha de ejecución: 26 de Junio de 2026

Lugar de la capacitación: SECTOR COLISEO

Hora de Inicio: 4:00 P.m. **Hora Final**: 6:00 P.m.

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

ACTIVIDAD 4: COMPRENDER EL DERECHO A LA CAPACIDAD JURÍDICA

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Se inicia con explorar los conceptos erróneos frecuentes en torno a la toma de decisiones. Es probable que algunos de los participantes tengan ideas preconcebidas sobre la toma de decisiones, bien porque las han adquirido en su formación profesional, o porque son supuestos comunes que están presentes en la sociedad y que se reflejan en las leyes, las políticas, los medios de comunicación y la práctica profesional.

3. CURSO DE VIDA

JUVENTUD Y ADULTEZ.

4. METODOLOGIA

COMPRENDER EL DERECHO A LA CAPACIDAD JURÍDICA

Introducción y reflexión inicial (10 minutos)

Se indaga a los participantes: ***¿Tienen todas las personas, en todo momento, la capacidad de tomar sus propias decisiones?*** Se deja que los participantes digan qué piensan; las ideas en la pizarra. A continuación, se indican algunos de los estereotipos y conceptos erróneos más habituales sobre la capacidad de tomar decisiones de las personas que podrían surgir durante el debate.

- A veces, las personas sencillamente no pueden tomar decisiones por sí mismas

y hay que intervenir para evitar que se hagan daño o que se lo hagan a otros.

- Una persona psicótica no puede tomar decisiones; es imposible razonar y no se le puede hacer entender ni puede comunicar su voluntad ni sus preferencias.
- A veces, hay que tomar decisiones sobre el tratamiento de salud mental de una persona en contra de su voluntad, porque ella no sabe ni entiende que necesita este tratamiento.
- No se puede dejar que las personas con discapacidad psicosocial, intelectual o cognitiva tomen decisiones en todos los ámbitos de su vida.

Ejercicio 1.1: Dinámica “Roles y Decisiones” (30 minutos)

La intención es reflexionar sobre cómo la falta de reconocimiento de la capacidad jurídica afecta la autonomía y dignidad de las personas con discapacidad psicosocial. Para ello se distribuyen tarjetas que representan diferentes roles en una situación de toma de decisiones:

- Persona con discapacidad psicosocial.
- Profesional de la salud.
- Abogado.
- Familiar.
- Amigo/a de confianza.

Se simula una situación en la que una persona con discapacidad psicosocial debe tomar una decisión importante (por ejemplo, aceptar o rechazar un tratamiento médico). Cada participante debe interpretar su rol, exponiendo su postura frente a la decisión que debe tomarse y los posibles obstáculos que enfrenta la persona con discapacidad para ejercer su derecho a decidir.

Al finalizar la actividad, se abren las siguientes preguntas de reflexión:
¿Cómo se sintieron al representar su rol?¿Qué obstáculos enfrentó la persona con discapacidad para ejercer su derecho a decidir?¿Qué actitudes o prácticas del personal de salud podrían favorecer o limitar su autonomía?
¿Qué cambios institucionales serían necesarios para garantizar decisiones más justas y participativas?

Presentación: **“¿Qué es la Capacidad Jurídica?” (30 minutos)**

Brindar una comprensión clara de la capacidad jurídica como un derecho humano fundamental y su relación con la autonomía personal. Se exponen conceptos clave sobre la capacidad jurídica, destacando su importancia en el marco de los derechos humanos y se dan ejemplos prácticos de situaciones cotidianas donde la capacidad jurídica es fundamental (trabajo, salud, decisiones financieras).

- Capacidad jurídica: Derecho de toda persona a ser reconocida como sujeto de derechos y a tomar decisiones por sí misma

- Incapacidad jurídica: Situación en la que se restringe o niega a una persona el derecho a decidir, lo que limita su autonomía.
- ***Reflexión grupal: ¿Cuál es la diferencia entre discapacidad psicosocial e incapacidad jurídica? ¿Qué impacto tiene esta distinción en la vida diaria de las personas?***

Evaluación y Cierre: “Los frutos del compromiso” (15 minutos)

- Se entregan post-its en forma de frutos o flores.
- Los participantes deben escribir un compromiso personal que asumirán para promover la capacidad jurídica, la autonomía o la inclusión en sus entornos personales o profesionales.
- Colocan estos frutos o flores en el árbol, simbolizando las acciones concretas que permitirán que la sociedad avance hacia un futuro más justo e inclusivo.

Finalmente, se resalta cómo cada hoja y fruto representan la contribución única de cada persona para construir un entorno inclusivo, recordando que el cambio comienza con acciones individuales pero crece y se fortalece con el esfuerzo colectivo. Se cierra con la frase:

“Juntos, estamos sembrando las semillas de una sociedad donde todos puedan crecer y florecer en igualdad de condiciones.”

DERECHO A DECIDIR - AUTONOMÍA

El Derecho a decidir es un aspecto fundamental para garantizar el respeto al derecho de las personas a ejercer su capacidad jurídica, especialmente en contextos de salud mental. Este enfoque no solo reconoce la autonomía de las personas, sino que también promueve su derecho a tener la última palabra en las decisiones que afectan su vida.

Adoptar un abordaje basado en el apoyo a la toma de decisiones implica:

- Colaborar estrechamente con la persona en el proceso de toma de decisiones.
- Facilitar el acceso a la información y al acompañamiento que necesitan para tomar decisiones informadas.
- Fomentar su capacidad para participar activamente en las decisiones relacionadas con su salud, tratamiento o proyectos de vida.
-

Materiales:

Papeles grandes (uno por grupo).
Marcadores de colores.
Stickers o post-it para resaltar elementos clave
Hoja con el caso práctico.
Cinta adhesiva para pegar los mapas en la pared.

Introducción y reflexión inicial (10 minutos)
En un servicio de salud mental o en un contexto similar, ¿cómo se podría apoyar a una persona para que tome sus propias decisiones?

Permitir que la persona elija a quién quiere en su red de apoyo (por ejemplo, familiares, amigos, trabajadores pares capacitados) y facilitar su acompañamiento durante el proceso.

- Comprender qué tipo de información o apoyo necesita para tomar una decisión informada.
- Ofrecer apoyo independiente del servicio que pueda generar confianza y seguridad en la persona.
- Dar más tiempo para la toma de decisiones, permitiendo que reflexione sin presión.
- Posponer la decisión hasta que la persona se sienta preparada y considere que es el momento adecuado.
- Adaptar las condiciones del entorno: cambiar la hora o el lugar para facilitar un espacio más cómodo y accesible.
- Colaborar con otras personas involucradas en su tratamiento o recuperación, permitiendo que exprese sus opiniones y preferencias de manera clara.

Con esta reflexión inicial, se busca generar conciencia sobre cómo el entorno, las redes de apoyo y el acceso a la información adecuada pueden marcar la diferencia en la capacidad de una persona para tomar decisiones autónomas.

Permitir que la persona elija a quién quiere en su red de apoyo (por ejemplo, familiares, amigos, trabajadores pares capacitados) y facilitar su acompañamiento durante el proceso.

- Comprender qué tipo de información o apoyo necesita para tomar una decisión informada.
- Ofrecer apoyo independiente del servicio que pueda generar confianza y seguridad en la persona.
- Dar más tiempo para la toma de decisiones, permitiendo que reflexione sin presión.
- Posponer la decisión hasta que la persona se sienta preparada y considere que es el momento adecuado.
- Adaptar las condiciones del entorno: cambiar la hora o el lugar para facilitar un espacio más cómodo y accesible.

- Colaborar con otras personas involucradas en su tratamiento o recuperación, permitiendo que exprese sus opiniones y preferencias de manera clara.

Con esta reflexión inicial, se busca generar conciencia sobre cómo el entorno, las redes de apoyo y el acceso a la información adecuada pueden marcar la diferencia en la capacidad de una persona para tomar decisiones autónomas.

Ejercicio 1.1: Taller Creativo: “Construyendo un Mapa de Apoyo”

Guiar a los participantes en la creación de un plan visual de apoyo para una persona con discapacidad psicosocial, que respete su autonomía en la toma de decisiones importantes.

Introducción (5 minutos)
Explicación inicial por parte de la practicante:
“El día de hoy vamos a diseñar un Mapa de Apoyo que ayude a una persona a tomar decisiones importantes en su vida, asegurándonos de que se respeten sus deseos, preferencias

Caso práctico:

Se entrega a cada grupo una hoja que describe el siguiente caso:
Luis, 45 años, vive con una discapacidad psicosocial. Quiere cambiar de empleo porque siente que el trabajo actual no le permite crecer ni ser feliz. Sin embargo, tiene dudas sobre cómo hacerlo y necesita apoyo para tomar la mejor decisión. “Con base en este caso, diseñaremos un mapa de apoyo para ayudar a Luis a tomar decisiones sobre su cambio de empleo.”

Cada grupo en medio pliego de cartulina debe colocar a Luis en el centro del papel, dibujar un círculo en el centro y escribir:

Luis - 45 años - Quiere cambiar de empleo
Identificar las decisiones clave que debe tomar Luis:
Luego se dibujan ramas que salgan del círculo central y los participantes etiquetan cada rama con una decisión importante:
¿Qué tipo de trabajo quiere buscar?
¿Cómo afectará esto su bienestar emocional?
¿Qué recursos necesita para lograrlo?

Para crear una red de apoyo es necesario dibujar alrededor del círculo central personas o instituciones que podrían apoyar a Luis. Por ejemplo:

Familia: Apoyo emocional.

Psicólogo: Ayuda para manejar el estrés del cambio.
Agencia de empleo: Buscar oportunidades laborales.
Amigos: Motivación y referencias.

Definir el papel de cada miembro de la red de apoyo: Al lado de cada persona/institución, escribir qué tipo de apoyo le brindará a Luis. Luego, cada grupo pega su mapa en la pared y realiza una breve presentación (máximo 3 minutos) donde explica:

Cómo estructuraron la red de apoyo, qué decisiones clave identificaron, cómo garantizaron que Luis tenga autonomía en cada decisión.

Reflexión Colectiva (10 minutos)
¿Qué similitudes encontraron entre las redes de apoyo de los distintos grupos?
¿Qué elementos consideran esenciales para que una red de apoyo funcione bien?
¿Cómo podemos aplicar este ejercicio en la vida real para apoyar a personas con discapacidad psicosocial?

Evaluación y cierre Dinámico: "El Poder de Decidir"(10 minutos) Cerrar la sesión con una actividad que resume la importancia de la autonomía y del apoyo en la toma de decisiones. Círculo Final (5 minutos)

- Los participantes se colocan en círculo.
- Se les entrega una tarjeta en blanco y un marcador.
- Cada participante escribe una palabra que represente lo que se lleva de la sesión (ejemplo: "autonomía", "confianza", "apoyo"). luego la comparte a modo de retroalimentación conjunta para expresar lo aprendido en la jornada.

"Cuando apoyamos con respeto y empatía, permitimos que cada persona camine su propio camino hacia la autonomía. Juntos, construimos un entorno donde todos tienen derecho a decidir y a ser escuchados."



Maryuri Andrea Zapata Guarín
Psicóloga
T.P: 222307.