ACTA

ASUNTO	Capacitación pasaje a la palabra estudiantes		
FECHA	25 agosto 2026		
LUGAR	Corporación Educativa Antonio Maceo		
HORA DE INICIO	8:30 am	**HORA FINAL**	10:30 am
ASISTENTES	Anexo Listado Asistencia		
OBJETIVO REUNIÓN	Realizar acciones de fortalecimiento en la estrategia pasaje a la palabra para la prevención del suicidio y los intentos de suicidio.		

ORDEN DEL DÍA / PUNTOS A TRATAR

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

DESARROLLO

1. Presentación

A las 8:30 a. m. del 25 de agosto de 2026, se dio inicio a la jornada de capacitación dirigida a estudiantes de la Corporación Educativa Antonio Maceo, en el marco de la estrategia Pasaje a la Palabra, desarrollada en el entorno educativo como una acción orientada a la promoción de la salud mental, el reconocimiento emocional y el fortalecimiento de factores protectores.

La jornada contó con la participación de 40 estudiantes. El Equipo Básico en Salud realizó la apertura de la jornada, presentó los objetivos del espacio y explicó que las actividades propuestas tendrían un carácter participativo y experiencial, permitiendo que los estudiantes expresaran sus ideas, emociones y percepciones a través de diferentes recursos gráficos y creativos. De igual manera, se indicó que la participación en la socialización de experiencias personales sería voluntaria y que cada estudiante podría decidir qué aspectos deseaba compartir con el grupo.

Se establecieron acuerdos relacionados con el respeto por las opiniones de los demás, la escucha activa y la participación voluntaria, procurando generar un ambiente de confianza que permitiera abordar las emociones y las experiencias cotidianas de los participantes de manera respetuosa.

2. Desarrollo

El Equipo Básico en Salud inició la jornada mediante una conversación orientadora sobre los diferentes espacios que hacían parte de la vida cotidiana de los estudiantes y la manera en que estos podían influir en sus emociones. Se plantearon preguntas relacionadas con los

lugares donde permanecían durante mayor parte de su tiempo, aquellos en los que experimentaban emociones importantes y los espacios que consideraban significativos para su bienestar.

Los estudiantes participaron identificando diferentes escenarios de su cotidianidad, entre ellos la institución educativa, el hogar, los espacios compartidos con amigos, el barrio, las redes sociales y los espacios deportivos o culturales. Durante la conversación, algunos estudiantes señalaron que no todos los espacios generaban las mismas emociones y que una misma situación podía ser percibida de manera diferente dependiendo de la persona.

Uno de los estudiantes manifestó: “En la casa uno puede estar tranquilo, pero también puede haber momentos de estrés dependiendo de lo que esté pasando”, mientras otro comentó: “Con los amigos normalmente uno se siente más relajado porque puede hablar de otras cosas”. Estas intervenciones permitieron abordar la importancia de reconocer que las emociones se encontraban relacionadas con las experiencias y relaciones que se desarrollaban en cada contexto.

Posteriormente, el Equipo Básico en Salud orientó la construcción colectiva de cuatro espacios significativos, los cuales fueron representados mediante estaciones emocionales. Se organizaron diferentes puntos dentro del espacio de trabajo y se dispusieron materiales para que los estudiantes pudieran representar mediante dibujos, palabras, frases, símbolos, emojis y colores las emociones que asociaban con los espacios seleccionados.

Los estudiantes realizaron un recorrido por las estaciones y fueron incorporando diferentes representaciones. Se observaron expresiones relacionadas con alegría, tranquilidad, confianza, diversión, preocupación, enojo, tristeza y estrés. El ejercicio permitió evidenciar que los estudiantes utilizaban diferentes formas de expresión para representar aquello que en ocasiones resultaba difícil explicar verbalmente.

Durante la actividad, algunos participantes relacionaron el espacio escolar con emociones como motivación, amistad, alegría y nerviosismo. Frente a ello, uno de los estudiantes expresó: “El colegio depende del día; hay días en que uno llega con ganas de estar con los compañeros y otros en que uno llega cansado y no quiere hablar con nadie”. Otro participante señaló que las redes sociales podían generar emociones positivas cuando permitían comunicarse con otras personas, pero también podían generar preocupación cuando existían conflictos o comentarios negativos.

A partir de las representaciones realizadas, el Equipo Básico en Salud invitó a los estudiantes a observar las diferentes estaciones y a identificar cuáles emociones aparecían con mayor frecuencia. Se promovió una reflexión sobre los espacios que generaban bienestar y aquellos que podían estar relacionados con tensión, miedo, tristeza o preocupación.

Uno de los estudiantes manifestó que el deporte representaba un espacio importante para liberar tensión y sentirse mejor, expresando: “Cuando estoy estresado prefiero salir a jugar o hacer ejercicio porque después me siento más tranquilo”. Otro participante señaló que escuchar música también constituía una estrategia que utilizaba cuando se sentía preocupado o molesto.

El ejercicio permitió abordar la importancia de identificar actividades y espacios que contribuyeran al bienestar emocional, reconociendo que cada persona podía contar con recursos diferentes para afrontar momentos de tensión o malestar.

Posteriormente, se abrió un espacio denominado “Pasaje a la Palabra”, en el cual el Equipo Básico en Salud invitó a los estudiantes a compartir voluntariamente qué habían sentido durante la actividad, qué emociones habían logrado identificar y cuáles espacios consideraban importantes para su bienestar.

Durante este momento, algunos estudiantes manifestaron que inicialmente pensaban que la actividad estaría relacionada únicamente con dibujar, pero que al finalizar habían identificado emociones que normalmente no se detenían a reconocer. Un participante expresó: “Uno sabe que está estresado, pero casi nunca se pone a pensar en qué lugar o situación es donde más se siente así”.

Otro estudiante manifestó: “A veces uno dice que está bien para no explicar lo que le pasa, pero cuando uno lo dibuja o lo escribe se da cuenta de que sí hay cosas que le están afectando”. Esta intervención permitió reforzar la importancia de reconocer y expresar las emociones como una práctica de cuidado.

Luego de este ejercicio, el Equipo Básico en Salud presentó la segunda actividad, denominada “Mi red sí existe”, cuyo propósito estuvo orientado al reconocimiento de redes de apoyo y factores protectores presentes en la vida cotidiana.

Para iniciar, se explicó a los estudiantes que una red de apoyo podía estar conformada no solamente por familiares, sino también por amigos, docentes, orientadores, compañeros, instituciones, actividades o espacios en los que encontraran tranquilidad, confianza o acompañamiento.

Cada estudiante recibió una hoja para representar su propia red de apoyo mediante nombres, dibujos, palabras y símbolos. En el centro de la hoja ubicaron su nombre o una representación personal y, alrededor, fueron identificando personas, espacios, actividades e instituciones que consideraban importantes para su bienestar.

Durante el desarrollo de la actividad, el Equipo Básico en Salud resaltó que no existía una forma correcta o incorrecta de realizar la representación y que cada estudiante podía construirla de acuerdo con sus propias experiencias.

Los estudiantes identificaron diferentes figuras de apoyo, principalmente familiares, amigos y docentes, además de actividades como el deporte, la música y otros espacios de interés personal. Algunos participantes manifestaron que nunca habían realizado un ejercicio en el que identificaran de manera conjunta todas las personas y actividades a las que podían acudir cuando atravesaban una situación difícil.

Uno de los estudiantes expresó: “Cuando uno está mal piensa que está solo, pero cuando empieza a escribir se da cuenta de que sí hay personas que le pueden ayudar”. Otro participante comentó: “A veces uno prefiere hablar con un amigo porque siente que lo entiende más rápido”, mientras que otro señaló la importancia de contar con adultos de confianza cuando la situación requería mayor orientación.

Posteriormente, se utilizó lana de diferentes colores para conectar los elementos identificados con el centro de la representación, permitiendo visualizar gráficamente la relación existente entre cada persona, espacio o actividad y el bienestar emocional.

Durante este momento, el Equipo Básico en Salud orientó una reflexión sobre la importancia de reconocer que no se estaba solo frente a las dificultades y que solicitar apoyo podía constituir una acción de cuidado. Se plantearon preguntas relacionadas con qué podía ocurrir cuando una persona sentía que estaba sola, por qué podía resultar difícil pedir ayuda, qué personas podían acompañar en momentos difíciles y de qué manera cada estudiante podía convertirse también en una fuente de apoyo para otras personas.

Ante estas preguntas, uno de los participantes manifestó: “A veces uno no pide ayuda porque piensa que lo van a juzgar o que el problema no es tan importante”. A partir de esta intervención, se dialogó sobre la importancia de contar con personas que pudieran escuchar sin juzgar y sobre la necesidad de acudir a adultos de confianza o a los servicios institucionales correspondientes cuando una situación generara un nivel de malestar que requiriera acompañamiento.

Otro estudiante señaló: “Uno también puede ayudar escuchando, aunque no tenga la solución”, reflexión que permitió abordar el valor de la escucha como una forma de acompañamiento. El Equipo Básico en Salud reforzó que apoyar a otra persona no significaba asumir la responsabilidad de solucionar sus dificultades, sino escuchar, acompañar, orientar y buscar ayuda cuando fuera necesario.

Durante la conversación también se abordó la importancia de diferenciar entre guardar silencio frente a una situación difícil y buscar un espacio seguro para hablar. Algunos estudiantes comentaron que en ocasiones preferían aislarse cuando estaban molestos o tristes, pero reconocieron que conversar con alguien de confianza podía ayudar a disminuir la carga emocional.

Uno de los participantes manifestó: “Cuando uno habla con alguien de confianza, el problema no desaparece, pero se siente diferente porque ya no tiene que cargarlo solo”. Esta reflexión permitió fortalecer el mensaje relacionado con la búsqueda oportuna de apoyo y con la importancia de mantener vínculos protectores.

En la parte final de la jornada, el Equipo Básico en Salud retomó los principales aprendizajes construidos durante las dos actividades. Se destacó la relación existente entre el reconocimiento emocional, la expresión de las emociones, la identificación de espacios significativos, las redes de apoyo, los factores protectores y la búsqueda de ayuda.

Los estudiantes participaron en una reflexión final sobre las estrategias que podían utilizar cuando experimentaran emociones difíciles. Entre las respuestas se identificaron acciones como hablar con una persona de confianza, escuchar música, practicar deporte, compartir con amigos o familiares, realizar actividades de interés y solicitar orientación cuando consideraran que una situación superaba sus recursos personales.

El Equipo Básico en Salud reforzó que las emociones podían ser expresadas y compartidas, que pedir ayuda constituía una acción de cuidado y protección y que identificar las redes de apoyo antes de atravesar una situación de crisis podía facilitar la búsqueda oportuna de acompañamiento.

3. Cierre

La jornada finalizó a las 10:30 a. m., dando cumplimiento a los objetivos propuestos para la sesión. A través de una metodología participativa y experiencial, se fortalecieron las capacidades de los estudiantes para reconocer y expresar sus emociones, identificar los diferentes espacios que influían en su bienestar, reconocer redes de apoyo y factores protectores, y reflexionar sobre la importancia de hablar, escuchar y solicitar ayuda de manera oportuna.

La actividad contó con la participación de 40 estudiantes, correspondientes a 18 hombres y 22 mujeres, quienes participaron activamente en los ejercicios propuestos, realizaron representaciones gráficas, compartieron reflexiones y aportaron experiencias relacionadas con sus espacios cotidianos y redes de apoyo.

Durante el proceso de registro, se identificó que algunos estudiantes no suministraron su documento de identidad, por lo cual esta situación quedó registrada para efectos de la consolidación de la información y la caracterización de la población participante.

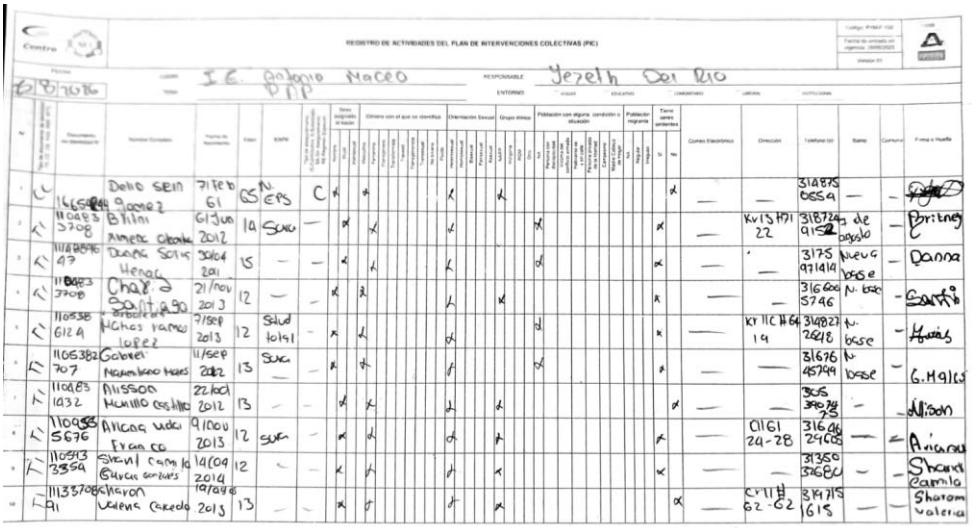
Anexo Registro Fotográfico y Listado Asistencia:


Timemark Camera
64-21, Carrera 11a
Comuna 8, Cali, Valle del Cauca, 760011, Colombia
3.449045°N, 76.490000°W
25 de ago 2026 10:22 a.m.
27°C
Timemark Verified

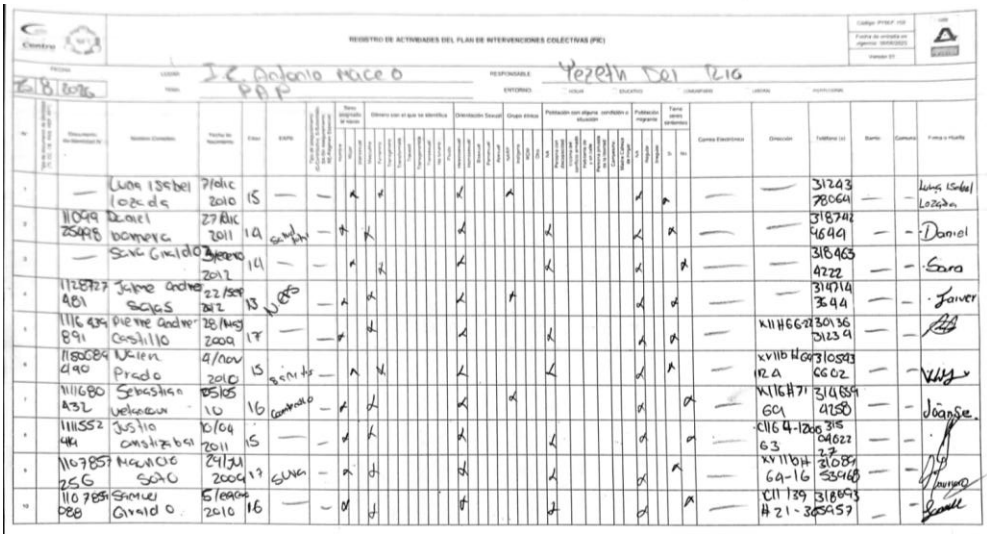

Timemark Camera
64-21, Carrera 11a
Comuna 8, Cali, Valle del Cauca, 760011, Colombia
3.449005°N, 76.490056°W
25 de ago 2026 10:14 a.m.
27°C
Timemark Verified


Timemark Camera
64-21, Carrera 11a
Comuna 8, Cali, Valle del Cauca, 760011, Colombia
3.448976°N, 76.490061°W
25 de ago 2026 08:59 a.m.
26°C
Timemark Verified

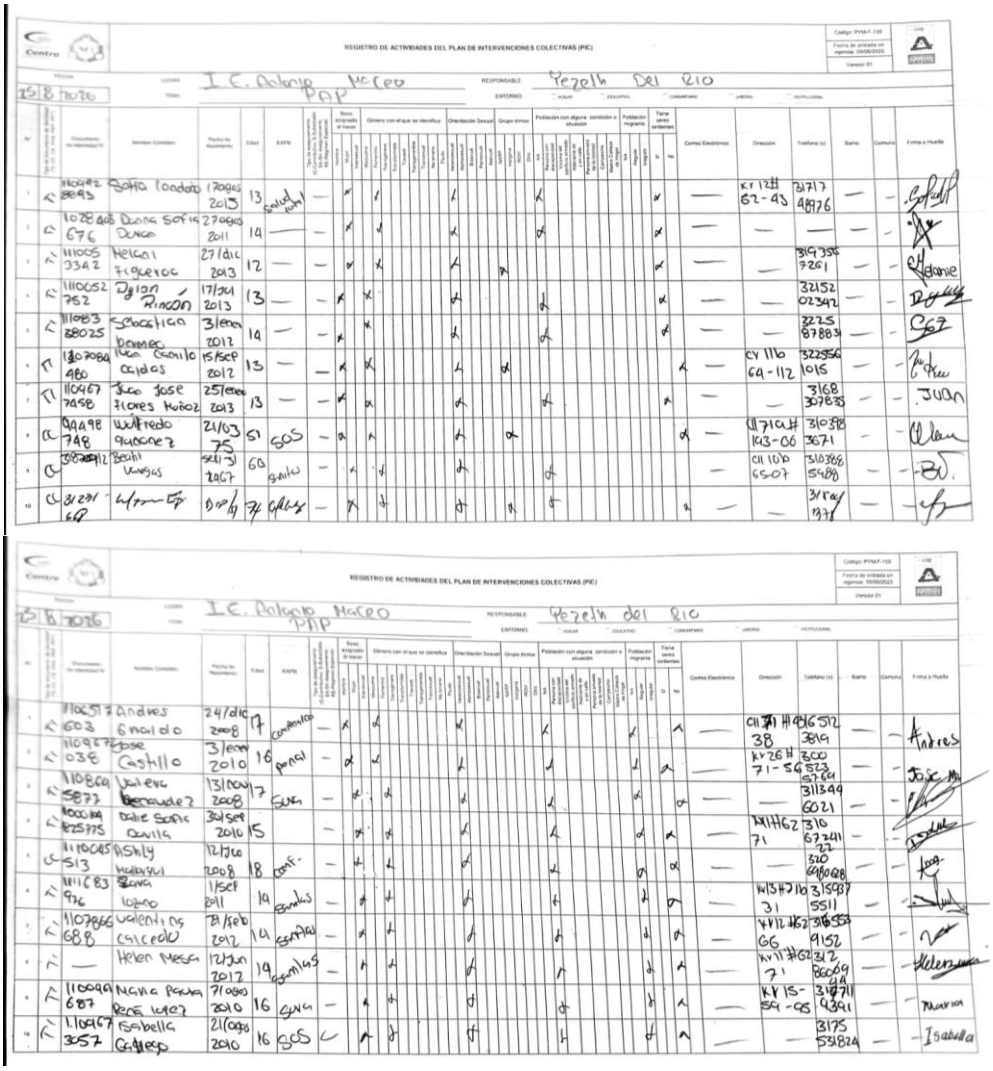

Timemark Camera
64-21, Carrera 11a
Comuna 8, Cali, Valle del Cauca, 760011, Colombia
3.448974°N, 76.490040°W
25 de ago 2026 08:56 a.m.
26°C
Timemark Verified



REGISTRO DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)



REGISTRO DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)



REGISTRO DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

I.E. Antonio Nariño — PAP — Yezelth Del Rio

REGISTRO DE ACTIVIDADES DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS (PIC)

I.E. Antonio Nariño — PAP — Yezelth Del Rio

Ana Cristina Barrios

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