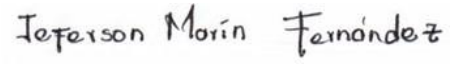
Fecha:	AA	MM	DD	Hora	Inicio	Terminación
	2026	07	22		7:30 a.m.	08:30 a.m.
Convoca:	Coordinación Administrativa			Modera:	Jeferson Marín Fernández	
Asunto:	Capacitación Manejo del Estrés					
Lugar:	Auditorio del Centro Vida del Adulto Mayor Comuna Oriente					

Tipo de reunión:	Junta		Comité		Inducción		Capacitación	X	Otro	
Se autoriza Grabación de:	Audio		Video		Fotografías	X	Ninguno			

PARTICIPANTES		
Nombres y Apellidos	Cargo	Firma
Jeferson Marín Fernández	Profesional SST	
Ver registro de asistencia		

ORDEN DEL DÍA

1. Verificación de asistencia.
2. Objetivo de la capacitación.
3. Desarrollo de la capacitación.
4. Conclusiones y compromisos.
5. Cierre de la capacitación.
6. Anexo: Registro fotográfico / Registro de asistencia.

DESARROLLO DE LOS TEMAS

1. VERIFICACIÓN DE ASISTENCIA

Confirmada la asistencia, se verifica la presencia de los asistentes.

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN

El objetivo principal de esta capacitación fue brindar a los colaboradores los conocimientos teóricos y prácticos necesarios para identificar, prevenir y gestionar de manera segura y eficaz los factores de estrés en el entorno laboral y personal.

3. DESARROLLO DE LA CAPACITACIÓN

La jornada de capacitación se desarrolló de manera teórico-práctica por parte de la E.S.E SALUD PEREIRA, abordando los siguientes temas clave:

- La facilitadora de la E.S.E SALUD PEREIRA inició la sesión presentando la importancia de la gestión e intervención oportuna del estrés en el entorno laboral y personal. Se dio inicio conceptualizando en qué momentos y ante qué circunstancias de alta carga de trabajo o presión es necesario activar herramientas de autorregulación y manejo del estrés. Se enfatizó la importancia de reconocer las señales de alerta sintomáticas de manera temprana.

Fecha:	AA	MM	DD	Hora	Inicio	Terminación
	2026	07	22		7:30 a.m.	08:30 a.m.
Convoca:	Coordinación Administrativa			Modera:	Jeferson Marín Fernández	
Asunto:	Capacitación Manejo del Estrés					

DESARROLLO DE LOS TEMAS (CONTINUACIÓN)

La metodología incluyó demostraciones prácticas y ejercicios interactivos donde los colaboradores tuvieron la oportunidad de aplicar los conocimientos adquiridos. Se promovió activamente la participación, resolviendo dudas e inquietudes a lo largo de la jornada.

4. CONCLUSIONES Y COMPROMISOS

Se concluyó que la capacitación fue un éxito, logrando que todos los participantes comprendieran la importancia del manejo del estrés. Se asumió el compromiso de aplicar los conocimientos adquiridos en caso de ser necesario. La facilitadora resolvió dudas adicionales y reiteró la importancia del manejo del estres.

5. CIERRE

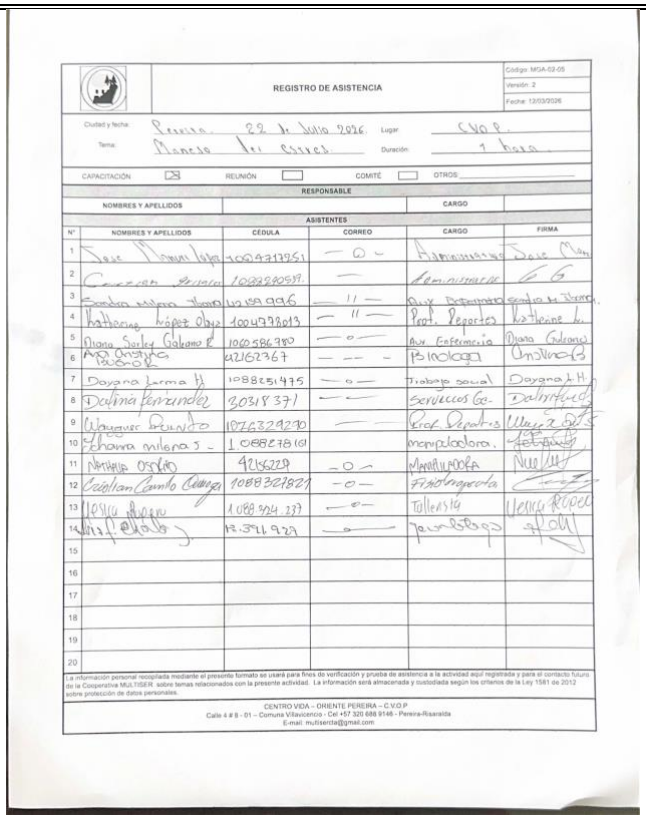
La capacitación finalizó a las 08:30 a.m. con un agradecimiento a la facilitadora por el valioso conocimiento compartido. Se invitó a los asistentes a aplicar lo aprendido en su día a día.

6. ANEXOS

Se anexa listado de asistentes a esta acta, con sus respectivas firmas y registro fotográfico, quienes manifestaron su comprensión y compromiso con la aplicación de los conocimientos adquiridos.

Fecha:	AA	MM	DD	Hora	Inicio	Terminación
	2026	07	22		7:30 a.m.	08:30 a.m.
Convoca:	Coordinación Administrativa			Modera:	Jeferson Marín Fernández	
Asunto:	Capacitación Manejo del Estrés					

Fecha:	AA	MM	DD	Hora	Inicio	Terminación
	2026	07	22		7:30 a.m.	08:30 a.m.
Convoca:	Coordinación Administrativa			Modera:	Jeferson Marín Fernández	
Asunto:	Capacitación Manejo del Estrés					



REGISTRO DE ASISTENCIA

Código: MGA-02-05
Versión: 2
Fecha: 12/03/2026

Ciudad y fecha: Pereira, 22 de Julio 2026 Lugar: CVOP
Tema: Manejo del Estrés Duración: 1 hora

CAPACITACIÓN ☒ REUNIÓN ☐ COMITÉ ☐ OTROS: _____

RESPONSABLE

NOMBRES Y APELLIDOS		CARGO	

ASISTENTES

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	CÉDULA	CORREO	CARGO	FIRMA
1	Jose Manuel Lopez	1005737351	— @ —	Administrativo	Jose Man
2	Cristian Rivera	1088280589	—	Administrativo	C R
3	Sandra milena Ruiz	1088 9996	— 11 —	Aux. Enfermeria	sandra m Ruiz
4	Katherine López Díaz	1004778013	— 11 —	Prof. Deportes	katherine L.
5	Diana Sorley Gaitano R	1005586780	— o —	Aux. Enfermeria	Diana Gaitano
6	Ana Cristina Tabares	42162367	— — —	Psicologa	Ana Tabares
7	Dayana Lorma H	1088251475	— o —	Trabajo social	Dayana L H
8	Dolfina Fernandez	30318371	— —	Servicios Ge.	Dolfina F.
9	Wagner Bruno	1076329290	— —	Prof. Deportes	Wagner Bruno
10	Shanna milena S -	1 088278161		manipuladora.	
11	Natalia Ospina	42156229	— o —	Manipuladora	Natalia Ospina
12	Cristian Camilo Cuenca	1088321827	— o —	Fisioterapeuta	Cristian Cuenca
13	Yoshi Alvarez	1.088.924.337	— o —	Tallerista	Yoshi Alvarez
14	Yuri Patricia J.	42.344.929	— —	Jardinero	Yuri Patricia J.
15					
16					
17					
18					
19					
20					

La información personal recopilada mediante el presente formato se usará para fines de verificación y prueba de asistencia a la actividad aquí registrada y para el contacto futuro de la Cooperativa MULTISER sobre temas relacionados con la presente actividad. La información será almacenada y custodiada según los criterios de la Ley 1581 de 2012 sobre protección de datos personales.

CENTRO VIDA - ORIENTE PEREIRA – C.V.O.P
Calle 4 # 8 - 01 – Comuna Villavicencio - Cel +57 320 688 9146 - Pereira-Risaralda
E-mail: multiserita@gmail.com

COMPROMISOS		
Asunto	Responsable	Plazo

Cláusula de Protección de Datos Personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los participantes y Cooperativa MULTISER no divulgar información alguna o usarla en propósitos diferentes al objetivo por la cual es diligenciado este registro, so pena de las sanciones legales a que haya lugar. Lo anterior en cumplimiento de Ley 1581 de 2012. La firma de los Listados de Asistencia se considera como evidencia de la firma de los responsables de los compromisos adquiridos por los asistentes en la presente acta.