POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva

Juntos por Colombia

POSITIVA PRESENTE



Cartilla Práctica #5

NIÑOS, ADOLESCENTES Y CUIDADORES QUE RECUPERAN CONFIANZA

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

OISS ORGANIZACIÓN IBEROAMERICANA DE SEGURIDAD SOCIAL | POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva

Juntos por Colombia
MISIÓN TÉCNICA NACIONAL

SISMOS Y TERREMOTOS

RESULTADOS QUE TRANSFORMAN VIDAS

206	1.630	166k	+63
EMPRESAS	TRABAJADORES	PERSONAS	ALIANZAS



1 ANTES

Identificar objetos - rutas de evacuación

2 DURANTE

Conservar la calma - aléjate y protégete

3 DESPUÉS

Posibles réplicas - puntos de encuentro

INGRESA A: **HTTPS://POSIPEDIA.COM.CO/SISMOS-Y-TERREMOTOS/**

DESCUBRE CONTENIDO DE INTERÉS:

- Guías técnicas y protocolos
- +120 piezas gráficas
- Plan familiar de gestión
- Rutas de apoyo emocional

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA

+ POSITIVAMENTE MÁS + | BUREAU VERITAS | Sociedad Colombiana de Medicina del Trabajo | ASONAPHSE | KONRAD LORENZ | Acreditación Institucional de Alta Calidad | SGS

GRUPO BICENTENARIO

Guía práctica para acompañar a las hijas, hijos y familias de los trabajadores después de una emergencia: reconocer emociones, identificar adultos de confianza, manejar el miedo, jugar juntos, volver a la rutina y al colegio, y reencontrarse.



Basada en los Primeros Auxilios Psicológicos de la OMS y en los principios de apoyo centrado en la seguridad. Adaptación familiar no terapéutica, integrada al SG-SST y al Plan de Emergencias de la empresa.

Mes de la salud mental (Ley 2460 de 2025)

Antes de empezar

¿Por qué cuidar a las niñas, niños y adolescentes?

Las niñas, niños y adolescentes también viven las emergencias, aunque no siempre lo digan con palabras. Lo expresan con su cuerpo, su juego, su sueño o su comportamiento. La mayoría se recupera bien cuando tiene adultos tranquilosy disponibles, información sencilla y rutinas predecibles.

Cuando los hijos están bien, los trabajadores también: se concentran mejor, faltan menos y vuelven con más seguridad a sus tareas. Por eso este producto hace parte del SG-SST.

Reacciones esperables según la edad

6 a 9 años	10 a 13 años	14 a 17 años
Miedo a separarse de los padres, volver a hacerse pipí, pesadillas.	Preguntas repetidas sobre lo ocurrido, quejas de dolor de cabeza o estómago.	Aislamiento, irritabilidad, querer estar solo o solo con amigos.
Juegos que repiten la emergencia.	Dificultad para concentrarse en el colegio.	Cambios de sueño y apetito, desánimo.
Pedir más ayuda en cosas que ya hacían solos.	Rabia, peleas con hermanos o compañeros.	Conductas de riesgo o enojo con los adultos.

Estas reacciones suelen disminuir en las semanas siguientes. Si son muy intensas o persisten más de un mes, vea las señales de alerta.

Ficha técnica

Objetivo	Aplicar una secuencia estandarizada, documentable y evaluable para fortalecer la seguridad emocional de los hijos de los trabajadores y de sus cuidadores, integrada al SG-SST y al Plan de Emergencias.
Destinatarios	Familias de trabajadores: niñas, niños y adolescentes de 6 a 17 años y sus cuidadores.
Duración	3 módulos por edad (6–9, 10–13 y 14–17 años) + 1 módulo para cuidadores. Seguimiento a 30 días.
Facilitación	Profesional de Psicología con experiencia en infancia, acompañado por un segundo adulto. No es terapia.
Participación	Voluntaria, con autorización del acudiente y asentimiento del niño, niña o adolescente.

Componentes técnicos

Los 6 componentes



COMPONENTE 1

Emociones

Nombrar lo que se siente, entender que todas las emociones son válidas y aprender formas seguras de expresarlas. Herramienta: tarjetas de emociones.



COMPONENTE 2

Adultos de confianza

Identificar al menos cinco adultos a quienes acudir y acordar una señal familiar para pedir ayuda. Herramienta: mapa de la mano.



COMPONENTE 3

Miedo a nuevos eventos

Pasar del miedo a la preparación: saber qué hacer, a dónde ir y a quién llamar si algo vuelve a pasar. Herramienta: plan familiar.



COMPONENTE 4

Juego cooperativo

Jugar juntos para reír, descargar tensión y reconstruir la confianza, sin ganadores ni perdedores. Herramienta: maleta de actividades.



COMPONENTE 5

Rutinas y retorno escolar

Volver a horarios predecibles de comida, sueño, tareas y juego, y acompañar el regreso al colegio.



COMPONENTE 6

Reencuentro

Preparar el regreso del padre, la madre o el cuidador después de una separación, un turno largo o una evacuación.



Lecturas y audios guiados: el documento trae tres textos de relajación, uno por edad, para leer en voz alta o grabar en el celular y escuchar en casa.

Manual metodológico

La ruta y las reglas de cuidado

1 · Preparar

Revisar la amenaza y la sede; espacio seguro y amigable; autorizaciones firmadas; materiales por edad.

2 · Abrir

Presentarse, explicar la actividad con palabras sencillas, reglas, confidencialidad y sus límites.

3 · Desarrollar

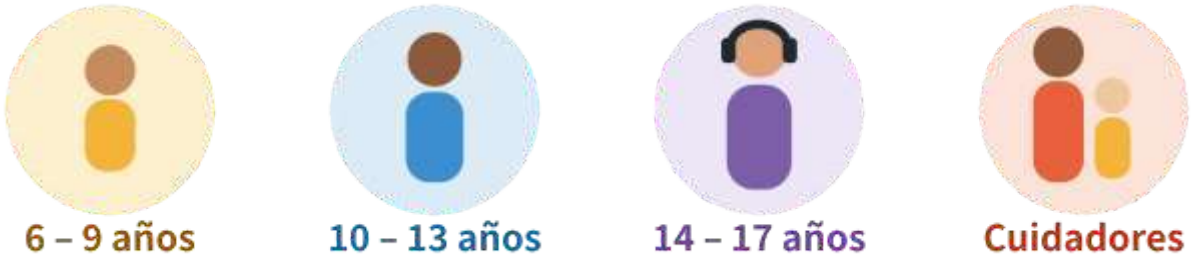
Actividades en el orden previsto, adaptadas a la edad; registrar sin datos íntimos.

4·Cerrar

Actividad tranquila, mensaje positivo, acuerdos con cuidadores y evaluación.

5 · Seguir

Contacto con los cuidadores a los 30 días; remisión si hay señales de alerta.





Reglas de cuidado y protección para facilitadores

- Siempre dos adultos con el grupo; nunca a solas con un niño, niña o adolescente.
- Espacios visibles y abiertos; puertas sin seguro.
- El cuidador está presente o cerca, según la edad y el módulo.
- Sin contacto físico innecesario; se pregunta antes de un abrazo.
- Ningún contacto privado por redes sociales o mensajes.
- Fotos o grabaciones solo si son necesarias y con autorización del acudiente.
- Nadie está obligado a hablar de lo ocurrido.
- Si un niño revela un riesgo o un abuso: escuchar, creerle, no prometer silencio y activar la ruta.

Lista de chequeo antes de cada módulo

- ☐ Autorización del acudiente y asentimiento firmados.
- ☐ Dos adultos responsables por grupo.
- ☐ Espacio seguro, con baño cercano y agua.
- ☐ Maleta de actividades completa.
- ☐ Directorio de rutas de protección a mano.
- ☐ Refrigerio sencillo y adecuado a la edad.

Paso a paso de cada módulo

Módulos para niñas y niños

Módulo 1 · 6 a 9 años · «Mi cuerpo me cuenta lo que siento» · 45 minutos		
5 min	Bienvenida	Nombre y un gesto de saludo; reglas con dibujos: escuchar, respetar, se vale pasar.
10 min	Caritas de emociones	Juego con las tarjetas de emociones: «¿Dónde la siento en el cuerpo?».
10 min	Juego cooperativo	Globo que no cae o paracaídas de colores.
10 min	Mi mano de confianza	Dibujar la mano y poner en cada dedo un adulto que cuida.
5 min	Respirar como globo	Lectura guiada para 6 a 9 años.
5 min	Cierre	Calcomanía o estrella; evaluación con caritas.

Módulo 2 · 10 a 13 años · «Equipo que se cuida» · 60 minutos		
5 min	Bienvenida	Acuerdos del grupo; se explica qué es confidencial y qué no.
10 min	Termómetro de emociones	Ubicar cómo me siento hoy y qué me ayuda a bajar la intensidad.
15 min	Del miedo al plan	Preguntas sobre la emergencia con respuestas sencillas y verdaderas; plan familiar.
15 min	Reto cooperativo	Torre de papel o nudo humano.
10 min	Mi mano de confianza y señal familiar	Cinco adultos y una señal para pedir ayuda.
5 min	Cierre	Lugar seguro y evaluación.

Paso a paso de cada módulo

Módulos para adolescentes y cuidadores

Módulo 3 · 14 a 17 años · «Lo que siento, lo que decido» · 60 minutos		
5 min	**Encuadre**	Espacio voluntario, respeto, confidencialidad y sus límites; nadie debe contar su historia.
15 min	**Emociones y cuerpo**	Cómo reconozco el estrés; formas de calmarlo sin dañarme.
15 min	**Red de confianza**	Adultos, amigos y servicios; cómo pedir ayuda para mí o para un amigo.
15 min	**Proyecto y rutina**	Una meta pequeña para el próximo mes; papel del colegio, el deporte o el arte.
10 min	**Cierre**	Anclaje 5-4-3-2-1 y evaluación.

Módulo 4 · Cuidadores · «Adultos tranquilos, hijos seguros» · 60 minutos		
5 min	**Apertura**	Guion de apertura del facilitador.
10 min	**Reacciones esperables**	Qué es normal por edad y qué es una señal de alerta.
15 min	**Cómo hablar con mis hijos**	Guiones de conversación y práctica en parejas.
10 min	**Rutinas y colegio**	Plan de rutina semanal y coordinación con la institución educativa.
10 min	**Cuidar al cuidador**	Mi propio cansancio y a quién acudo; crianza sin castigo físico.
10 min	**Acuerdos cuidadores**	Diligenciar los acuerdos con responsable y fecha. Evaluación.



Seguimiento a 30 días

Llamada o encuentro breve con los cuidadores: revisar los acuerdos, preguntar cómo están las rutinas y el colegio, y remitir si hay señales de alerta.

Entregable: guiones de conversación

Guiones de conversación



Apertura del facilitador (módulo de cuidadores)

«Gracias por participar. El propósito de este espacio es fortalecer nuestra capacidad de actuar con seguridad y apoyarnos. No necesitamos relatar experiencias personales si no queremos hacerlo. Trabajaremos con situaciones concretas: qué podemos hacer, qué requiere gestión de la empresa y qué debe remitirse a una ruta especializada.»



Apertura con niñas y niños (6 a 13 años)

«Hola, soy ___. Hoy vamos a jugar y a hablar de cómo nos sentimos. Aquí todas las emociones se valen. Nadie tiene que contar nada si no quiere. Si en algún momento quieres parar, me haces esta señal [mostrar].»

Cómo hablar con los hijos después de una emergencia

Edad	Qué decir	Qué evitar
6 a 9 años	«Pasó algo difícil, pero ahora estamos a salvo. Los adultos estamos cuidándote.» Respuestas cortas y verdaderas.	Detalles que asusten, ver noticias o videos del evento, prometer que «nunca» volverá a pasar.
10 a 13 años	«Es normal sentir miedo o rabia. ¿Qué te preocupa? Busquemos juntos la información.»	Decir «no pasa nada» o burlarse de sus miedos; dejarle solo con redes sociales.
14 a 17 años	«Quiero saber cómo estás. Puedes contar conmigo, aunque ahora no quieras hablar.»	Obligarle a hablar, sermonear o compararle; descuidar señales de riesgo.

Si un niño, niña o adolescente cuenta algo grave

1.Escuche con calma y créale. **2. Dígale** «hiciste bienen contarme». **3. No prometa guardar el secreto:** explique que debe pedir ayuda a otros adultos para protegerle. **4.No le pida detalles** ni investigue. **5. Active la ruta** ese mismo día: Línea 141 del ICBF, Comisaría de Familia o 123 (página19).



Cierre del facilitador

«¿Qué decisión concreta se lleva la familia? ¿Quién la ejecuta? ¿Para cuándo? ¿Qué evidencia permitirá comprobarla?»

Componente 1 · Entregable: tarjetas de emociones

Tarjetas de emociones

Imprima esta página a color, recorte las seis caritas y péguelas en cartulina. Úselas para que cada niño o niña señale cómo se siente hoy.



Qué hacer con cada emoción

Alegría
Celebrar juntos lo que salió bien, aunque sea pequeño.

Tristeza
Acompañar, abrazar si lo acepta, permitir llorar.

Miedo
Recordar que ahora está a salvo y repasar el plan familiar.

Rabia
Descargar sin hacer daño: correr, apretar una almohada, dibujar.

Preocupación
Escribirla o dibujarla y guardarla en la «caja de preocupaciones».

Calma
Notar qué ayudó a sentirse así para repetirlo.

Edad	Cómo usarlas
6 a 9 años	Juego «¿Dónde la siento?»: el niño señala la carita y la parte del cuerpo donde siente esa emoción (barriga, pecho, manos).
10 a 13 años	Termómetro: ubicar la emoción de 1 a 5 y elegir una acción para bajarla un punto.
14 a 17 años	Diario breve: «Hoy sentí… porque… y me ayudó…». Es privado; se comparte solo si quiere.

Componente 2 · Entregable: mapa de adultos de confianza

Mi mano de confianza



Instrucciones

Cada niño, niña o adolescente dibuja el contorno de su mano. En cada dedo escribe o dibuja a un adulto de confianza:

- **1.** Alguien de mi casa.
- **2.** Alguien de mi familia que no vive conmigo.
- **3.** Alguien de mi colegio.
- **4.** Alguien de mi barrio o comunidad.
- **5.** Un servicio que ayuda: Línea 141 del ICBF, 123.

Un adulto de confianza es alguien que te escucha, te cree, te ayuda a estar seguro y nunca te pide guardar secretos que te hagan sentir mal.

La señal familiar

Es una palabra, un gesto o un emoji acordado en familia que significa «necesito ayuda» o «necesito hablar ya». Al recibirla, el adulto deja lo que está haciendo y atiende.

- Debe ser sencilla y fácil de recordar.
- Todos los adultos de la mano deben conocerla.
- Se practica una vez en familia para que funcione.
- Nunca se castiga a quien la usa.

Mi mano de confianza

1. _____ Tel.: _____
2. _____ Tel.: _____
3. _____ Tel.: _____
4. _____ Tel.: _____
5. _____ Tel.: _____

Nuestra señal familiar es: _____

Componente 3

Del miedo a la preparación

El miedo a que la emergencia se repita es normal. Lo que más tranquiliza a niñas, niños y adolescentes es saber que hay un plan y que los adultos lo conocen. Hablen del plan en un momento tranquilo, no justo antes de dormir.

Plan familiar de seguridad

Punto de encuentro cerca de la casa: _____

Punto de encuentro fuera del barrio: _____

Quién recoge a los niños en el colegio: _____

Teléfono de un familiar en otra ciudad: _____

Número del trabajo de papá / mamá: _____

Morral de emergencia en: _____

Fecha en que lo practicamos: ___ / ___ / _____

La caja de calma

Una caja o bolsa que el niño decora y llena con cosas que le ayudan a tranquilizarse:

- Un peluche o un objeto que le guste.
- Una foto de la familia.
- Plastilina o una pelota para apretar.
- Colores y papel.
- Una tarjeta con su mano de confianza.
- Para adolescentes: audífonos con su música o la lectura guiada.

Edad	Cómo trabajar el miedo
6 a 9 años 10	Jugar a practicar el plan como un juego de roles; dibujar «lo que me da miedo» y «lo que me protege».
a 13 años 14	Explicar con información sencilla qué pasó y qué se está haciendo; armar juntos el morral de emergencia.
a 17 años	Darle un rol en el plan familiar (por ejemplo, revisar el morral); hablar de fuentes confiables y evitar rumores.

Componente 4 · Entregable: maleta de actividades

Juego cooperativo y maleta de actividades



Qué lleva la maleta

- Tarjetas de emociones
- Globos y una pelota blanda
- Tela grande o paracaídas
- Colores, papel y plastilina
- Cinta de enmascarar
- Lecturas guiadas impresas
- Formatos y autorizaciones
- Botiquín y agua

Seis juegos cooperativos

En el juego cooperativo todos ganan si logran la meta juntos. Ayuda a reír, a moverse y a confiar de nuevo en los demás.

El globo que no cae 6–13 años

En círculo, mantener un globo en el aire sin que toque el suelo. Cada toque cuenta un punto para todos.

Para caídas de colores 6–9 años

Todos sostienen la tela; la suben y bajan juntos, y quien se nombra pasa por debajo.

Torre de papel 10–13 años

En equipos, construir la torre más alta solo con papel y cinta. Gana el grupo cuando todas las torres se sostienen.

Nudo humano 10–17 años

Tomarse de las manos cruzadas y desenredarse sin soltarse. Pregunte antes si todos se sienten cómodos con el contacto.

Historia en cadena 6–17 años

Cada persona agrega una frase a un cuento que termina bien. El facilitador cuida que el final sea esperanzador.

Mural del equipo 14–17 años

Pintar juntos un mural con el tema «lo que nos hace fuertes».

Componentes 5 y 6

Rutinas, regreso al colegio y reencuentro

Rutina semanal sugerida

Las rutinas dan seguridad porque permiten anticipar lo que viene. Escriban la hora de cada momento y péguenla en la nevera:

□ Hora de levantarse: _____

□ Desayuno juntos: _____

□ Colegio o tareas: _____

□ Juego o deporte: _____

□ Comida en familia: _____

□ Rato tranquilo: _____

□ Hora de dormir: _____

Regreso al colegio

1. Avise al colegio lo que vivió la familia, solo lo necesario y con permiso del hijo o hija.
2. Pregunte por la ruta de convivencia escolar y la orientación escolar (Ley 1620 de 2013).
3. Pida flexibilidad temporal en tareas y evaluaciones si se necesita.
4. Acompañe los primeros días y acuerde quién recoge al niño o niña.
5. Esté atento a rechazo al colegio, aislamiento o acoso escolar.



El reencuentro

Después de una evacuación, una separación, una hospitalización o turnos muy largos, el regreso del padre, la madre o el cuidador también necesita preparación:

- Antes: avisar al niño cuándo y cómo será el regreso.
- Al llegar: saludar con calma y dejar que el niño marque el ritmo del contacto.
- Es normal que al inicio se muestre distante, enojado o muy apegado.
- Retomar juntos una actividad conocida (una comida, un juego).
- Explicar con palabras sencillas qué pasó durante la separación.
- La empresa puede facilitar permisos para este momento.

Entregable: audios y lecturas guiadas

Lecturas guiadas para la calma



Léalas en voz baja y despacio, con pausas de 3 a 5 segundos donde vea«…». También puede grabarlas en el celular para escucharlas en casa. Duran entre 2 y 3 minutos.

6 a 9 años Respirar como un globo

«Siéntate cómodo y pon tusmanos sobre la barriga… Imagina que dentro hay un globo de tu color favorito…

Cuando tomas aire por la nariz, el globo se infla despacito: uno, dos, tres, cuatro… Ahora suelta el aire por la boca, muy suave, como si soplaras una vela sin apagarla: uno, dos, tres, cuatro, cinco, seis…

Otra vez… El globo se infla… y se desinfla… Siente cómo tu barriga sube y baja… Tu cuerpo está tranquilo y estás a salvo… Cuando quieras, mueve los dedos y abre los ojos.»

10 a 13 años Mi lugar seguro

«Cierra los ojoso mira un punto fijo… Piensa en un lugar donde te sientas tranquilo: real o imaginado… Puede ser una playa, un parque, tu cuarto…

¿Qué colores ves allí?… ¿Qué sonidos escuchas?… ¿Qué temperatura hace?… Respira despacio y nota cómo tu cuerpo se relaja…

Este lugar es tuyo. Puedes volver a él cuando lo necesites, solo con recordarlo… Ahora, poco a poco, regresa a este salón, mueve las manos y abre los ojos.»

14 a 17 años Anclaje 5-4-3-2-1

«Si sientes que lamente vamuy rápido, vuelve al presente con tus sentidos… Nombra en silencio cinco cosas que puedes ver… cuatro que puedes tocar… tres que puedes oír… dos que puedes oler… y una que puedes saborear…

Ahora respira: inhala contando cuatro… sostén un momento… y exhala contando seis… Hazlo tres veces… Lo que sientes es real y va a pasar. Estás aquí, ahora, y puedes pedir ayuda cuando la necesites.»

Manos a la obra · para cuidadores, líderes y facilitadores

Ejercicios



EJERCICIO A · Semáforo de decisiones

VERDE · Acción de la familia o del trabajador. Ej.: armar la caja de calma y la rutina semanal.

AMARILLO · Requiere gestión de la empresa. Ej.: permiso para acompañar el regreso al colegio.

ROJO · Activar autoridad, emergencia o remisión. Ej.: maltrato, abuso, ideas de hacerse daño.

Situaciones para practicar (clasifique y justifique):

a) Un niño de 7 años juega a repetir el sismo. b) Una trabajadora necesita salir temprano por las citas de su hijo. c) Una adolescente dice que quiere desaparecer. d) Un niño cuenta que un adulto le pide guardar secretos que lo asustan. e) Dos hermanos pelean más que antes.

Respuestas guía: a) VERDE (reacción esperable; acompañar el juego) · b) AMARILLO · c) ROJO: no dejarla sola, 123 o línea 106 · d) ROJO: escuchar, no prometer secreto, Línea 141 ICBF o Comisaría de Familia · e) VERDE; AMARILLO si persiste más de un mes.

EJERCICIO B · Caso empresarial

Caso: tras una inundación en el barrio de varios trabajadores, sus hijos llevan dos semanas sin colegio, duermen mal y los padres están haciendo turnos extra para reponer la producción.

3 Riesgos	3 Recursos	3 Decisiones
1.	1.	1.
2.	2.	2.
3.	3.	3.

EJERCICIO C · Compromiso verificable

«Apoyar más a las familias» → **Acción concreta**

Responsable:	**Fecha:**
Recurso:	**Evidencia:**

Ej.: «Módulo de cuidadores el 24 de octubre, a cargo de Psicología, con la Caja de Compensación; evidencia: asistencia y acuerdos firmados».

Así se ve en la práctica · Entregable: acuerdos cuidadores

Ejemplo diligenciado y acuerdos

Participante	Adolescente de 15 años, hija de un trabajador de la planta (módulo 14 a 17 años).
Mano de confianza	1. Mamá · 2. Tía materna · 3. Orientadora del colegio · 4. Entrenadora de voleibol · 5. Línea 141 / 123.
Señal familiar	Enviar un corazón morado por mensaje: significa «necesito hablar hoy».
Acuerdo con cuidadores	La mamá revisa la señal cada noche; el papá pide permiso para la reunión del colegio del 30 de octubre.
Seguimiento	A los 30 días: la señal se usó una vez y funcionó; asiste de nuevo a voleibol. Estado: cerrado.

Acuerdos cuidadores (formato)

Familia:_____ **Trabajador(a):** _____**Fecha:** ___/___/____

Acuerdo	Responsable	Fecha	Cómo sabremos que se cumplió
Rutina semanal pegada en la nevera			
Señal familiar acordada y practicada			
Plan familiar de seguridad practicado			
Contacto con el colegio			
Apoyo de la empresa (permiso, ajuste de turno)			
Otro:			

Firma del cuidador: _____ Firma del facilitador: _____

Registro y evidencia

Formatos para diligenciar

Campo	Registro
Empresa/sede	
Fecha	
Producto	Módulo: ☐ 6–9 ☐ 10–13 ☐ 14–17 ☐ Cuidadores
Responsable (facilitador)	
Participantes (N.°)	Adjuntar lista de asistencia (sin datos sensibles de los menores)
Hallazgo 1	
Hallazgo 2	
Acción	
Responsable de la acción	
Fecha de compromiso	
Evidencia	
Estado	☐ Pendiente ☐ En curso ☐ Cerrado

Autorización del acudiente y asentimiento

Yo, _____, identificado(a) con C.C. _____, acudiente de _____ (edad: ___), autorizo su participación voluntaria en el módulo _____ y el tratamiento de sus datos solo para fines de registro del SG-SST, conforme a la Ley 1581 de 2012. ☐ Autorizo ☐ No autorizo fotografías.

Asentimiento del niño, niña o adolescente: «Me explicaron la actividad y quiero participar». ☐ Sí ☐ No Firma o dibujo: _____

Firma del acudiente: _____ Fecha: ___/___/_____

Evaluación de cuidadores (1 = muy bajo · 5 = muy alto)	1	2	3	4	5
Claridad					
Utilidad					
Aplicabilidad					
Confianza para actuar (pre ___ / post ___)					

Evaluación para niñas y niños: «¿Cómo te sentiste hoy?» Encierra una opción: ☺Bien ○ Regular ☹Mal «¿Qué fue lo que más te gustó?» _____

Cuándo pedir ayuda especializada

Señales de alerta y ruta de protección

Busque ayuda profesional si alguna de estas señales es muy intensa, dura más de un mes o afecta mucho la vida diaria del niño, niña o adolescente:

6 a 9 años	10 a 13 años	14 a 17 años
No logra separarse del cuidador ni para ir al colegio.	Rechazo persistente al colegio o caída fuerte en el rendimiento.	Aislamiento total, abandono del colegio o de sus amigos.
Pierde habilidades que ya tenía (habla, control de esfínteres).	Agresividad que pone en riesgo a otros.	Consumo de alcohol u otras sustancias.
Pesadillas todas las noches o terror intenso.	Quejas físicas frecuentes sin causa médica.	Habla de morir, de hacerse daño o de «desaparecer».

Activar la ruta de inmediato (ROJO)

- Riesgo para la vida o ideas de hacerse daño: no dejar solo al niño o adolescente y llamar al 123; orientación en la línea 106.
- Sospecha orevelaciónde maltrato, abusooviolencia: Línea 141 o01 8000 91 8080 del ICBF, Comisaría de Familia o Policía (123).
- Desaparición de un niño, niña o adolescente: denunciar de inmediato, sin esperar.

Todos los adultos tienen el deber de proteger y de informar a las autoridades cuando conocen una vulneración de derechos (Ley 1098 de 2006). El facilitador registra la remisión de forma confidencial, sin detalles del caso.



Colombia · normativa vigente a octubre de 2026

Marco legal

2006 Ley 1098 de 2006 · Código de la Infancia y la Adolescencia
Protección integral, interés superior y prevalencia de los derechos de niñas, niños y adolescentes; corresponsabilidad de familia, sociedad y Estado.

2013 Ley 1620 de 2013
Sistema Nacional de Convivencia Escolar y Ruta de Atención Integral para la convivencia en los colegios.

2012 Ley 1581 de 2012
Protección de datos. Los datos de menores requieren autorización del representante legal y respeto de su interés superior; los de salud son sensibles.

2023 Ley 2297 de 2023, art. 7
Flexibilidad horaria por acuerdo para trabajadores cuidadores de un familiar de primer grado con discapacidad.

2015 Decreto 1072 de 2015
SG-SST: planear, registrar, evaluar y mejorar. Art. 2.2.4.6.25: plan de prevención, preparación y respuesta ante emergencias.

2022 Resoluciones 2646 de 2008 y 2764 de 2022
Riesgo psicosocial: incluye factores extralaborales como la situación familiar; batería y guía técnica de intervención.

2021 Ley 2089 de 2021
Prohíbe el castigo físico y los tratos crueles, humillantes o degradantes contra niñas, niños y adolescentes, también en el hogar.

2025 Ley 1616 de 2013 ·mod. Ley 2460 de 2025
Salud mental, con enfoque de curso de vida; promoción y prevención también en entornos educativos y laborales.

2017 Ley 1857 de 2017
Protección integral a la familia: jornada semestral para que los trabajadores compartan con su familia.

2006 Ley 1090 de 2006
Ejercicio de la Psicología: competencia, secreto profesional y consentimiento de los representantes de menores de edad.

2019 Resolución 0312 de 2019
Estándares mínimos del SG-SST: actividades documentadas y con evidencia.

2012 Ley 1523 de 2012
Política Nacional de Gestión del Riesgo de Desastres: respuesta y recuperación, con atención a la población más vulnerable.

Así cumple esta cartilla

✔ Interés superior del niño y participación voluntaria con autorización y asentimiento. ✔ Reglas de protección para facilitadores.
✔ Crianza sin castigo físico. ✔ Datos de menores protegidos. ✔ Remisión oportuna e indicadores de mejora.

Verifique actualizaciones en SUIN-Juriscol, ICBF, Ministerio del Trabajo y Ministerio de Salud antes de cada aplicación.
Esta cartilla no constituye asesoría jurídica.

Nadie tiene que hacerlo solo

Rutas de ayuda y cierre

123
Emergencias y Policía. Riesgo inminente.

141
ICBF · también 01 8000 91 8080 (gratuita, 24 h).

106
Línea de salud mental. Gratuita, confidencial, 24/7.

192 op. 4
Orientación en salud mental · Minsalud.

Comisaría de Familia: [_____] · Orientación escolar del colegio · EPS · Caja de Compensación: [_____] · ARL y responsable de SST: [_____].

Indicadores

- % Participantes que completan la herramienta
- % Formatos y autorizaciones correctamente diligenciados
- % Acuerdos cuidadores con responsable y fecha
- % Acciones cerradas en el plazo acordado
- Δ Cambio pre/post en confianza para actuar de los cuidadores

Entregables obligatorios

- ☐ Mapa de adultos de confianza
- ☐ Tarjetas de emociones
- ☐ Guiones de conversación
- ☐ Audios / lecturas guiadas
- ☐ Maleta de actividades
- ☐ Acuerdos cuidadores



Criterio de cierre

El producto se cierracuando los **6 entregables están completos**, los acuerdos cuidadores tienen seguimiento a 30 días con evidencia y existe **registro de revisión** firmado por el responsable del SG-SST. Evidencias: asistencia, autorizaciones, formatos, evaluación y seguimiento; fotografías solo con autorizacióndel acudiente.

Revisó: _____ **Fecha:** ___/___/_____

POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva



Para **Líderes** que **Transforman el Futuro**

Positiva pone a disposición de las empresas un **ecosistema de conocimiento, innovación y cultura preventiva** para fortalecer a sus líderes, equipos y organizaciones.

Mentorías
Personalizadas en Alta Dirección

+19.000
Recursos educativos de desempeño organizacional

+50 Convenios
Interinstitucionales con Instituciones de Educación Superior

+500
Talleres Virtuales

Certificación
Internacional en Cultura Preventiva en SST

+200 Cursos
Virtuales para la vida y especializados en SST

+1000
Recursos de Educación Auditiva

+50
Eventos de Educación Ejecutiva

+5000
Insignias Digitales / Blockchain

+2000
Campañas en Seguridad y Salud en el Trabajo

+2000
Eventos Presenciales

+10
Simuladores en Educación Inmersiva

2 HUB'S
De Innovación en Educación y Cultura Preventiva

+250
Recursos Gamificados en SST

Prevención que se convierte en una ventaja para su organización.

Potencie el liderazgo de su organización y convierta el conocimiento en una **ventaja competitiva**

¡CONÓCENOS!

Agende su cita hoy por nuestro canal de WhatsApp:
323 227 4132

Más información:
https://posipedia.com.co/

Positiva Prevención

GRUPO BICENTENARIO

POSITIVA COMPAÑÍA DE SEGUROS | suma 5.0 | educa comunica y cultura preventiva



Créditos: Construcción técnica conjunta de Positiva Compañía de Seguros S.A. y CROMA MEDICAL IPS S.A.S

VIGILADO SUPERINTENDENCIA FINANCIERA DE COLOMBIA