ACTA

ASUNTO	Realizar capacitación e intervenciones de escucha en el territorio		
FECHA	1 julio 2026		
LUGAR	Parque el Guabal – Grupo El Manantial		
HORA DE INICIO	7:30 am	**HORA FINAL**	8:40 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 1de julio de 2026, a las 7:30 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 "Manantial".

La actividad fue orientada por la psicóloga Yezeth Del Río, integrante de los Equipos Básicos en Salud (EBS), con el propósito de fortalecer los conocimientos de las participantes sobre la promoción de la salud mental, abordando el concepto integral de salud mental, los determinantes sociales, los factores protectores, la construcción de entornos protectores y la corresponsabilidad social como elementos fundamentales para el bienestar individual, familiar y comunitario.

2. Desarrollo

La jornada inició con el saludo de bienvenida y el registro de asistencia de las personas participantes, propiciando un ambiente de respeto, confianza y disposición para el aprendizaje. Posteriormente, la profesional presentó los objetivos de la capacitación, resaltando que la promoción de la salud mental constituía un proceso permanente que involucraba el cuidado de las emociones, las relaciones interpersonales, el fortalecimiento de las redes de apoyo y la construcción de entornos protectores que favorecieran el bienestar de las personas y las comunidades.

Como actividad de integración, se invitó a las personas participantes a responder la pregunta "¿Qué situaciones o personas contribuyen a que usted se sienta bien en su vida cotidiana? Las respuestas fueron registradas en un ejercicio de construcción colectiva, identificándose elementos como el apoyo familiar, la amistad, la participación en espacios comunitarios, la espiritualidad, el descanso, la actividad física y la comunicación con personas de confianza. A partir de este ejercicio, se reflexionó sobre la importancia de reconocer aquellos factores que fortalecían el bienestar emocional y contribuían a la salud mental.

Posteriormente, mediante preguntas orientadoras, la psicóloga Yezeth Del Río los conocimientos previos del grupo frente al concepto de salud mental. Varias personas manifestaron que tradicionalmente relacionaban este término únicamente con la enfermedad o con la atención psicológica. En respuesta a estas intervenciones, se presentó la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS), explicando que la salud mental correspondía a un estado de bienestar que permitía afrontar las situaciones de la vida, desarrollar las capacidades personales, trabajar de manera productiva y participar activamente en la comunidad.

Como parte del desarrollo temático, se realizó un ejercicio participativo en el que las personas asistentes identificaron situaciones presentes en su entorno que podían favorecer o afectar la salud mental. Entre los factores protectores mencionaron el acompañamiento familiar, las redes comunitarias, la comunicación respetuosa, la participación en actividades grupales y el acceso oportuno a los servicios de salud. De igual manera, reconocieron que el aislamiento, los conflictos familiares, la violencia, las dificultades económicas y la discriminación podían generar afectaciones en el bienestar emocional.

Seguidamente, la psicóloga Yezeth Del Río promovió un trabajo en pequeños grupos en el que cada equipo analizó una situación cotidiana relacionada con la convivencia familiar, las relaciones comunitarias o el entorno laboral, identificando acciones que favorecieran la construcción de entornos protectores. Durante la socialización, una participante expresó: *Muchas veces pensamos que cuidar la salud mental es solo cuando alguien está pasando por un problema, pero también se hace cuando tratamos bien a las personas todos los días." Otra asistente comentó: "Sentirse escuchada y respetada también ayuda a mantener una buena salud mental." Estas intervenciones permitieron fortalecer la reflexión colectiva sobre la corresponsabilidad que tienen las personas, las familias y la comunidad en la promoción del bienestar emocional.

Posteriormente, se abordó el tema de la reducción del estigma asociado a la salud mental, invitando a las personas participantes a identificar expresiones o creencias que podían dificultar que alguien buscara ayuda cuando la necesitaba. A partir de este ejercicio, se dialogó sobre la importancia de utilizar un lenguaje respetuoso, evitar prejuicios y promover una cultura de apoyo y solidaridad. Una participante manifestó: "Hoy entendí que pedir ayuda no es un signo de debilidad, sino una forma de cuidar de uno mismo."

Durante el espacio de diálogo y reflexión, las personas participantes compartieron experiencias relacionadas con acciones de autocuidado que habían incorporado en su vida cotidiana y cómo estas contribuían a mejorar su bienestar emocional. Asimismo, identificaron compromisos personales y comunitarios para fortalecer entornos protectores, entre ellos mantener una comunicación respetuosa, participar en actividades comunitarias, brindar apoyo a quienes lo necesitaran y promover espacios de escucha dentro de sus familias y comunidades.

Como parte del cierre metodológico, la psicóloga Yezeth Del Río realizó una síntesis de los principales aprendizajes construidos durante la jornada y desarrolló una evaluación participativa mediante preguntas orientadoras, evidenciando que las personas participantes comprendieron el concepto integral de salud mental, reconocieron los principales factores protectores y determinantes sociales, e identificaron la importancia de reducir el estigma y fortalecer las redes de apoyo como estrategias para promover el bienestar individual y colectivo. Finalmente, se socializaron las rutas institucionales de atención en salud mental y la Línea 106, resaltando la importancia de acceder oportunamente a los servicios disponibles cuando se requiriera orientación o acompañamiento profesional.

3. Cierre

La jornada finalizó a las 8:40 a.m., dando cumplimiento a los objetivos propuestos para la capacitación. Durante la sesión se fortalecieron los conocimientos de las participantes en torno a la promoción de la salud mental, promoviendo la comprensión de esta como un componente esencial del bienestar integral, así como el reconocimiento de los factores protectores, la importancia de construir entornos protectores y el compromiso compartido en el cuidado de la salud mental desde los diferentes espacios de interacción.

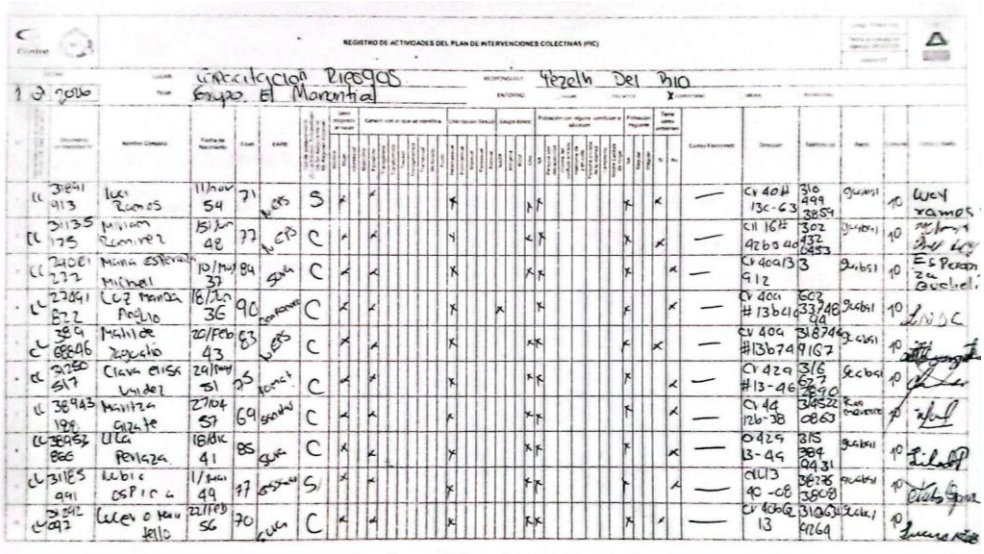
La actividad contó con la participación de 13 personas, correspondientes a 13 mujeres y 0 hombres, quienes participaron activamente en los espacios de reflexión y en las actividades desarrolladas, manifestando interés en aplicar los aprendizajes adquiridos en sus entornos familiares y comunitarios.

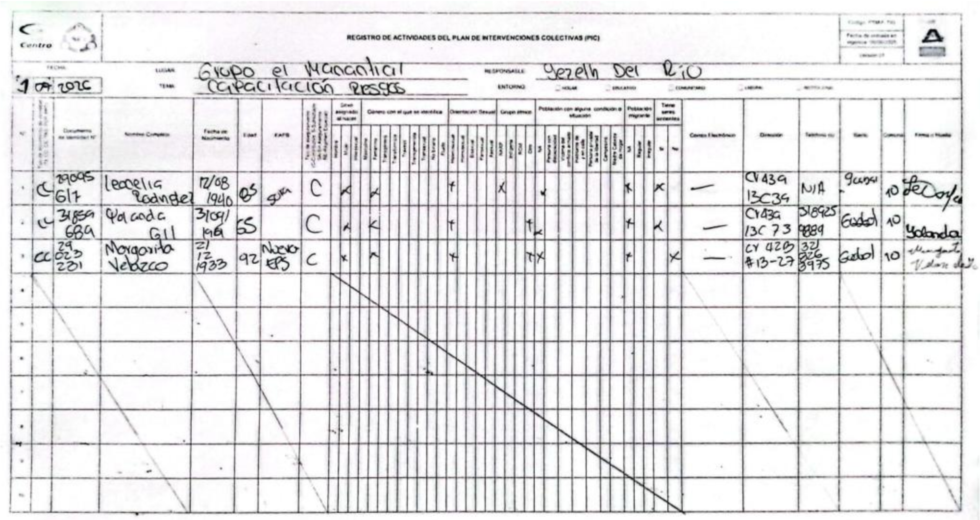
Anexo Registro Fotográfico y Listado Asistencia:


Timemark Camera
13A-01, Carrera 42a
El Guabal, Cali, Valle del Cauca, 760041, Colombia
3.415836°N, 76.530671°W
01 de jul 2026 08:40 a.m.
22°C
Timemark Verified


Timemark Camera
13A-01, Carrera 42a
El Guabal, Cali, Valle del Cauca, 760041, Colombia
3.415946°N, 76.530816°W
01 de jul 2026 08:29 a.m.
22°C


Timemark Camera
13A-01, Carrera 42a
El Guabal, Cali, Valle del Cauca, 760041, Colombia
3.415930°N, 76.530907°W
01 de jul 2026 08:29 a.m.
22°C
Salud Centro





REGISTRO DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

FECHA: 1 09 2026

LUGAR: Grupo el Manantial

TEMA: Capacitación Riesgos

RESPONSABLE: Yezeth Del Río

Nº	Tipo doc.	Documento de identidad Nº	Nombre Completo	Fecha de Nacimiento	Edad	EAPB	Correo Electrónico	Dirección	Teléfono	Barrio	Comuna	Firma o Huella
	CC	29095617	Recaelia Rodríguez	12/08/1940	85	SURA	—	Cr 43A 13C39	N/A	[illegible]	10	Recaelia
	CC	31859689	Yolanda Gil	31/09/1961	65		—	Cr 43A 13C 73	3189259889	Guabal	10	Yolanda
	CC	29023231	Margarita Velazco	21/12/1933	92	Nueva EPS	—	Cr 42B #13-27	3213263975	Guabal	10	Margarita Velazco

Ana Cristina Barrios

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