ACTA

ASUNTO	Realizar capacitación e intervenciones de escucha en el territorio		
FECHA	10 julio 2026		
LUGAR	San Judas Tadeo II – Grupo Adulto Mayor		
HORA DE INICIO	8:00 am	**HORA FINAL**	9:00 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 10 de julio de 2026, a las 8:00 a.m., en el sector San Judas Tadeo II, 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 del territorio.

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 reconocer la importancia del afecto, la construcción de vínculos saludables y el fortalecimiento de las redes de apoyo como factores protectores para el bienestar emocional, promoviendo relaciones basadas en el respeto, la confianza, la solidaridad y el cuidado mutuo.

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, destacando que el afecto, los vínculos significativos y las redes de apoyo constituían elementos fundamentales para fortalecer la salud mental, favorecer la resiliencia y contribuir al bienestar individual, familiar y comunitario.

Como actividad de integración, se invitó a las personas participantes a responder la pregunta: "¿Quiénes son las personas en las que usted confía cuando necesita apoyo o compañía?". Las respuestas fueron compartidas de manera voluntaria y registradas en un ejercicio de construcción colectiva, identificándose principalmente familiares, amistades, vecinos, líderes comunitarios, grupos religiosos y profesionales de la salud. A partir de este ejercicio, se reflexionó sobre la importancia de reconocer que todas las personas requieren contar con redes de apoyo que brinden escucha, acompañamiento y orientación en diferentes momentos de la vida.

Posteriormente, mediante preguntas orientadoras, la psicóloga Yezeth Del Río exploró los conocimientos previos del grupo sobre el significado del afecto y los vínculos saludables. Las participantes expresaron que el afecto se relacionaba con demostrar cariño, acompañamiento y preocupación por las personas cercanas; asimismo, resaltaron la importancia del respeto, la comunicación y la confianza como elementos necesarios para mantener relaciones familiares y sociales saludables. A partir de estas intervenciones, la profesional explicó que los vínculos afectivos saludables se construían mediante relaciones basadas en el respeto mutuo, la empatía, la escucha activa y el reconocimiento de las necesidades emocionales propias y de los demás.

Como parte del desarrollo temático, se realizó el ejercicio participativo denominado "Mi red de apoyo", en el cual cada participante identificó, mediante un esquema sencillo, las personas, instituciones y espacios comunitarios que hacían parte de su red de apoyo. Posteriormente, compartieron voluntariamente sus reflexiones, reconociendo fortalezas y oportunidades para ampliar o fortalecer dichas redes. Durante este espacio se resaltó que contar con redes de apoyo sólidas favorecía la resolución de dificultades, disminuía la sensación de aislamiento y fortalecía la capacidad de afrontar situaciones de estrés, cambios importantes o momentos de dificultad emocional.

Seguidamente, la psicóloga Yezeth Del Río promovió un trabajo en pequeños grupos en el que las personas asistentes analizaron situaciones cotidianas relacionadas con conflictos familiares, dificultades personales y momentos asociados a enfermedad o cambios en la vida. Durante el ejercicio, las participantes identificaron de qué manera el afecto, la comunicación respetuosa y el acompañamiento de otras personas podían contribuir al afrontamiento saludable de estas situaciones. La profesional acompañó el desarrollo de la actividad, orientando la reflexión y promoviendo la participación activa del grupo.

Durante la socialización de los ejercicios, una participante expresó: "A veces creemos que debemos resolver todo solos, pero hablar con alguien de confianza ayuda a encontrar soluciones y sentirse acompañado." Otra asistente comentó: "El afecto también se demuestra escuchando sin juzgar y estando presentes cuando alguien nos necesita." Estas intervenciones fortalecieron la reflexión colectiva sobre la importancia de construir relaciones saludables y promover una cultura basada en el cuidado mutuo.

Posteriormente, se abordó el tema de las redes de apoyo formales e informales, diferenciando aquellas conformadas por familiares, amistades y comunidad, de las instituciones y servicios de salud que brindaban orientación y acompañamiento cuando las personas enfrentaban dificultades emocionales o situaciones de vulnerabilidad. Se resaltó la importancia de solicitar ayuda de manera oportuna y fortalecer la confianza para acudir tanto a las redes cercanas como a los servicios institucionales disponibles.

Durante el espacio de diálogo y reflexión, las personas participantes compartieron experiencias relacionadas con momentos en los que recibieron apoyo emocional por parte de familiares, vecinos o amigos, reconociendo cómo estas acciones contribuyeron a afrontar situaciones difíciles. Asimismo, identificaron compromisos personales y comunitarios orientados a fortalecer los vínculos familiares, mantener una comunicación respetuosa, brindar apoyo a quienes lo necesitaran y participar activamente en espacios comunitarios como estrategias para fortalecer las redes de apoyo.

Una participante manifestó: "Cuando uno siente que tiene personas que lo escuchan, las dificultades se hacen más llevaderas." Otra asistente expresó: "A veces pensamos que ayudar es resolverle los problemas a alguien, pero también podemos ayudar acompañando y escuchando." Estas reflexiones permitieron reforzar la importancia del acompañamiento emocional y el reconocimiento de las redes de apoyo como recursos protectores para la salud mental.

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. Durante este ejercicio se evidenció que las personas participantes comprendieron la importancia del afecto en las relaciones humanas, reconocieron las características de los vínculos saludables e identificaron las redes de apoyo como un recurso fundamental para promover el bienestar emocional, prevenir el aislamiento y fortalecer la convivencia familiar y comunitaria.

Finalmente, se socializaron las rutas institucionales de atención en salud mental y la Línea 106 como mecanismo de orientación y apoyo, resaltando la importancia de acceder oportunamente a los servicios disponibles cuando se requiriera acompañamiento profesional.

3. Cierre

La jornada finalizó a las 9:00 a.m., dando cumplimiento a los objetivos propuestos para la sesión. Se fortalecieron los conocimientos de las participantes frente a la importancia del afecto, la construcción de vínculos saludables y el fortalecimiento de las redes de apoyo como factores protectores de la salud mental, promoviendo habilidades relacionadas con la comunicación asertiva, la escucha empática, la solidaridad y el cuidado mutuo dentro de la familia y la comunidad.

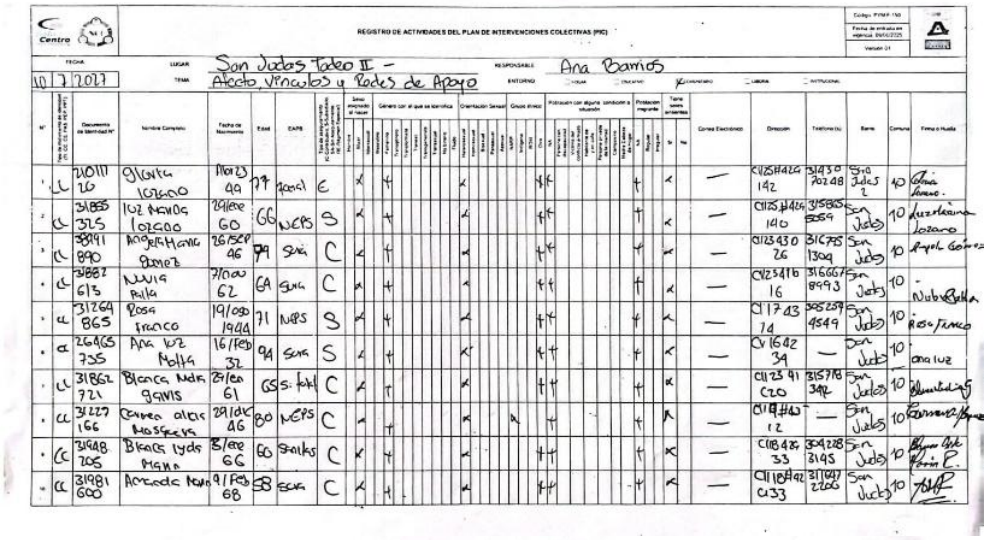
La actividad contó con la participación de 20 personas, correspondientes a 20 mujeres y 0 hombres, quienes participaron activamente en los espacios de reflexión, compartieron experiencias relacionadas con sus redes de apoyo y reconocieron la importancia de fortalecer los vínculos afectivos como estrategia para favorecer el bienestar emocional individual y colectivo.

Anexo Registro Fotográfico y Listado Asistencia:



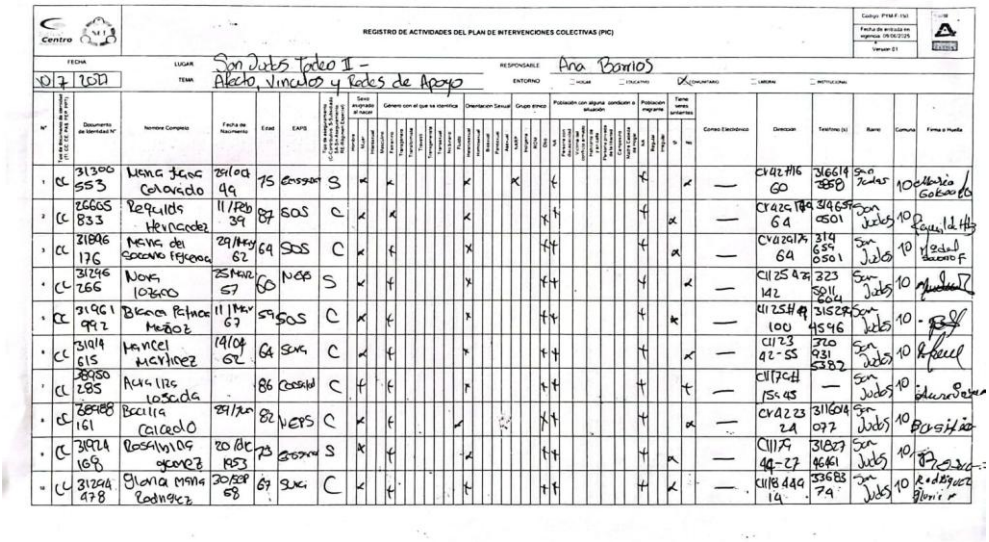

Timemark Camera
41d-40, Calle 23
San Judas Tadeo, Cali, Valle del Cauca, 760041, Colombia
3.414388°N, 76.522720°W
10 de jul 2026 08:40 a.m.
21°C
Timemark Verified


Timemark Camera
42-18, Calle 23
Comuna 10, Cali, Valle del Cauca, 760041, Colombia
3.414339°N, 76.522701°W
10 de jul 2026 08:47 a.m.
21°C
Timemark Verified



REGISTRO DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

FECHA 10/7/2022 — LUGAR San Judas Todeo II — TEMA Afecto, Vinculos y Redes de Apoyo — RESPONSABLE Ana Barrios — ENTORNO: HOGAR, EDUCATIVO, X COMUNITARIO, LABORAL, INSTITUCIONAL



REGISTRO DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

FECHA 10/7/2022 — LUGAR San Judas Todeo II — TEMA Afecto, Vinculos y Redes de Apoyo — RESPONSABLE Ana Barrios — ENTORNO: HOGAR, EDUCATIVO, X COMUNITARIO, LABORAL, INSTITUCIONAL

Ana Cristina Barrios

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