

 NIT: 892115010-5 COD: 4465000286	FORMATO ACTA DE REUNION	Código: GD-F-02
		Versión: 4.0
		Vigencia: 22/08/2022
	GESTION DIRECTIVA Y ESTRATEGICA	Página 1 de 6

Comité o Reunión	Estrategia de sensibilización sobre la manejo de emociones, conciencia emocional para logara una comunicación asertiva, Promoviendo un trato digno y humanizado.	Acta No.:	007-2024		
		Fecha:	Abril-08		
Coordinador o secretario de reunión	Nubis Ibeth Álvarez Estrada Psicóloga-Consulta Externa Apoyo psicólogos en formación	Hora inicio:	8:00 am	Hora Fin:	10:00 am
		Lugar	Centro de Salud 20 de julio		
Objetivo	Se brinda orientación y asesoría adecuada a los usuarios sobre como regular sus emociones y comunicarse con tranquilidad.				
	Promover la comprensión la importancia de la comunicación asertiva, un trato digno y humanizado				

ORDEN DEL DIA	
1	Saludos de bienvenida por parte del profesionales a cargo
2	Intervención de sensibilización sobre la manejo de emociones, conciencia emocional para logar una comunicación asertiva, Promoviendo un trato digno y humanizado
3	Anexo registro fotográfico-formato de listado de asistencia

DESARROLLO DE LA REUNION
La inteligencia emocional es, en pocas palabras, el uso inteligente de las emociones: de forma intencional, hacemos que nuestras emociones trabajen para nosotros, utilizándolas con el fin de que nos ayuden a guiar nuestro comportamiento y a pensar de manera que mejoren nuestros resultados. La inteligencia emocional se utiliza de forma intrapersonal (cómo desarrollarla y utilizarla en relación a uno mismo) e interpersonal (cómo ser más efectivos en nuestras relaciones con los demás). El psicólogo Peter Salovey, ha desentrañado las formas en que podemos imprimir inteligencia a nuestras emociones y entiende que la inteligencia emocional está integrada por cinco componentes, que se describe de la siguiente manera: ➤ Conocer las propias emociones: La conciencia de uno mismo es la clave de la inteligencia emocional. Las personas que tienen claridad sobre sus sentimientos, toman decisiones en su vida que van de acuerdo con ellos y, en general, aciertan.



NIT: 892115010-5
COD: 4465000286

FORMATO ACTA DE REUNION

Código: GD-F-02

Versión: 4.0

Vigencia: 22/08/2022

GESTION DIRECTIVA Y ESTRATEGICA

Página 2 de 6

- **Manejar las emociones:** Capacidad de manejar los sentimientos para que sean adecuados. Implica la capacidad de serenarse, de canalizar la irritabilidad, la ansiedad y la melancolía excesivas.
- **La propia motivación:** Supone ordenar las emociones en aras de un objetivo. Autodominio emocional.
- **Reconocer emociones en los demás:** Es la empatía, es decir la capacidad de ponerse en el lugar del otro. La comprensión de las motivaciones de los demás genera que seamos más receptivos y tolerantes.
- **Manejar las relaciones:** Supone la habilidad de percibir las emociones de los demás para una interacción serena con ellos.

En la esfera de las relaciones interpersonales, las comunicaciones adecuadas con los demás, consisten en conductas, pensamientos y emociones, que generan relaciones satisfactorias, asertivas y son de gran ayuda para lograr objetivos personales.

Con este encuentro se quiso sensibilizar a la población de obtener un trato digno y humanizados tanto profesionales a usuarios, así mismo hacer énfasis de dar conceptos claros para que logren ponerlos en prácticas entre ellos se resalta los siguientes:

Conciencia emocional: Está, ayuda a las personas a identificar los desencadenantes de su ira y a comprender las señales físicas, emocionales y cognitivas asociadas con esta emoción.

- **Desarrollo de habilidades de autocontrol:** Consta de enseñar técnicas de relajación, respiración y visualización que ayuden a las personas a calmarse y a evitar reacciones impulsivas en situaciones desafiantes.
- **Comunicación efectiva:** Explicamos de una u otra forma como adquirir habilidades de comunicación asertiva y resolución de conflictos para expresar la ira de manera constructiva y resolver problemas de manera pacífica.
- **Cambio de pensamientos irracionales:** En este punto Identificamos patrones de pensamientos negativos o distorsionados que contribuyan a la ira excesiva, y promover una perspectiva más realista y equilibrada.
- **Desarrollo de habilidades de afrontamiento:** Ayudar a las personas a desarrollar estrategias saludables de afrontamiento y resiliencia para manejar el estrés y las frustraciones de la vida cotidiana.





NIT: 892115010-5
COD: 4465000286

FORMATO ACTA DE REUNION

Código: GD-F-02

Versión: 4.0

Vigencia: 22/08/2022

GESTION DIRECTIVA Y ESTRATEGICA

Página 3 de 6

- Prevención de la escala de la ira: Enseñamos técnicas para detectar y detenerla antes de alcanzar niveles incontrolables, como la distracción, el cambio de ambiente o la búsqueda de apoyo.

Con esta actividad destacamos la importancia de la sensibilización pública sobre el manejo de emociones, conciencia emocional para lograr una comunicación asertiva, Promoviendo un trato digno y humanizado.

Esta sensibilización pretende ser un instrumento de aprendizaje para la ciudadanía en obtener conocimiento una adecuada convivencia en el entorno, partiendo de la realidad en nuestra comunidad en pro del mejoramiento de nuestras relaciones y comunicaciones digna, humanizada y asertiva.

Regula tus emociones y comunícate con tranquilidad, eso te hace mejor persona cada día

COMPROMISOS

No.	Tarea	Responsable	Fecha de cumplimiento	Observaciones
1	Se cumplió el objetivo de brindar una información completa y de esta manera lograr que tengan un adecuado conocimiento sobre la temática trabajada.	Nubis Ibeth Álvarez Estrada	Mensual	Ninguna





NIT: 892115010-5
COD: 4465000286

FORMATO ACTA DE REUNION

Código: GD-F-02

Versión: 4.0

Vigencia: 22/08/2022

GESTION DIRECTIVA Y ESTRATEGICA

Página 4 de 6

REGISTRO FOTOGRAFICO





NIT: 892115010-5
COD: 4465000286

FORMATO ACTA DE REUNION

Código: GD-F-02

Versión: 4.0

Vigencia: 22/08/2022

GESTION DIRECTIVA Y ESTRATEGICA

Página 5 de 6

REGISTRO DE FIRMA DE ASISTENCIA



NIT: 892115010-5
COD: 4465000286

FORMATO ASISTENCIA A TALLERES EDUCATIVOS Y ENTREGA DE MATERIAL EDUCATIVO

Código: CG-F-11

Versión: 2.0

Vigencia: 28/06/2023

Página 1 de 1

ATENCION CONSULTA EXTERNA GENERAL

Tema: Manejo de Emociones Trato Humanizado

Fecha: 8 Abril 2024 Realizado por: Nebis Ibeth Alvarez E.

No.	Nombres y apellido	Identificación	Dirección	EPS	Firma del usuario
1	Angel yaelin solano Apshano	1193248698	Concepción	Salud total	[Firma]
2	Maria Vargas	3490908	La Esperanza	Nueva EPS	Maria
3	Arisbel Ahumada	23769686	La Esperanza	=	Arisbel
4	Daniela fragozo	1054541412	Norte	Salud total	Daniela
5	Lizleidy Cuello	1001307991	concepción	NEPS	Lizleidy
6	Felicia Maestre Nicus	56098734	Barrabona	caja copi	Felicia Maestre
7	Enmanuel Blanchar M.	120244086	Buenos Aires	caja copi	Enmanuel B.
8	Dina Luz Mejia Sarmiento	56098734	b. la victoria	NEPS	Dina M. J.
9	Pielins ESTUQUE GARCIA	1122415285	La Esperanza	Sanita	Pielins Sarmiento
10	Verónica Mejia	4120244518	Loma fresca	Caja copi	Verónica M.
11	JOS CARREASCAI	84038273	CUS #702	NEPS	Jos Carreascas
12	Yenniferis Morphe Morra	1122406597	La Esperanza	caja copi	Yenniferis Morra
13	Gladys Andrade Avoca	1193413712	La Prosperidad	caja copi	Gladys Andrade
14	Jnes Andrade Avoca	1193413711	N. Colombia	s. total	Jnes Andrade
15	Leonela Lucia Jimenez	1120242317	La Esperanza	sanita	Leonela Jimenez
16	Nebis Margarita Carrera	1192393426	El Forero	sanitar	Nebis Carrera
17	Yoleidy Andiola	1122404697	Alto de la esperanza	Salud total	Yoleidy
18	Josman Perez	4784769997	Foreros	Nueva EPS	Josman
19	Geany Calderon	1122412613	La Victoria	Nueva EPS	Gyfo.





NIT: 892115010-5
COD: 4465000286

FORMATO ACTA DE REUNION

Código: GD-F-02

Versión: 4.0

Vigencia: 22/08/2022

GESTION DIRECTIVA Y ESTRATEGICA

Página 6 de 6

REGISTRO DE FIRMA DE ASISTENCIA



NIT: 892115010-5
COD: 4465000286

FORMATO ASISTENCIA A TALLERES EDUCATIVOS Y ENTREGA DE MATERIAL EDUCATIVO

Código: CG-F-11

Versión: 2.0

Vigencia: 28/06/2023

Página 1 de 1

ATENCION CONSULTA EXTERNA GENERAL

Tema: Manejo de Emociones Trato humanizado

Fecha: 8 Abril 2024 Realizado por: Nelis Ibeth Alvarez Estrada

Nombres y apellido	Identificación	Dirección	EPS	Firma del usuario
Lenis Yiceth Orasco	1122409203	call 11 # 2-16	Sanitas	
Ana + Sabri carballedo	7722405529	cl 15 sur # 278	Sanitas	
Lurkadiis Del Guero Guerra	1081920544	Caracoli	Mutual Ser	
Luisana Parra	5756049	alto Prosperidad	Nueva EPS	
Maria Camila Escobar	1196713874	El Centro	Nueva EPS	
Sandra Arreza Cerrato	1122475951	chinitabaza	Sanitas	
Dalim Onate	1122409044	mita	Nueva EPS	
Yaryn Padron	64.32.806	El Forero	Salud total	
Yara Plata Plata	56078702	zack julio	Nueva EPS	
Maria Fernanda Lopezera	1.122.400.354	Loma Fresca	Salud Total	
Genesis Pina Ju	4440367864	bañillo	Sanitas	
Ileana Gutierrez	5433168	La Esperanza	Sanitas	
Nayara R. E. V.	1122408378	cal 15 # 7-30 la esperanza	Nueva EPS	
Adriana Ochoa	1122317708	la invasión	Nueva EPS	
Maria Guevara	6152432	los pondares	Nueva EPS	
Kendris Sierra M.	1122401248	la esperanza	Caracoli	
Olgia uriano	31094.189	Coraleja	N EPS	
Nelida Ayala F	56056129	cl 15 sur # 278	Sanitas	
CARLOS ARMANDO FUENTE	1122400609	CARRERA 11	SANITAS	

