ACTA

ASUNTO	Realizar capacitación e intervenciones de escucha en el territorio		
FECHA	24 junio 2026		
LUGAR	Parque el Guabal – Anhelos de Vivir		
HORA DE INICIO	7:00 am	**HORA FINAL**	8:30 am
ASISTENTES	Anexo Listado Asistencia		
OBJETIVO REUNIÓN	Realizar proceso de capacitación e intervenciones de escucha en el territorio en los diferentes entornos y cursos de vida, para el fortalecimiento del afecto, la confianza, los vínculos y relaciones, en un ambiente de respeto, libertad y equidad para la promoción de los derechos en salud mental.		

ORDEN DEL DÍA / PUNTOS A TRATAR

1. **Presentación**
2. **Desarrollo**
3. **Cierre**

DESARROLLO

1. Presentación

El día 24 de junio de 2026, a las 7:00 a.m., en el Parque El Guabal, se dio inicio a la jornada de capacitación en el marco de la estrategia de Planes de Intervenciones Colectivas (PIC), desarrollada por la Red de Salud del Centro E.S.E., dirigida al grupo comunitario "Anhelos de Vivir".

La actividad fue orientada por la psicóloga Yezeth Del Río, integrante de los Equipos Básicos en Salud (EBS), con el propósito de fortalecer las capacidades de las participantes para brindar un acompañamiento inicial frente a situaciones de crisis emocional mediante la temática Primeros Auxilios Psicológicos (PAP), promoviendo el cuidado mutuo, la identificación de señales de alerta y el reconocimiento de las rutas institucionales de atención en salud mental.

2. Desarrollo

La jornada inició con el saludo de bienvenida y el registro de asistencia de las participantes, propiciando un ambiente de confianza, respeto y cercanía que favoreció la integración del grupo. Posteriormente, la profesional presentó los objetivos de la actividad, explicando la importancia de fortalecer conocimientos básicos en salud mental y brindar herramientas que permitieran ofrecer una primera respuesta de apoyo emocional a personas que atravesaran situaciones difíciles, sin reemplazar la atención especializada.

Como estrategia de ambientación se desarrolló una dinámica de integración en la que cada participante expresó una cualidad personal que consideraba importante para brindar apoyo a otra persona. Durante este ejercicio surgieron palabras como "escuchar", "acompañar", "paciencia", "respeto" y "comprensión", permitiendo reconocer que muchas de estas habilidades ya hacían parte de las experiencias cotidianas del grupo y constituían factores protectores dentro de sus familias y comunidades.

Posteriormente se realizó un ejercicio de reconocimiento de saberes previos mediante preguntas orientadoras relacionadas con las experiencias de acompañamiento emocional que habían vivido a lo largo de sus vidas. Las participantes compartieron situaciones en las que familiares, vecinos o amistades habían enfrentado pérdidas, enfermedades, conflictos familiares o episodios de tristeza intensa, manifestando que en muchas ocasiones deseaban ayudar, pero desconocían la manera adecuada de hacerlo sin generar un mayor malestar.

A partir de estas experiencias, la psicóloga Yezeth Del Rio, estableció acuerdos de convivencia para el desarrollo de la sesión, enfatizando el respeto por la palabra, la escucha activa, la participación voluntaria, la confidencialidad y el no juicio frente a las experiencias compartidas, favoreciendo un espacio seguro para la expresión de ideas y emociones.

Durante el desarrollo temático se realizó una contextualización sobre los Primeros Auxilios Psicológicos (PAP), explicándolos como un conjunto de acciones iniciales dirigidas a brindar apoyo humano, contención emocional y orientación a personas que experimentaban una situación de crisis o un acontecimiento altamente estresante. Se aclaró que estas acciones no correspondían a un tratamiento psicológico, sino a una intervención inmediata que buscaba disminuir el impacto emocional inicial y facilitar el acceso a redes de apoyo y servicios de atención cuando resultara necesario.

Como apoyo metodológico se desarrolló una lluvia de ideas acerca de las reacciones emocionales que podían presentarse durante una crisis. Las participantes identificaron sentimientos como miedo, tristeza, angustia, desesperanza, enojo y confusión, reconociendo que cada persona reaccionaba de manera diferente frente a los acontecimientos difíciles y que todas las emociones debían ser acogidas desde el respeto y la empatía.

Posteriormente se explicó de manera detallada la técnica L.I.S.A. (Escuchar, Informar, Sostener y Activar redes), describiendo cada uno de sus componentes. Se enfatizó la importancia de escuchar atentamente sin interrumpir ni minimizar las emociones de la persona, brindar información clara y veraz evitando generar falsas expectativas, ofrecer acompañamiento respetando la autonomía de quien recibía el apoyo y reconocer cuándo era necesario activar las redes familiares, comunitarias o institucionales para garantizar una atención oportuna.

Con el propósito de facilitar la apropiación de los contenidos, se desarrolló un análisis de casos basado en situaciones hipotéticas relacionadas con personas adultas mayores que enfrentaban procesos de duelo, aislamiento social o preocupaciones derivadas de enfermedades propias del curso de vida. Las participantes analizaron las situaciones planteadas, identificaron posibles señales de alerta y propusieron formas adecuadas de brindar un acompañamiento inicial, aplicando los principios de los Primeros Auxilios Psicológicos. Durante la socialización de los casos, varias asistentes manifestaron que, en ocasiones, habían presenciado situaciones similares en familiares, amistades o vecinos y que anteriormente consideraban que brindar consejos era la mejor forma de ayudar. Una de las participantes comentó que "muchas veces uno quiere solucionar el problema de inmediato, pero ahora entiendo que escuchar con calma también es una forma de apoyar".

Otra participante manifestó: "Aprendí que no siempre tenemos que darle una solución a la persona; a veces lo más importante es escucharla, acompañarla y, si vemos que necesita más ayuda, orientarla para que acuda a los servicios de salud o busque apoyo en las instituciones." Estas intervenciones enriquecieron el intercambio de experiencias entre las asistentes y favorecieron la construcción colectiva del aprendizaje durante la capacitación.

Durante el ejercicio práctico, la psicóloga Yezeth del Rio propuso que las participantes recordaran alguna situación en la que hubieran acompañado a un familiar, una vecina o una amiga que estuviera atravesando un momento emocionalmente difícil. Varias asistentes compartieron sus experiencias, especialmente relacionadas con procesos de duelo, enfermedades y situaciones de soledad en personas adultas mayores. Una de ellas expresó: "A veces una cree que tiene que decir muchas cosas para ayudar, pero hoy entendí que estar al lado de la persona y escucharla también puede darle tranquilidad." Otra participante comentó: "Me pasó con una vecina que perdió a su esposo y yo solo intentaba distraerla; ahora veo que primero debía escuchar cómo se sentía y acompañarla sin presionarla para que estuviera bien." A partir de estas experiencias, la profesional Yezeth Del Rio orientó la reflexión hacia la importancia de brindar un acompañamiento basado en la escucha empática, el respeto por las emociones y la contención inicial, evitando emitir juicios, minimizar el sufrimiento o asumir un rol terapéutico para el cual no se cuenta con la formación correspondiente.

Posteriormente, la psicóloga Yezeth Del Río explicó los límites de los Primeros Auxilios Psicológicos, enfatizando que su finalidad era brindar una primera respuesta de apoyo emocional, sin reemplazar la atención profesional. Asimismo, orientó a las participantes sobre las principales señales de alerta que requerían la activación de las rutas institucionales de atención en salud mental. Frente a esta explicación, una de las asistentes manifestó: "Es importante saber hasta dónde podemos ayudar y cuándo debemos buscar apoyo profesional para no dejar sola a la persona."

Durante el espacio de diálogo y reflexión, las participantes compartieron experiencias sobre la importancia del apoyo mutuo dentro del grupo y reconocieron que la escucha, la

solidaridad y el acompañamiento fortalecían su bienestar emocional. Una de ellas expresó: "Aquí nos escuchamos, nos damos ánimo y eso también ayuda a sentirnos mejor cuando estamos pasando por momentos difíciles." Posteriormente, identificaron como principales factores protectores el apoyo familiar, la solidaridad entre vecinas y el fortalecimiento de las redes comunitarias e institucionales.

Como cierre de la actividad, la profesional realizó una síntesis de los principales aprendizajes y aplicó una evaluación participativa mediante preguntas orientadoras, evidenciando que las asistentes comprendieron las acciones básicas de los Primeros Auxilios Psicológicos, los componentes de la técnica L.I.S.A. y la importancia de activar las rutas de atención cuando la situación lo requiriera. Finalmente, se socializaron las rutas institucionales de atención en salud mental y la Línea 106 como mecanismo de orientación y apoyo para la comunidad.

3. Cierre

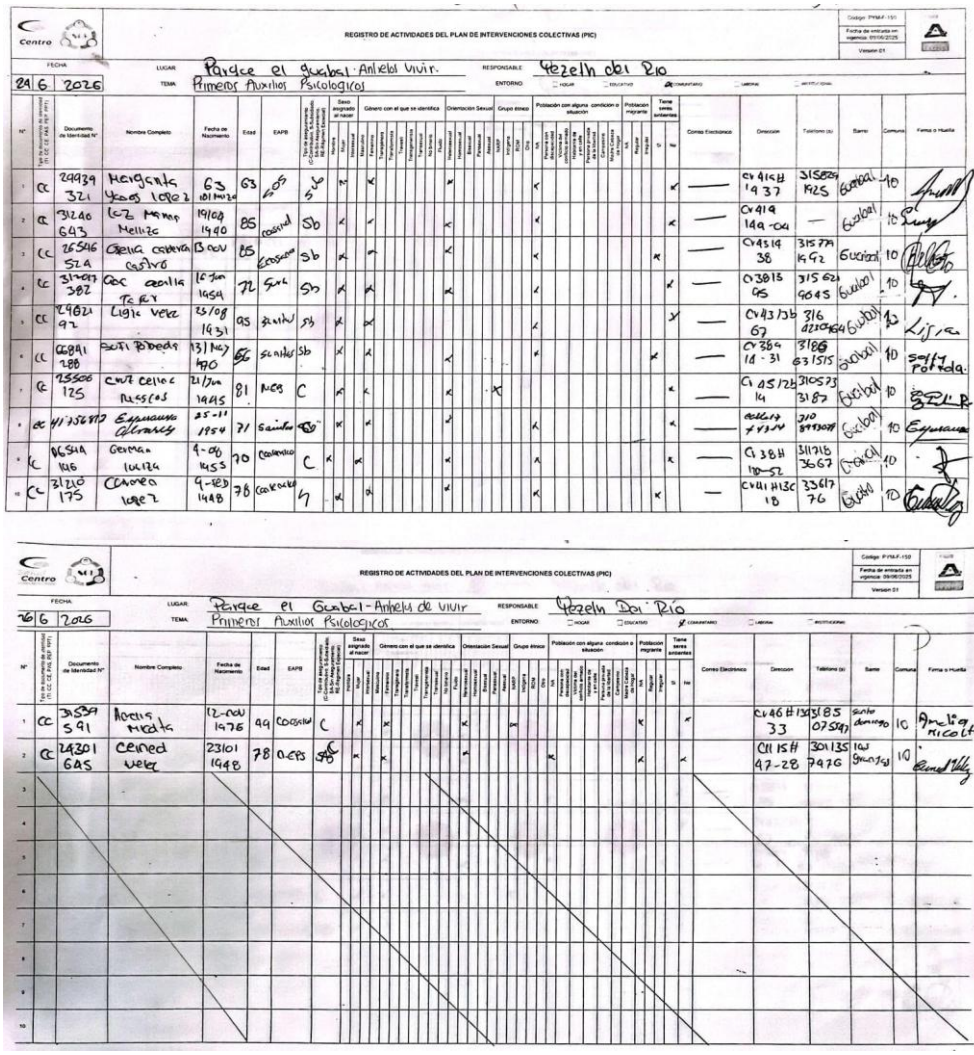
La jornada finalizó a las 8:00 a.m., dando cumplimiento a los objetivos propuestos para la sesión. Se fortalecieron los conocimientos de las participantes frente a los principios básicos de los Primeros Auxilios Psicológicos, promoviendo habilidades relacionadas con la escucha empática, la contención emocional inicial, el reconocimiento de señales de alerta y la activación oportuna de las redes institucionales de apoyo en salud mental. La actividad contó con la participación de 12 personas, correspondientes a 12 mujeres y 0 hombres.

Anexo Registro Fotográfico y Listado Asistencia:




Timemark Camera
Carrera 42A 13B-25
13B-25 Carrera 42A, Cali 760041, Valle Del Cauca
Mié, 24 de jun 2026 07:30 AM
Salud Centro
U22W1TY32BUEER Timemark Verified


Timemark Camera
Carrera 42A 13C-3
13C-3 Carrera 42A, Cali 760041, Valle Del Cauca
Mié, 24 de jun 2026 07:40 AM
Salud Centro
CYPAHBEDNPBGLM Timemark Verified



REGISTRO DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

FECHA: 24/6/2026 — LUGAR: Parque el Guabal - Anhelo Vivir. — RESPONSABLE: Yezelh Del Río

TEMA: Primeros Auxilios Psicologicos — ENTORNO: HOGAR, EDUCATIVO, COMUNITARIO, LABORAL, INSTITUCIONAL

N°	Documento de Identidad N°	Nombre Completo	Fecha de Nacimiento	Edad	EAPB	Sexo asignado al nacer	Género con el que se identifica	Orientación Sexual	Grupo étnico	Población con alguna condición o situación	Población migrante	Tiene seres cercanos	Correo Electrónico	Dirección	Teléfono (s)	Barrio	Comuna	Firma o Huella
1	CC	29939 321	Heriyerik Yesos Lopez	63	63	Sb	M	Heterosexual	Sb	Ninguna	No	Si	—	Cr 41CH 19 37	315829 1925	Guabal	10	
2	CC	312.06 643	Lcz Mena Mellizo	19/08 1960	65	casado	Sb	M	Heterosexual	Ninguna	No	Si	—	Cr 419 149-04	—	Guabal	10	
3	CC	26526 524	Odelia cabrera castro	13 Dic	85	Emcosur	Sb	M	Heterosexual	Ninguna	No	Si	—	Cr 45 19 38	315 774 1492	Guabal	10	
4	CC	31709 382	Cec cecilia Tellez	16 Jun 1959	72	Sura	Sb	M	Heterosexual	Ninguna	No	Si	—	Cr 3815 95	315 621 9045	Guabal	10	
5	CC	24821 92	Ligia velez	25/08 1931	93	Famisanar	Sb	M	Heterosexual	Ninguna	No	Si	—	Cr 43 13b 67	316 8210564	Guabal	10	
6	CC	66841 280	Sarai Rosado	13/Mar 1970	56	Sanitas	Sb	M	Heterosexual	Ninguna	No	Si	—	Cr 38a 18-31	3188 6315 15	Guabal	10	
7	CC	25506 125	Cruz celia c Nuescas	21/Jun 1945	81	Nueva	C	M	Heterosexual	Ninguna	No	Si	—	Cl 05 12b 14	3105 23 3187	Guabal	10	
8	CC	41358777	Esperanza Olivares	25-11 1954	71	Sanitas	Sb	M	Heterosexual	Ninguna	No	Si	—	calle 13 # 13 N	310 8993078	Guabal	10	
9	CC	86514 116	Germa Lucena	9-06 1955	70	Coomeva	C	M	Heterosexual	Ninguna	No	Si	—	Cl 38H 110-52	311 715 3667	Guabal	10	
10	CC	31210 175	Carmen Lopez	9-Feb 1948	78	Coomeva	M	M	Heterosexual	Ninguna	No	Si	—	Cr 41 H 13C 18	33617 76	Guabal	10	

REGISTRO DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

FECHA: 26/6/2026 — LUGAR: Parque el Guabal - Anhelo de Vivir — RESPONSABLE: Yezelh Del Río

TEMA: Primeros Auxilios Psicologicos — ENTORNO: HOGAR, EDUCATIVO, COMUNITARIO, LABORAL, INSTITUCIONAL

N°	Documento de Identidad N°	Nombre Completo	Fecha de Nacimiento	Edad	EAPB	Sexo asignado al nacer	Género con el que se identifica	Orientación Sexual	Grupo étnico	Población con alguna condición o situación	Población migrante	Tiene seres cercanos	Correo Electrónico	Dirección	Teléfono (s)	Barrio	Comuna	Firma o Huella
1	CC	31539 591	Adelis Merlo	12-Nov 1976	49	Coosalud	C	M	Sb	Ninguna	No	Si	—	Cr 46 # 13 33	3135 85 07591	Santo domingo	10	
2	CC	24301 645	Cened Velez	23101 1948	78	Nueva EPS	Sb	M	Sb	Ninguna	No	Si	—	Cll 15 # 47-28	301 135 7976	Los Guaimaros	10	
3																		
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		
9																		
10																		

Ana Cristina Barrios

Ana Cristina Barrios Chila
Psicóloga
Agremiada AGESOC
Red de Salud del Centro E.S.E.