

 <p>INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE SALUD NORTE DE SANTANDER</p>	<p>DIRECCIONAMIENTO ESTRATEGICO</p>	 <p>Gobernación de Norte de Santander Instituto Departamental de Salud</p>
<p>Código: F-DE-PE05-03 Versión: 05</p>	<p>COMUNICACION EXTERNA</p>	<p>Página 1 de 1</p>

AGOSTO 2024

RECOMENDACIONES PARA LA PROMOCIÓN DE LA CONVIVENCIA Y LA ARMONÍA ESPIRITUAL Y DEL PENSAMIENTO (SALUD MENTAL) EN POBLACIÓN INDÍGENA

La promoción de la convivencia y la armonía espiritual y del pensamiento en las comunidades indígenas es esencial para mantener el bienestar integral, especialmente en tiempos de crisis y transformación. En este contexto, es fundamental retomar los valores ancestrales y las prácticas comunitarias que fortalecen la salud mental, espiritual y social de los pueblos indígenas. A continuación, se ofrecen recomendaciones clave para lograr estos objetivos:

Desde el Componente Político-Organizativo (Para las Autoridades Indígenas)

- **Protección de la Comunidad:** Establecer medidas para controlar el acceso de personas externas a la comunidad, garantizando que quienes ingresen respeten los rituales de armonización y otras acciones de protección determinadas por los líderes ancestrales.
- **Apoyo Emocional y Espiritual:** Coordinar con sabedores ancestrales mecanismos de apoyo y acompañamiento espiritual y emocional, especialmente para personas en condición de vulnerabilidad, como adultos mayores, personas con discapacidad y víctimas de conflictos.
- **Prevención de la Violencia:** Implementar mecanismos para identificar y prevenir la violencia intrafamiliar y la violencia de género. Involucrar a mujeres lideresas y otros miembros de la comunidad en la resolución de conflictos.
- **Fomento de la Cultura y Sabiduría:** Promover el fortalecimiento de la cultura indígena a través de la transmisión de saberes intergeneracionales. Fomentar prácticas culturales como los diálogos en torno al fogón, los juegos tradicionales, la música, el tejido y la pintura.
- **Uso Responsable de Medios de Comunicación:** Fomentar el buen uso del internet y otros medios de comunicación para transmitir mensajes útiles, como recomendaciones de salud mental y la revitalización cultural.
- **Cuidado de los Adultos Mayores:** Prestar especial atención a las necesidades de los adultos mayores. Promover su bienestar a través de la consulta con los programas sociales, garantizando su salud y nutrición.

 <p>INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE SALUD NORTE DE SANTANDER</p>	<p>DIRECCIONAMIENTO ESTRATEGICO</p>	 <p>Gobernación de Norte de Santander Instituto Departamental de Salud</p>
<p>Código: F-DE-PE05-03 Versión: 05</p>	<p>COMUNICACION EXTERNA</p>	<p>Página 1 de 1</p>

- **Promoción de la Convivencia Pacífica:** Fomentar la solidaridad y el apoyo mutuo dentro de la comunidad, a través de mecanismos de cooperación como el trueque, siempre respetando las normas propias de protección.
- **Atención al Estigma y la Discriminación:** Prestar atención a posibles conductas de rechazo o discriminación que surjan dentro de la comunidad. Promover el respeto y la inclusión de todos los miembros.
- **Apoyo a la Juventud:** Brindar apoyo emocional a jóvenes que puedan estar en situaciones de vulnerabilidad emocional o riesgo de conducta suicida. Los sabedores tradicionales pueden desempeñar un papel clave en este seguimiento.

Desde el Componente de Sabiduría Ancestral

- **Retorno a la Sabiduría Tradicional:** Retomar las prácticas ancestrales de armonización, sanación y pagamento. Estos rituales, guiados por sabedores tradicionales, son fundamentales para mantener la salud mental y espiritual de la comunidad.
- **Conexión con la Ley de Origen:** Fomentar el retorno a la espiritualidad y cosmovisión indígena, fortaleciendo la conexión de niños, jóvenes y adultos con el entorno natural y la comunidad.

- **Fortalecimiento de la Medicina Tradicional:** Garantizar que los sabedores cuenten con los insumos necesarios para llevar a cabo su labor en la medicina ancestral. Esto asegura la continuidad del apoyo espiritual y físico a las familias.

Desde el Componente de Salud Propia e Intercultural (Orientado a las Familias y Autoridades Indígenas)

- **Diálogo Familiar:** Promover el diálogo dentro de las familias, utilizando espacios como el fogón para recuperar historias ancestrales y fortalecer la identidad cultural.
- **Juegos y Actividades Culturales:** Fomentar la participación en juegos tradicionales, artesanías y música, como medio de fortalecer los lazos familiares y la cultura propia.
- **Involucrar a los Jóvenes:** Incluir a los jóvenes en la producción de alimentos, el trabajo en los cultivos, y en la recolección y uso de plantas medicinales, siempre bajo la orientación de los sabedores tradicionales.
- **Apoyo a los Niños y Jóvenes:** Generar espacios para que niños y jóvenes expresen sus emociones y miedos, brindando apoyo emocional y orientaciones desde la sabiduría ancestral.

 <p>INSTITUTO DEPARTAMENTAL DE SALUD NORTE DE SANTANDER</p>	<p>DIRECCIONAMIENTO ESTRATEGICO</p>	 <p>Gobernación de Norte de Santander Instituto Departamental de Salud</p>
<p>Código: F-DE-PE05-03 Versión: 05</p>	<p>COMUNICACION EXTERNA</p>	<p>Página 1 de 1</p>

Desde el Componente de Administración y Gestión (Dirigido a las Direcciones Territoriales de Salud, EPS y Autoridades Indígenas)

- **Coordinación para el Bienestar Comunitario:** Garantizar que las autoridades indígenas, en coordinación con las Direcciones Territoriales de Salud, gestionen el acceso a medicamentos y otros insumos necesarios para atender las enfermedades crónicas y asegurar el bienestar de las personas vulnerables.
- **Comunicación Comunitaria:** Establecer mecanismos de comunicación con las familias y comunidades para identificar oportunamente cualquier problema de salud mental o emocional que pueda surgir, y garantizar el acceso a apoyo psicosocial y médico.
- **Apoyo Económico y Alimentario:** Gestionar, en coordinación con las autoridades locales, el acceso a alimentos y apoyos económicos para las familias más vulnerables, garantizando su bienestar en tiempos de crisis.

"CUANDO CUIDAMOS NUESTRA MENTE Y ESPÍRITU, FLORECE LA ARMONÍA EN NOSOTROS Y EN NUESTRA COMUNIDAD."