Salud Centro Red de Salud del Centro E.S.E.	**ACTA DE REUNIÓN GENERAL**	ACREDITACION EN SALUD 053 EVM - F - 05

ACTA

ASUNTO	Realizar capacitación e intervenciones de escucha en el territorio		
FECHA	26 junio 2026		
LUGAR	Asociación grupo tercera edad – Departamental		
HORA DE INICIO	1:30 pm	**HORA FINAL**	3:00 pm
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 26 de junio de 2026, a la 1:30 p.m., en las instalaciones de la Asociación de Grupos de la Tercera Edad, 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 a integrantes de la Asociación de Grupos de la Tercera Edad.

La actividad fue orientada por las psicólogas Yezeth Del Río, Ana Barrios y Karin Palechor, integrantes de los Equipos Básicos en Salud (EBS), con el propósito de fortalecer las habilidades para la vida y la gestión emocional de las personas participantes, abordando aspectos relacionados con la autoconciencia, la regulación emocional, la comunicación asertiva, la toma de decisiones responsables, el manejo del estrés, la resolución pacífica de conflictos y la convivencia positiva como herramientas para favorecer el bienestar individual y colectivo.

2. Desarrollo

La jornada inició con el saludo de bienvenida y el registro de asistencia de las personas participantes, generando un ambiente de respeto, confianza y disposición para el aprendizaje. Posteriormente, las profesionales presentaron los objetivos de la capacitación, resaltando la importancia de fortalecer habilidades psicosociales que permitieran afrontar de manera saludable las situaciones cotidianas, mejorar las relaciones interpersonales y favorecer el bienestar emocional durante el curso de vida.

Como actividad de apertura, las participantes fueron invitadas a reflexionar sobre aquellas situaciones cotidianas que les generaban bienestar y aquellas que, por el contrario, les producían preocupación o estrés. A partir de las respuestas compartidas, las psicólogas orientaron una conversación sobre la importancia de reconocer las propias emociones, comprender cómo estas influían en las decisiones diarias y desarrollar estrategias que favorecieran una adecuada regulación emocional.

Posteriormente, mediante preguntas orientadoras, las profesionales exploraron los conocimientos previos del grupo acerca de las habilidades para la vida. Varias personas manifestaron que, aunque conocían la importancia de mantener una buena convivencia, en ocasiones resultaba difícil controlar las emociones frente a conflictos familiares, desacuerdos con otras personas o situaciones inesperadas que generaban tensión. Estas intervenciones permitieron contextualizar la temática de acuerdo con las experiencias cotidianas de las personas asistentes.

Seguidamente, se establecieron los acuerdos de convivencia para el desarrollo de la jornada, promoviendo la escucha activa, el respeto por la palabra, la participación voluntaria y el reconocimiento de las diferentes opiniones como elementos fundamentales para la construcción colectiva del aprendizaje.

Durante el desarrollo temático, las psicólogas abordaron el concepto de habilidades para la vida, explicando que estas correspondían a capacidades psicosociales que facilitaban el afrontamiento saludable de las situaciones cotidianas, fortalecían el autocuidado y favorecían relaciones basadas en el respeto, la empatía y la comunicación efectiva. Asimismo, profundizaron en la importancia de la autoconciencia como herramienta para reconocer las emociones, identificar los factores que las desencadenaban y responder de manera consciente antes de actuar impulsivamente.

Como estrategia metodológica, las personas participantes fueron organizadas en diferentes mesas de trabajo, conformando pequeños grupos con el fin de promover la participación activa y la construcción colectiva del aprendizaje. A cada mesa se le asignó una situación relacionada con la vida cotidiana, entre ellas conflictos familiares, diferencias entre vecinos, dificultades para expresar las emociones, toma de decisiones frente a situaciones estresantes y problemas de comunicación. Las psicólogas realizaron acompañamiento permanente a cada grupo, orientando la discusión mediante preguntas que facilitaron la identificación de las emociones presentes en cada caso, los posibles factores desencadenantes y las alternativas para afrontar las situaciones de manera respetuosa y saludable.

Posteriormente, cada mesa analizó el caso asignado, identificó las habilidades para la vida que podían ponerse en práctica y construyó propuestas de solución fundamentadas en la comunicación asertiva, la empatía, la escucha activa y la resolución pacífica de conflictos.

Durante el recorrido por las mesas, las profesionales resolvieron inquietudes, promovieron la participación de todas las personas asistentes y motivaron la reflexión sobre la manera en que este tipo de situaciones también podían presentarse en los entornos familiares y comunitarios.

Durante la socialización de los ejercicios, un representante de cada mesa compartió las conclusiones construidas colectivamente, generando un espacio de intercambio de experiencias y de reconocimiento de diferentes formas de afrontar una misma situación. Una de las participantes expresó: "A veces respondemos con el enojo del momento y después nos damos cuenta de que una conversación tranquila habría evitado el problema." Otro participante manifestó: "Escuchar primero a la otra persona también es una forma de demostrar respeto." A partir de estas intervenciones, las psicólogas reforzaron la importancia de reconocer las emociones antes de reaccionar, practicar la escucha activa y mantener una comunicación basada en el respeto, resaltando que estas habilidades contribuían a fortalecer la convivencia y prevenir conflictos.

Posteriormente, las profesionales desarrollaron un ejercicio práctico de autorreflexión orientado al reconocimiento y regulación emocional. Cada participante identificó aquellas emociones que experimentaba con mayor frecuencia frente a situaciones de estrés y escribió estrategias personales que le permitían recuperar la calma y tomar decisiones de manera consciente. Posteriormente, estas estrategias fueron compartidas al interior de cada mesa, identificando acciones comunes como realizar pausas antes de responder, dialogar con personas de confianza, participar en actividades recreativas, practicar la respiración consciente y dedicar tiempo a actividades que generaran bienestar.

Durante este espacio, una participante comentó: "Me di cuenta de que controlar las emociones no significa quedarse callada, sino aprender a expresar lo que uno siente sin lastimar a los demás." Otra asistente expresó: "Muchas veces reaccionamos sin pensar, pero hoy entendí que respirar, escuchar y hablar con calma puede evitar muchos problemas en la familia." Estas intervenciones favorecieron la reflexión grupal y permitieron que otras personas compartieran experiencias similares, fortaleciendo la apropiación de los contenidos desarrollados durante la capacitación.

En el espacio de diálogo y reflexión, las psicólogas promovieron una conversación sobre la importancia de la empatía y la convivencia positiva en los diferentes escenarios de interacción. Las personas participantes coincidieron en que pequeñas acciones como escuchar con atención, respetar las diferencias, evitar respuestas impulsivas y expresar las opiniones de manera adecuada fortalecían las relaciones familiares y comunitarias. Una de las asistentes manifestó: "Nunca dejamos de aprender; siempre podemos mejorar la forma en que hablamos y tratamos a los demás." Asimismo, se resaltó que el fortalecimiento de estas habilidades contribuía a la construcción de entornos protectores y al cuidado de la salud mental colectiva.

Como parte del cierre metodológico, las profesionales realizaron una síntesis de los principales aprendizajes construidos durante la jornada y desarrollaron una evaluación participativa mediante preguntas orientadoras dirigidas a las diferentes mesas de trabajo. Las personas participantes respondieron de manera activa, identificando ejemplos prácticos sobre el uso de la comunicación asertiva, la regulación emocional y la empatía en situaciones cotidianas, evidenciando la apropiación de los conceptos trabajados. Finalmente, se socializaron las rutas institucionales de atención en salud mental y la Línea 106, enfatizando la importancia de acudir oportunamente a los servicios disponibles cuando una persona presentara una situación que requiriera acompañamiento profesional.

3. Cierre

La jornada finalizó a las 3:00 p.m., dando cumplimiento a los objetivos propuestos para la capacitación. Se fortalecieron las capacidades de las personas participantes para reconocer y gestionar sus emociones, promover la comunicación asertiva, fortalecer la empatía y aplicar estrategias orientadas a la resolución pacífica de conflictos, favoreciendo el bienestar individual, familiar y comunitario.

La actividad contó con la participación de 40 personas, correspondientes a 37 mujeres y 3 hombres.

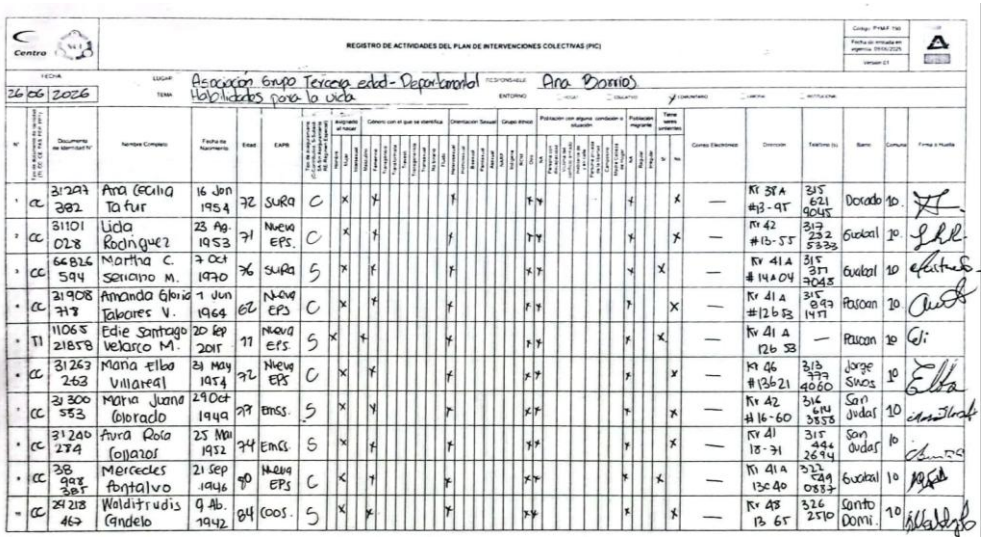
Anexo Registro Fotográfico y Listado Asistencia:




Salud Centro
Fri, 26 Jun 2026 14:10
46-86 Calle 11, Cali 760036, Valle del Cauca
Notes: Reunión
Photo Code: MXHND6A2TLB9LU
Photo by Timemark
Salud Centro
Fri, 26 Jun 2026 14:10
46-86 Calle 11, Cali 760036, Valle del Cauca
Notes: Reunión
Photo Code: WKMH1RYYE14C1X
Photo by Timemark


Timemark
Salud Centro
Salud Mental
Vie, 26 de jun 2026 14:52
Cl. 11 #46-48, panamericano, Cali, Valle del Cauca

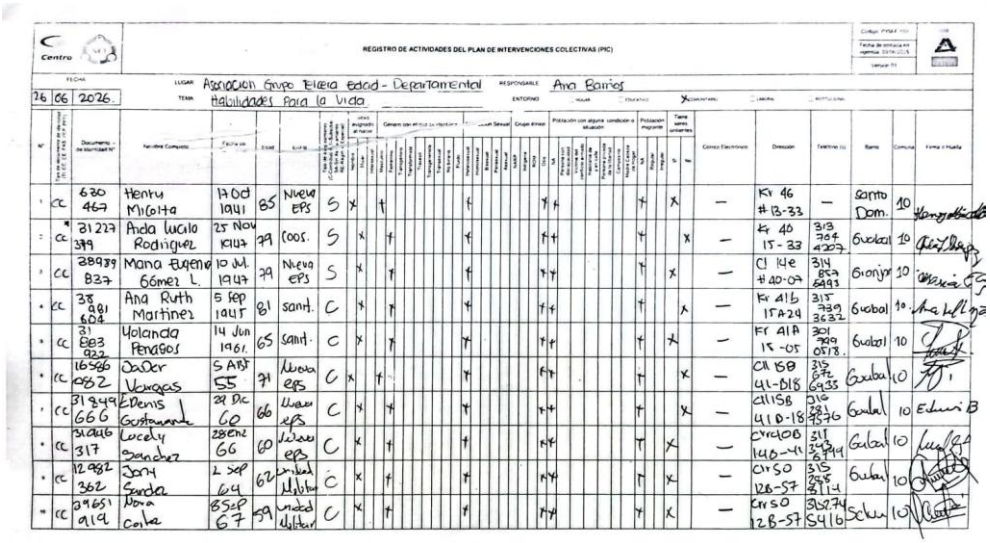




Centro — REGISTRO DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

FECHA: 26/06/2026 — LUGAR: Asociación Grupo Tercera edad - Departamental — TEMA: Habilidades para la vida — RESPONSABLE: Ana Borrero — ENTORNO: ✓ (COMUNITARIO)

N°		Documento de identidad N°	Nombres Completos	Fecha de Nacimiento	Edad	EAPB	Género con el que se identifica	Orientación Sexual	Grupo étnico	Población migrante	Tiene cuatro o menos dientes	Correo Electrónico	Dirección	Teléfono (s)	Barrio	Comuna	Firma o Huella
1	CC	31287 382	Ana Cecilia Tafur	16 Jun 1954	72	SURA	C	H	NA		X	—	Kr 38A #2-95	315 621 9045	Dorado	10	
2	CC	31101 028	Lida Rodriguez	23 Ag. 1953	71	Nueva EPS.	C	H	NA		X	—	Kr 42 #13-55	313 232 5333	Guabal	10	
3	CC	66826 594	Martha C. Serrano M.	7 Oct 1970	76	SURA	S	H	NA		X	—	Kr 41A #14A04	315 317 3043	Guabal	10	
4	CC	31908 778	Amanda Gloria Talaores V.	7 Jun 1964	62	NUEVA EPS	C	H	NA		X	—	Kr 41A #12b53	315 897 1471	Pascan	10	
5	TI	11065 21858	Edie Santiago Velasco M.	20 Sep 2011	11	Nueva eps	S	H	NA		X	—	Kr 41 A 12b 53	—	Pascan	10	
6	CC	31267 263	Maria Elba Villareal	21 May 1954	72	Nueva EPS	C	H	NA		X	—	Kr 46 #13621	313 779 4060	Jorge Sivos	10	
7	CC	31 300 553	Maria Juana Colorado	29 Oct 1949	79	Emss.	S	H	NA		X	—	Kr 42 #16-60	314 614 3358	San Judas	10	
8	CC	31240 274	Aura Rosa Collazos	25 Mar 1952	74	EMSS	S	H	NA		X	—	Kr 41 18-31	315 446 2694	San Judas	10	
9	CC	38 998 385	Mercedes Portalvo	21 Sep 1946	80	Nueva EPS	C	H	NA		X	—	Kr 41A 13c 40	321 539 0883	Guabal	10	
10	CC	29 218 467	Walditrudis Candelo	9 Ab. 1942	84	COOS.	S	H	NA		X	—	Kr 48 13 65	326 2510	Santo Domi.	10	

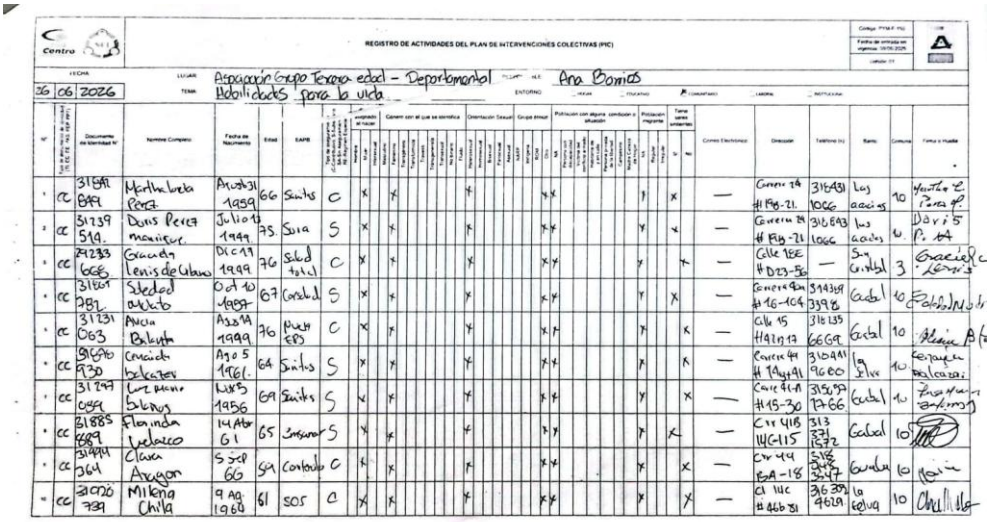


REGISTRO DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

FECHA: 26/06/2026 — LUGAR: Asociación Grupo Tercera edad - Departamental — RESPONSABLE: Ana Barrios

TEMA: Habilidades para la vida — ENTORNO: X COMUNITARIO

N°	Documento de Identidad N°	Nombre Completo	Fecha de Nacimiento	Edad	EAPB	Dirección	Teléfono	Barrio	Comuna	Firma o Huella
1	CC 620 467	Henru Micolta	17 Oct 1941	85	Nueva EPS	Kr 46 #13-33	—	Santo Dom.	10	
2	CC 31 227 389	Ayda Lucila Rodriguez	25 Nov 1947	79	Coos.	Kr 40 15-33	313 704 4207	Guabal	10	
3	CC 38939 837	Maria Eugenia Gómez L.	10 Jul 1947	79	Nueva EPS	Cl 14e #40-09	314 859 6993	Granjas	10	
4	CC 38 981 604	Ana Ruth Martinez	5 Sep 1945	81	sanit.	Kr 41b 15A-24	315 739 3632	Guabal	10	
5	CC 31 883 922	Yolanda Penagos	14 Jun 1961	65	sanit.	Kr 41A 15-05	301 709 0518	Guabal	10	
6	CC 16586 082	Oscar Vanegas	5 Abr 55	71	Nueva EPS	Cll 58 41-018	315 672 6935	Guabal	10	
7	CC 31949 666	Edenis Gustavo	28 Dic 60	66	Nueva EPS	Cll 15B 41D-18	316 281 9576	Guabal	10	Edwin B
8	CC 31416 317	Lucely Sanchez	28 Ene 66	60	Nueva EPS	Cra 40B 14D-41	311 343 8744	Guabal	10	
9	CC 12982 362	Jony Sarria	2 Sep 64	62	Salud total	Cr 50 12B-57	315 345 8114	Guabal	10	
10	CC 29651 919	Nora Cano	8 Sep 67	59	Salud total	Cra 50 12B-57	312 774 5416	Salud	10	

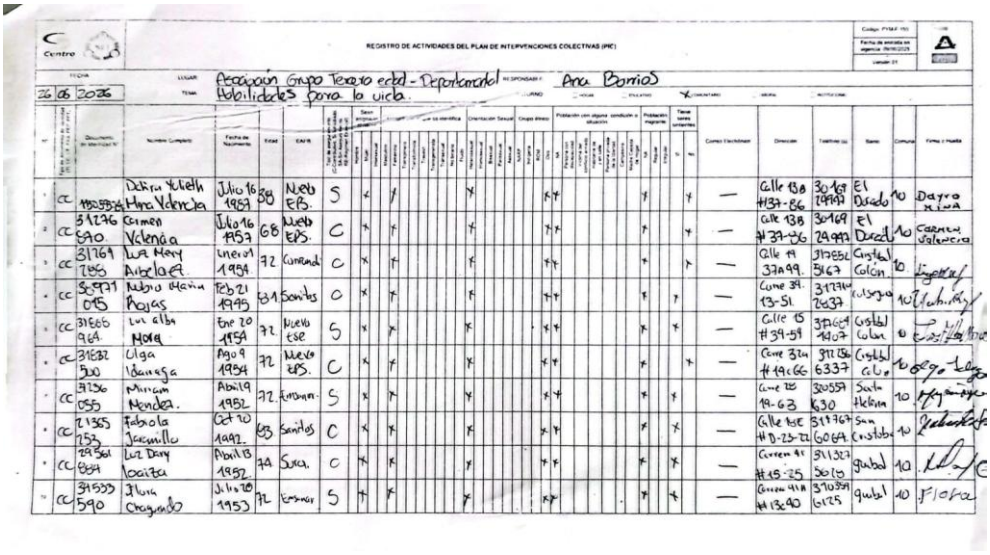


REGISTRO DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

FECHA: 26/06/2026 — LUGAR: Asociación Grupo Tercera edad - Departamental — RESPONSABLE: Ana Barrios

TEMA: Habilidades para la vida — ENTORNO: X COMUNITARIO

N°	Documento de Identidad N°	Nombre Completo	Fecha de Nacimiento	Edad	EAPB	Dirección	Teléfono	Barrio	Comuna	Firma o Huella
1	CC 31591 891	Maribel Ureta Perez	Ago 31 1959	66	Sanitas	Carrera 24 #158-21	315491 1066	Los acacios	10	
2	CC 51739 519	Doris Perez manrique	Julio 1 1949	75	Sura	Carrera 24 #158-21	316893 1066	Los acacios	6	
3	CC 24233 668	Graciela Lenis de Ulloa	Dic 19 1949	76	Salud total	Calle 18E #D23-36	—	San Cristobal	3	
4	CC 31859 781	Soledad acosta	Oct 10 1967	67	Coosalud	Carrera 9a #16-104	3143169 3398	Guabal	10	
5	CC 31731 063	Alicia Bolaños	Ago 19 1949	76	Nueva EPS	Cll 15 #12-13	316135 6669	Guabal	10	
6	CC 31590 930	Graciela bolaños	Ago 5 1961	64	Sanitas	Carrera 4a #14y41	3104911 9600	La Ilse	10	
7	CC 31799 099	Luz Mery Bolaños	Mar 5 1956	69	Sanitas	Carr 9A #15-30	315879 7466	Guabal	10	
8	CC 31885 889	Florinda Velasco	14 Abr 61	65	Sanitas	Cra 41B 14C-115	313 837 1572	Guabal	10	
9	CC 31944 764	Clara Aragon	5 Sep 66	59	Comfandi	Cra 44 #2A-18	315 345 3447	Guabal	10	
10	CC 31070 739	Milena Chila	9 Ag 1960	61	SOS	Cl 11c #46b 31	316 359 9629	La Selva	10	



REGISTRO DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

Centro

FECHA: 26 05 2026

LUGAR: Atención Grupo Tercera edad - Departamental

TEMA: Habilidades para la vida.

RESPONSABLE: Ana Barrios

N°	Tipo de Documento de Identificación	Documento de Identificación	Nombres Completos	Fecha de Nacimiento	Edad	EAPB	Sexo biológico: Hombre	Sexo biológico: Mujer	Sexo biológico: Intersexual	Identidad de género: Hombre	Identidad de género: Mujer	Identidad de género: Transgénero	Identidad de género: Intersexual	Identidad de género: Otro	Orientación Sexual: Heterosexual	Orientación Sexual: Homosexual	Orientación Sexual: Bisexual	Orientación Sexual: Asexual	Orientación Sexual: Pansexual	Orientación Sexual: Otra	Grupo étnico: Indígena	Grupo étnico: Rom	Grupo étnico: Raizal	Grupo étnico: Palenquero	Grupo étnico: Afrocolombiano	Población con alguna condición o situación: Víctima del conflicto armado	Población con alguna condición o situación: Habitante de calle	Población con alguna condición o situación: Persona en ejercicio de prostitución	Población con alguna condición o situación: Persona en condición de discapacidad	Población con alguna condición o situación: Persona en privación de la libertad	Población con alguna condición o situación: Persona gestante	Población con alguna condición o situación: Persona en condición de migración	Tiene varios consultorios: Si	Tiene varios consultorios: No	Correo Electrónico	Dirección	Teléfono (s)	Barrio	Comuna	Firma y Huella
1	CC	1005954	Dahiana Yuleth Hoyos Valencia	Julio 16 1989	36	Nueva EPS.	S	X							X										X						X		X	—	Calle 138 #137-86	3016979	El Dorado	10	Dayana Hoyos
2	CC	51796 690	Carmen Valencia	Julio 16 1959	68	Nueva EPS.	C	X							X										X						X		X	—	Calle 138 # 137-96	3016979	El Dorado	10	Carmen Valencia
3	CC	31769 785	Luz Mery Arbelaez	Enero 1 1959	72	Comand	C	X							X										X						X		X	—	Calle 49 37A99.	3176526 3167	Cristal Colón	10	
4	CC	5897 015	Nubia Elena Rojas	Feb 21 1945	81	Sanitas	C	X							X										X						X		?	—	Carrera 39. 13-51	3177414 2637	Colegio	10	
5	CC	31666 964	Luz Elba Mora	Ene 20 1954	72	Nueva ESE	S	X							X										X						X		X	—	Calle 15 #39-59	3176694 1107	Cristal Colón	10	
6	CC	31632 300	Olga Barraza	Ago 9 1954	72	Nueva EPS.	C	X							X										X						X		X	—	Carrera 32a #49-66	3117856 6337	Cristal Colón	10	
7	CC	3726 055	Miriam Mendez.	Abril 9 1952	72	Famisan	S	X							X										X						X		X	—	Carrera 22 19-63	320559 630	Santa Helena	10	
8	CC	21365 753	Fabiola Jaramillo	Oct 20 1992.	65	Sanitas	C	X							X										X						X		X	—	Calle 45E #D-23-22	3117967 6064	San Cristobal	10	
9	CC	29361 884	Luz Dary Jaramillo	Abril 13 1992	74	Suca.	C	X							X										X						X		X	—	Carrera 41 #15-35	311327 3010	Gualoc	10	
10	CC	31533 590	Flora Cruzado	Julio 28 1953	72	Famisan	S	X							X										X						X		X	—	Carrera 41A #13-90	3103891 6125	Gualoc	10	

Ana Cristina Barrios

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