MESA DE CONSTRUCCIÓN COMUNITARIA CON JÓVENES Y ADOLESCENTES

Población: Jóvenes y adolescentes
Metodologías: Árbol de problemas y tejido de saberes

El día 13 de abril de 2026 se desarrolló un ejercicio de mesa de construcción comunitaria participativa en el colegio campestre Jaime Garzón, sede Adelina Gutiérrez, orientado a identificar necesidades, intereses, percepciones y saberes de jóvenes y adolescentes en torno a la salud sexual, el autocuidado y el bienestar emocional.

Este proceso se fundamentó en metodologías participativas como el árbol de problemas y el tejido de saberes, las cuales permitieron la construcción colectiva de conocimiento, el reconocimiento de experiencias propias del ciclo vital y la identificación de problemáticas prioritarias desde la voz de los participantes.

Metodología

El desarrollo de la mesa de construcción comunitaria se llevó a cabo mediante estrategias participativas orientadas a promover la expresión libre de ideas, la reflexión colectiva y el análisis de las vivencias propias de los jóvenes y adolescentes.

En un primer momento, se implementó una actividad de análisis situacional en la que los participantes identificaron problemáticas relacionadas con su entorno, especialmente en temas como el cuidado del cuerpo, las emociones, las relaciones y el uso de redes sociales. A partir de este ejercicio, se exploraron las causas que originan estas situaciones y sus posibles consecuencias en la vida cotidiana.

Posteriormente, se generaron espacios de diálogo e intercambio en los que los participantes compartieron experiencias, conocimientos y percepciones frente a las temáticas abordadas. Este ejercicio permitió reconocer saberes previos, aclarar dudas y construir aprendizajes de manera colectiva.

Durante toda la jornada se priorizó el uso de dinámicas grupales, preguntas orientadoras y actividades lúdicas que facilitaron la participación activa, el respeto por la palabra y la construcción conjunta de propuestas, reconociendo a los jóvenes como actores clave en la transformación de sus realidades.

Resultados de la mesa de construcción comunitaria

A partir del ejercicio participativo, se identificaron diversas temáticas prioritarias relacionadas con el bienestar integral de los jóvenes y adolescentes, las cuales se agrupan en los siguientes ejes:

• **Cuidado del cuerpo y autocuidado.** Los participantes manifestaron interés en fortalecer hábitos relacionados con el cuidado personal, la higiene, la alimentación y el bienestar físico, reconociendo su relación directa con la salud integral y la calidad de vida.

• **Cuidado sexual y cambios en la adolescencia.** Se evidenció la necesidad de contar con información clara y confiable sobre sexualidad, incluyendo los cambios físicos y emocionales

propios de la adolescencia, así como herramientas para la toma de decisiones responsables y el ejercicio de una sexualidad consciente.

• **Manejo de emociones.** Se identificó como una de las principales necesidades el desarrollo de habilidades para reconocer, expresar y regular emociones. Los jóvenes manifestaron dificultades para gestionar situaciones como el estrés, la tristeza, la ira y la ansiedad, así como interés en aprender estrategias prácticas para su manejo.

• **Relaciones sanas.** Los participantes resaltaron la importancia de construir relaciones basadas en el respeto, la confianza y la comunicación asertiva. Asimismo, se evidenció la necesidad de comprender límites, consentimiento y formas adecuadas de relacionamiento en diferentes entornos.

• **Prevención de violencias** Se identificó preocupación frente a distintas formas de violencia (física, psicológica, sexual y digital), así como la necesidad de reconocer señales de riesgo, fortalecer factores protectores y conocer rutas de atención y apoyo.

• **Uso de redes sociales.** Los jóvenes manifestaron interés en reflexionar sobre el uso adecuado de las redes sociales, reconociendo tanto sus beneficios como los riesgos asociados, tales como el ciberacoso, la exposición excesiva y la presión social.

En general, los resultados evidencian una alta disposición de los participantes para aprender, dialogar y fortalecer sus conocimientos, así como la necesidad de contar con espacios seguros, dinámicos y adaptados a sus realidades, donde puedan abordar estas temáticas de manera abierta y sin juicios.

Análisis

Los resultados obtenidos permiten evidenciar que las necesidades de los jóvenes y adolescentes trascienden el acceso a información básica, situándose en la importancia de desarrollar competencias prácticas para la vida cotidiana. En este sentido, no solo se requiere fortalecer conocimientos, sino también habilidades socioemocionales que les permitan tomar decisiones informadas, gestionar sus emociones y establecer relaciones saludables.

Se identifica el manejo de emociones como un eje central, dado que influye directamente en aspectos como el autocuidado, las dinámicas relacionales y la prevención de conductas de riesgo. Las dificultades expresadas por los participantes para regular sus emociones reflejan la necesidad de incorporar estrategias pedagógicas que promuevan el autoconocimiento, la expresión emocional y la resolución pacífica de conflictos.

Asimismo, los temas relacionados con el cuidado sexual y los cambios en la adolescencia evidencian vacíos en el acceso a información clara, confiable y adecuada a su edad. Esto pone de manifiesto la importancia de abordar la educación sexual desde un enfoque integral, que no se limite a lo biológico, sino que incluya dimensiones afectivas, sociales y de derechos.

Por otra parte, las relaciones interpersonales y las violencias emergen como factores clave en la experiencia de los jóvenes, especialmente en contextos donde pueden presentarse dinámicas de control, presión social o desinformación. Esto resalta la necesidad de fortalecer

habilidades como la comunicación asertiva, el establecimiento de límites y el reconocimiento de situaciones de riesgo.

El uso de redes sociales se posiciona como un elemento transversal que influye en la construcción de identidad, las relaciones y la salud emocional. Si bien representa una oportunidad de interacción y aprendizaje, también implica riesgos que requieren ser abordados desde la promoción del uso responsable y el pensamiento crítico.

En conjunto, los hallazgos evidencian la importancia de implementar procesos formativos integrales, participativos y contextualizados, que reconozcan a los jóvenes como sujetos activos en la construcción de su bienestar y como agentes de cambio en sus entornos sociales.

Conclusiones y proyección

A partir del proceso desarrollado, se concluye que los jóvenes y adolescentes participantes presentan un interés significativo en fortalecer su bienestar integral, especialmente en aspectos relacionados con el autocuidado, el manejo de emociones, el cuidado sexual y la construcción de relaciones sanas. No obstante, se evidencian vacíos en el acceso a información clara y en el desarrollo de habilidades prácticas que les permitan afrontar de manera adecuada los retos propios de esta etapa del ciclo de vida.

Se destaca que el manejo de emociones y la calidad de las relaciones interpersonales constituyen ejes fundamentales, al influir directamente en la toma de decisiones, la prevención de violencias y el ejercicio del autocuidado. Asimismo, el uso de redes sociales emerge como un factor determinante en la vida cotidiana de los jóvenes, lo que hace necesario su abordaje desde una perspectiva crítica y formativa.

En este sentido, se reconoce la importancia de generar espacios seguros, participativos y continuos, donde los jóvenes puedan expresarse libremente, fortalecer sus capacidades y construir conocimientos de manera colectiva.

Como proyección, se plantea el diseño e implementación de procesos formativos estructurados que respondan a las necesidades identificadas, incorporando metodologías dinámicas, pedagógicas y acordes a sus contextos. Estas acciones estarán orientadas a:

- Fortalecer el autocuidado y el cuidado del cuerpo desde una perspectiva integral.
- Promover el desarrollo de habilidades para el manejo de emociones.
- Brindar educación sexual integral, pertinente y basada en derechos.
- Fomentar la construcción de relaciones sanas y la prevención de violencias.
- Promover el uso responsable y seguro de las redes sociales.
- Generar espacios de participación juvenil que fortalezcan su rol como agentes de cambio en la comunidad.

Lo anterior permitirá dar continuidad al proceso de intervención, garantizando coherencia metodológica, pertinencia territorial y un impacto positivo en el bienestar y la calidad de vida de la población joven y adolescente.

Registro fotográfico



Imagen 1. Mesa de construcción comunitaria jóvenes y adolescentes – Vereda Betania



Imagen 2. Mesa de construcción comunitaria jóvenes y adolescentes – Vereda Betania



Imagen 3. Mesa de construcción comunitaria jóvenes y adolescentes – Vereda Betania



Imagen 4. Mesa de construcción comunitaria jóvenes y adolescentes – Vereda Betania

Elaborado por. Tatiana Alejandra Dussán Miranda. Profesional de. Trabajo Social

BOGOTÁ | SECRETARÍA DE GOBIERNO

EVIDENCIA DE REUNIÓN

(CIUDADANÍA, USUARIOS Y / O GRUPOS DE INTERÉS, POLÍTICAS PÚBLICAS Y OTROS)

Código: GDI-GPD-F029
Versión: 07
Vigencia: 25 de septiembre de 2025
Caso HOLA: 188520

Objeto de la reunión: mesa de Construccion comunitaria
Fecha: 13 DE ABRIL -2026
Hora de inicio: 9:00 AM
Lugar: COLEGIO CAMPESTRE JAIME GARZON CD: ADELINA GOTICRES
Hora de finalización: 10:00 AM
Dependencia: Alcaldia local de Suba - Salud - Salud Sexual y reproductiva
Nombre del responsable: Tatiana Alejandra Ossa

Modalidad: X Presencial; Virtual; Telefonica; Mixta

Tipo de documento de identidad	Número de documento de identidad	Nombres y Apellidos (Jurídico o legal)	Nombre identitario	Edad	Sexo			Identidad de género*					Orientación Sexual *					¿Por su cultura, pueblo o rasgos físicos, es o se autorreconoce perteneciente a alguno de los siguientes grupos étnicos?:						¿Se autoreconoce en alguna de las siguientes categorías de discapacidad?:									¿Pertenece a población migrante internacional? (SI/NO)	Correo electrónico - Teléfono de contacto	Firma
				Años cumplidos	Hombre	Mujer	Intersexual	Femenina	Masculina	Trans	No binaria	Otra	Lesbiana	Gay	Bisexual	Heterosexual	Otra	Indígena	Gitano/Rrom	Raizal	Palenquero	Negro, Afrocolombiano	Ninguno	Física	Auditiva	Visual	Sordoceguera	Cognitiva	Psicosocial	Múltiple	Ninguna			
TI	102302024	Jhon Acencio Gamba		11	X				X							X							X								X	NO	3204878272	Esteban
TI	1170463439	Luisa Fernanda Reina		10		X		X								X							X								X	NO	3123850734	Luisa Reina
TI	1070753289	Kevin Arley Urrego		13	X				X							X							X								X	NO	3115217238	Kevin
TI	1072895437	Marilyn Oyuela		14		X		X								X							X								X	NO	3208372568	Marilyn M
TI	1201469645	Santiago Salazar		10	X				X							X							X								X	NO	3115811588	Santiago
TI	1023017187	Jhon Alexander Román		11	X				X							X							X								X	NO	3132803809	Jhon
TI	1016737202	Valery Daniela Moreno		10		X		X								X							X								X	NO	3143386563.	Valery
TI	1030621206	Maicol Estid Goizón		15	X				X							X							X								X	NO	3124358475	Maicol G
TI	6016559	Yanielbis Moreno		11		X		X								X							X								X	NO	3007696986	Sujey.
TI	1029293055	Sharol Gómez		11		X		X								X							X								X	NO	3125112584	Sharol
TI	1032656482	Angel Stiven Boquero.		12	X				X							X							X								X	NO	3202694832	Stiven

* Es opcional para la persona responder este ítem, son categorías de autorreconocimiento dirigidas a personas mayores de edad y se garantiza la privacidad de los datos y su uso será exclusivamente para fines estadísticos.

Powered by CamScanner

BOGOTÁ | SECRETARÍA DE GOBIERNO

EVIDENCIA DE REUNIÓN

(CIUDADANÍA, USUARIOS Y / O GRUPOS DE INTERÉS, POLÍTICAS PÚBLICAS Y OTROS)

Código: GDI-GPD-F029
Versión: 07
Vigencia: 25 de septiembre de 2025
Caso HOLA: 188520

Objeto de la reunión:	mesa de construccion comunitaria
Fecha:	13 DE ABRIL -2026
Lugar:	COLEGIO JAIME GARZON - CD Adelina Gutierrez
Dependencia:	ALCALDIA LOCAL DE SUMAPAZ – Salud Sexual y Reproductiva.
Hora de inicio:	9:00 AM
Hora de finalización:	10:00 AM
Nombre del responsable:	KATHERINE ALEJANDRA OSSA

Modalidad: X Presencial; Virtual; Telefónica; Mixta

Tipo de documento de identidad	Número de documento de identidad	Nombres y Apellidos (Jurídico o legal)	Nombre identitario	Edad	Sexo			Identidad de género*				Orientación Sexual *					¿Por su cultura, pueblo o rasgos físicos, es o se autorreconoce perteneciente a alguno de los siguientes grupos étnicos?:						¿Se autoreconoce en alguna de las siguientes categorías de discapacidad?:								¿Pertenece a población migrante internacional? (SI/NO)	Correo electrónico - Teléfono de contacto	Firma
				Años cumplidos	Hombre	Mujer	Intersexual	Femenina	Masculina	Trans	No binaria	Otra	Lesbiana	Gay	Bisexual	Heterosexual	Otra	Indígena	Cíngano Rrom	Raizal	Palenquero	Negro, Afrocolombiano	Ninguno	Física	Auditiva	Visual	Sordoceguera	Cognitiva	Psicosocial	Múltiple	Ninguna		
TI	60162496	Sebastian mendez		15	X				X							X							X							X	NO	3009587886	Sebastian
TI	1064438825	Juan Manuel Pito		11	X				X							X							X							X	NO	3202360446	Juan
TI	1072714404	Juan alejandro Ramirez Quevedo		14	X				X							X							X							X	NO	3208746512	Alejandro R.
TI	1071550520	Angela muñoz		11		X			X							X							X							X	NO	3203525369	
TI	1030619480	Jose Fernando Garzon niño		15		X		X								X							X							X	NO	3159190560	Fernando...
TI	1008218266	Astrid Pito		11		X		X	X							X							X							X	NO	3202360446	
TI	1032656510	ayvan fernev Romero		11	X				X							X							X							X	NO	3224404306	ayvan
TI	1027949366	Cherly tatiana Gomez		11		X		X								X							X							X	NO	3143142292	Cherly
TI	1032656452	Juliana Romero		14		X		X								X							X							X	NO	3138647778	Juliana R.
TI	1032656454	Carol mora		13		X		X								X							X							X	NO	-	Karol M R
TI	1031065330	Alejandro Garzon.		16	X				X							X							X							X	NO	3124358492	Alejandro

* Es opcional para la persona responder este ítem, son categorías de autorreconocimiento dirigidas a personas mayores de edad y se garantiza la privacidad de los datos y su uso será exclusivamente para fines estadísticos.

Powered by CamScanner

BOGOTÁ | SECRETARÍA DE GOBIERNO

EVIDENCIA DE REUNIÓN

(CIUDADANÍA, USUARIOS Y / O GRUPOS DE INTERÉS, POLÍTICAS PÚBLICAS Y OTROS)

Código: GDI-GPD-F029
Versión: 07
Vigencia: 25 de septiembre de 2025
Caso HOLA: 188520

Objeto de la reunión:	mesa de construccion comunitaria		Modalidad: X Presencial / Virtual / Telefonica / Mixta
Fecha:	13 DE ABRIL -2026	Hora de inicio: 9:00 AM	
Lugar:	colegio CAMPESTRE. bime SALTON: CL Adelina Gutierrez.	Hora de finalización: 10:00 AM	
Dependencia:	IDARTES ambAZ — SALUD SEXUAL Y reproductiva.	Nombre del responsable: Tatiana Alejandra Ospina	

Tipo de documento de identidad	Número de documento de identidad	Nombres y Apellidos (Jurídico o legal)	Nombre identitario	Edad: Años cumplidos	Sexo: Hombre	Sexo: Mujer	Sexo: Intersexual	Identidad de género*: Femenina	Identidad de género*: Masculina	Identidad de género*: Trans	Identidad de género*: No binaria	Identidad de género*: Otra	Orientación Sexual *: Lesbiana	Orientación Sexual *: Gay	Orientación Sexual *: Bisexual	Orientación Sexual *: Heterosexual	Orientación Sexual *: Otra	¿Por su cultura, pueblo o rasgos físicos, es o se autorreconoce perteneciente a alguno de los siguientes grupos étnicos?: Indígena	Gitano/Rrom	Raizal	Palenquero	Negro, Afrocolombiano	Ninguno	¿Se autoreconoce en alguna de las siguientes categorías de discapacidad?: Física	Auditiva	Visual	Sordoceguera	Cognitiva	Psicosocial	Múltiple	Ninguna	¿Pertenece a población migrante internacional? (SI/NO)	Correo electrónico - Teléfono de contacto	Firma
TI	1018486488	Palacios Moreno Gabriela				X		X								X							X								X	NO	3133850835	Gabriela
TI	1029231913	Ramirez Romero Cristian Norberto			X				X							X							X								X	No	322 2138224 69	Cristian
TI	1032656939	Kevin Farid Gutierrez Muñoz			X				X							X							X								X	NO	3220866 34	Farid M
I	1028843813	Juan David Millan Naranjo			X				X							X							X								X	NO	3228971 23	Juan M.
TI	1033783 14	Yuber Smid Palacios Porras			X					X						X							X								X	No	3202364416	Yuber P.
TI	10				X											X							X								X	NO	3336505518	S [illegible]

* Es opcional para la persona responder este ítem, son categorías de autorreconocimiento dirigidas a personas mayores de edad y se garantiza la privacidad de los datos y su uso será exclusivamente para fines estadísticos.

Powered by CamScanner