| Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC | |
|---|---|
| Municipio | Caparrapí |
| Lugar | Emisora Colina Stereo 107. 4 FM |
| Fecha | Durante el 21 mes de agosto del 2026 |
| Tema | 1. Conducta suicida |
| Entorno | Comunitario |
| Objetivo | Identificar el impacto social de los trastornos mentales y proponer estrategias de concientización para disminuir la discriminación y mejorar el apoyo a los pacientes |
| EDUCACIÓN Y COMUNICACIÓN PARA LA SALUD | Desarrollar mínimo 2 campañas a través de medios de comunicación (tener en cuenta los lineamientos de comunicación sin daño) dirigidas a la población en general, para la disminución del estigma y la desmitificación de creencias asociadas a los eventos: 1. Conducta suicida 2. Trastornos mentales y epilepsia 3. Violencias 4. Consumo de sustancias psicoactivas |
| RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos): | Alexander Barreto Guevara |
| Número Documento de identidad del responsable de la actividad | 80324012 |
| Soporte listado de asistencia A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS – formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091. | |

**Desarrollo de la Actividad**

1. **Descripción de la población asistente:** La actividad se realizó por medio de la emisora Colina Stereo, donde se contó con la presencia del locutor David Arias, en la ejecución de la actividad se evidencio una población muy amplia ya que los radioyentes, radioescuchas u oyentes son los habitantes del municipio de Caparrapí del casco urbano, de las 119 veredas, entre ellos

encontramos personas de diferentes etapas del ciclo vital: Juventud, adultes y adulto mayo de diferentes partes y de otros departamentos.

2. **Metodología de la actividad realizada:** Esta actividad fue realizada de forma radial la cual se transmitió por medio de ondas hertzianas o electromagnéticas, donde se brindó una información clara, detallada y concisa sobre los “Primeros Auxilios Psicológicos (PAP)"

**2.1 Actividad lúdica de inicio:** Para dar inicio a la actividad, se dio un caluroso saludo de bienvenida a la mesa de trabajo y a todos los oyentes de la emisora y a quienes siguieron la trasmisión en vivo por redes sociales como Facebook Lite, donde se logró interactuar de manera participativa e inclusiva.

**1.2 2.2 Explicación del tema:** se realizó la respectiva socialización se orientó, se acompañó en la actividad enfocada en: “Primeros Auxilios Psicológicos (PAP)" Los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) son la ayuda inmediata que se brinda a una persona tras sufrir una crisis, accidente o evento traumático. Su gran ventaja es que no necesitas ser psicólogo para aplicarlos; cualquier persona capacitada puede usarlos para calmar, proteger y conectar a los afectados con la ayuda necesaria.

Los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) son la ayuda inmediata que se brinda a una persona tras sufrir una crisis, accidente o evento muy estresante. Su meta principal es calmar a la persona, asegurar su bienestar y devolverle la estabilidad emocional. Cualquier persona con capacitación básica puede aplicarlos, ya que no sustituyen a una terapia profesional.

El protocolo práctico ABCDE

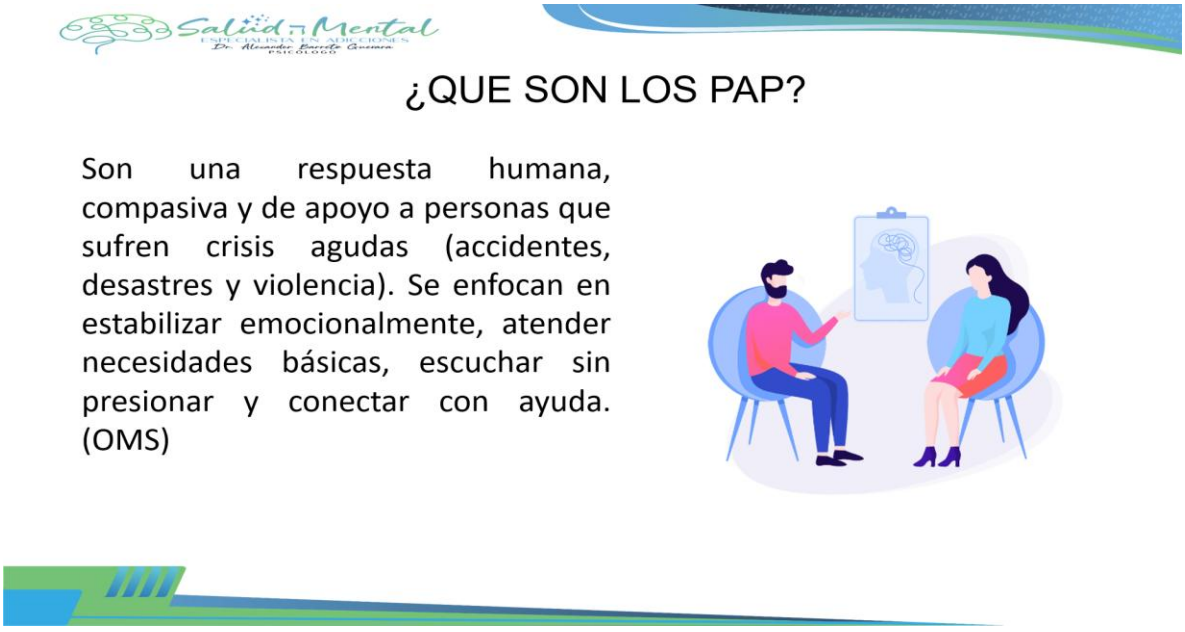
Muchas instituciones utilizan el método **ABCDE** por sus siglas fáciles de recordar:

- **A (Escucha Activa)**: Deja que la persona hable si lo desea, prestando total atención a sus emociones.
- **B (Reanimación de la respiración)**: Enséñale a respirar de forma lenta y profunda para bajar las pulsaciones.
- **C (Categorización de necesidades)**: Ayúdale a ordenar sus ideas. Identifica qué problema se debe resolver primero.
- **D (Derivación a redes de apoyo)**: Contacta a su familia, amigos o personal médico de emergencia.
- **E (Psicoeducación)**: Explícale que es normal sentir miedo, pena o confusión en este tipo de situaciones

**2.3 Descripción del material didáctico utilizado:** notas tomadas de artículos científicos con el fin de brindar una información detallada con bases científicas, se utilizaron planillas de asistencia, esferos entre otros.

Presentación de PowerPoint



**3. Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes:** durante la actividad en la radio, se abrió el espacio para la sección de preguntas, el locutor realizo la socialización de las preguntas que los oyentes manifestaron: ¿Por qué siento tanto miedo?, ¿Cómo hago para no sentir sensaciones de miedo en mi vida?

4. **Conclusiones y recomendaciones:** La actividad ejecutada fue muy interesante pues los **Primeros Auxilios Psicológicos (PAP)** son una herramienta clave que **normaliza las reacciones emocionales, reduce la incertidumbre y previene secuelas neurobiológicas o trastornos a largo plazo**. Al enseñar a las personas qué esperar de su cuerpo y mente tras un evento traumático, se mitiga el pánico secundario derivado de creer que se "está perdiendo la razón"
   - Se recomienda dar continuidad a este tipo de procesos psicoeducativos ya que se debe hablar de los primeros auxilios psicológicos porque permiten brindar apoyo inmediato y humano a personas en crisis, reduciendo el estrés inicial, previniendo daños mayores y facilitando la recuperación emocional antes de que se requiera una terapia especializada.
   - **Descripción de la población asistente:** durante la trasmisión del programa radial se logró una buena interacción con los oyentes quienes, se comunicaron de diferentes veredas del municipio de Caparrapí y lugares aledaños, reiterando la importancia de este tipo de espacios psicoeducativos enfocados en la salud mental, a través de preguntas, comentarios hicieron preguntas enfocadas en el tema abordado.

| | |
|---|---|
| Registro fotográfico | x |
| Población identificada | 0 |
| Femenino | 0 |
| Masculino | 1 |
| Total, personas intervenidas | 1 |

Anexos

Comparto el link de la transmisión que se llevó a cabo por la emisora Colina Stereo 107. 4 FM

https://www.facebook.com/share/v/18WwszSkkt/

**5. Registro fotográfico**







Anexos

Gobernación de Cundinamarca

PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD
GESTION DE LA SALUD PUBLICA

Versión: 6

REGISTRO DE ASISTENCIA A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS

Fecha de Aprobación: 15 de enero de 2025

Señor Ciudadano, autoriza a la Gobernación de Cundinamarca a utilizar sus datos personales para fines informativos exclusivamente en cumplimiento de la misión de la entidad, de conformidad con las disposiciones de la Ley 1581 de 2012, ley de protección de datos y el Decreto 1377 de 2013 que la reglamenta parcialmente. Así mismo, si desea ejercer sus derechos de conocer, actualizar, rectificar o suprimir sus datos, lo puede solicitar a través del correo electrónico habeasdata@saludpublica.gov.co"

1. FECHA: 21-08-2026
2. TEMÁTICA: Conducta suicidad
3. MUNICIPIO: Caparrapí
4. LUGAR: Emisora.
5. RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos): Alexander Barreto Guevara
6. Tipo de Identificacion:
Número: 80324012
Firma

| No. | NOMBRES Y APELLIDOS. | IDENTIFICACIÓN TIPO (1. CC 2. TI 3. RC 4. OTRO (cual)) | IDENTIFICACIÓN Nº | ENTORNO 1.Hogar 2. Comunitario 3. Laboral 4. Educativo 5. Institucional | SEXO 1. Masculino 2. Femenino | FECHA DE NACIMIENTO Dia / Mes / Año | AFILIACION SALUD 1. Contributivo 2. Subsidiado 3. Excepción 4.Especial 5. No asegurado | POBLACIÓN CON ENFOQUE DIFERENCIAL 1. Indígena 2.Afro 3. Palenquero 4. Raizal 5. ROM 6.Migrante, 7.PVCA | DISCAPACIDAD 1. Física 2.Auditiva 3. Visual 4.Sordera 5.Intelectual 6. Mental 7.Múltiple | POBLACION VULNERABLE 1. PPL 2.Habitante Calle 3.LGBTIQ+ 4.Personas en situación de prostitución 5.Usuarios de drogas inyectables | EMBARAZADA 1.SI 2. No | OCUPACION U OFICIO | LUGAR DE VIVIENDA 1. Rural Disperso 2.Cabecera Municipal 3. Centro poblado | DIRECCIÓN | TELÉFONO | CODIGO CUPS INTERVENCIONES COLECTIVAS | FIRMA |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | DAVID DIAS | | 93.06.644 | 2 | 1 | 01/12/93 | 2 | — | — | — | 2 | Labrar | 2 | Caparrapí | 3228976036 | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Nombre del ejecutor:

DIANA OLAYA

Nombre del coordinador PIC