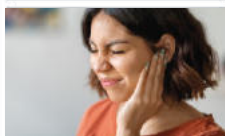
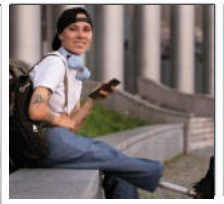
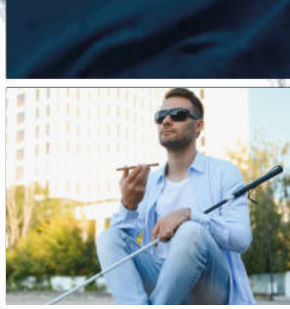
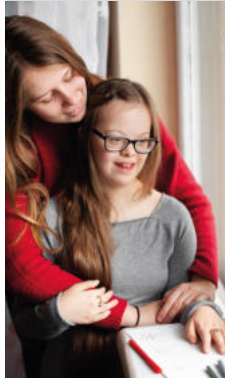


1^o Versión



Guía

Intersectorial con

Enfoque Diferencial

¡Saludos a toda nuestra comunidad afiliada!

Nos complace darles la bienvenida a la Guía Intersectorial con Enfoque Diferencial. Esta guía ha sido creada y diseñada reconociendo y valorando la diversidad de identidades, trayectorias, contextos y experiencias que conforman nuestra comunidad.

Aquí encontrarán información útil sobre derechos y sobre cómo acceder a ellos de manera efectiva, segura y equitativa.

















Este recurso interactivo ofrece herramientas claras y accesibles para que todas las personas –sin distinción de género, edad, orientación sexual, identidad étnica, condición de discapacidad, situación socioeconómica o cualquier otra condición– puedan conocer y ejercer sus derechos, así como acceder a los servicios sociales disponibles en el Distrito Capital.

Les invitamos a recorrer esta guía, hacerla suya y utilizarla como una vía para fortalecer su autonomía, conocimiento y participación en la garantía de sus derechos.

¡Bienvenidos a este espacio pensado para ustedes, donde su voz, dignidad y bienestar son nuestra prioridad!



Índice

	 1 Conceptos básicos	4
	 2 Derechos de las poblaciones especiales y a las que aplica el enfoque diferencial	10
	 3 Metodología SISBEN IV	19
	 4 Directorio interactivo de servicios sociales y de salud	22
	4.1 Enfoque curso de vida	23
	4.1.1 Primera infancia	24
	4.1.2 Infancia	24
	4.1.3 Adolescencia	25
	4.1.4 Familias	26
	4.1.5 Curso de vida juventud	36
	4.1.6 Curso de vida adultez	45
	4.1.7 Curso de vida vejez	59
	 5 Condición o situación	68
	 6 Identidad y diversidad	106
	 7 Canales de atención al afiliado	124
	 8 Directorio de entidades	126

1 Conceptos básicos

- **¿Qué es el enfoque diferencial de Derechos?**

El enfoque diferencial reconoce que hay poblaciones con características particulares debido a su edad, género, etnia, discapacidad o de víctimas de la violencia, entre otras situaciones que las ubican en una situación de desventaja y mayor vulnerabilidad para el ejercicio del derecho a la salud, por lo cual es preciso generar garantías especiales y esfuerzos encaminados a la eliminación de estas. Implica desarrollar un proceso de adaptación o adecuación de las estructuras de servicios disponibles a las características de la población y de los territorios, como factor crítico de éxito en el desempeño del sistema de salud para el cierre de brechas en los resultados en salud. Resolución 2626 de 2019. Artículo 5.4.

Referencia: Ministerio de Salud y Protección Social, 27 de septiembre del 2019, Resolución 2626 de 2019, Artículo 5.4, <https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=169057>



¿Qué es el Enfoque de Género?

El enfoque de género según la Secretaría Distrital de la Mujer se define como un conjunto de ideas que permite entender las diferencias y vínculos sociales contruidos entre mujeres y hombres, los cuales, en muchos casos, reflejan relaciones desiguales de poder que evidencian la subordinación de las mujeres frente a los hombres. Este tipo de relaciones genera desigualdades y actos de discriminación hacia las mujeres, limitando su capacidad para ejercer plenamente sus derechos y acceder en condiciones de equidad a recursos, decisiones, oportunidades y beneficios en los ámbitos social, económico, cultural y político.

Referencia: Secretaría Distrital de la Mujer, 09 de junio del 2019, Glosario, <https://antiguo.sdmujer.gov.co/content/glosario>

¿Qué es discapacidad?



La discapacidad se refiere a una situación en la que una persona puede experimentar limitaciones físicas, sensoriales, intelectuales o psicosociales que pueden afectar su participación en actividades diarias, la interacción con el entorno y la sociedad en general. Es importante tener en cuenta que la discapacidad no define a la persona, sino que es una parte de la diversidad humana y puede manifestarse de maneras diversas y en diferentes grados en cada individuo.

Las personas con Discapacidad tienen habilidades, talentos y capacidades únicas, y a menudo pueden contribuir de manera significativa a la sociedad cuando se les brinda acceso a oportunidades y se eliminan las barreras que les impiden participar plenamente en la vida cotidiana. Es fundamental promover la inclusión, el respeto y la igualdad de oportunidades para todas las personas, independientemente de si tienen o no alguna forma de diversidad funcional.



¿Qué es la

I N C L U S I O N ?



La inclusión es la acción de asegurar que todas las personas, sin importar sus diferencias, sean aceptadas, respetadas y tengan acceso equitativo a oportunidades y recursos en la sociedad. Es crear un entorno donde todos se sientan valorados y tengan la posibilidad de participar plenamente sin enfrentar discriminación o barreras.

¿Qué son barreras?

Las barreras presentadas por las personas a las cuales aplica una atención integral con enfoque diferencial son obstáculos o limitaciones que dificultan su plena participación en la sociedad y el acceso a oportunidades. Estas barreras pueden ser de diferentes tipos y pueden variar según las características específicas de cada individuo. Algunos tipos de barreras incluyen:



Barreras físicas:

Obstáculos arquitectónicos o de acceso que dificultan la movilidad, como la falta de rampas, ascensores, baños accesibles, aceras sin adecuaciones, entre otros.



Barreras sensoriales:

Ausencia de adaptaciones para personas con discapacidad visual o auditiva, como falta de información en braille, señalización táctil, subtítulos en vídeos, entre otros.



Barreras en la comunicación:

Falta de apoyos o adaptaciones para la comunicación, como intérpretes de lenguaje de señas, materiales en formatos accesibles o dispositivos de comunicación alternativa.

Estas barreras pueden limitar el pleno ejercicio de derechos y oportunidades para las personas a las cuales aplica una atención con enfoque diferencial, y la eliminación de barreras es fundamental para garantizar la inclusión y la igualdad de oportunidades en todos los ámbitos de la vida.



Barreras en el acceso a la información:

Información que no está disponible en formatos accesibles, como textos no adaptados para lectores de pantalla, información únicamente en formato impreso, entre otros.



Barreras en la educación:

Falta de programas educativos inclusivos, recursos o apoyos para adaptar la enseñanza a las necesidades individuales de las personas con enfoque diferencial.



Barreras en el empleo:

Discriminación en el acceso al empleo, falta de adaptaciones en el entorno laboral o desconocimiento sobre las habilidades y capacidades de las personas con diversidad funcional.

¿Quiénes son las Poblaciones Especiales?

Son las personas que, por sus condiciones de vulnerabilidad, marginalidad, discriminación o en situación de debilidad manifiesta y según lo dispuesto por la ley deben pertenecer al régimen subsidiado. Así mismo, el Decreto 780 de 2016 indica que para ser beneficiarios del régimen subsidiado estas poblaciones se identifican mediante el Listado Censal y no por la encuesta SISBÉN. El listado censal es elaborado por la entidad competente responsable de cada población.

¿Qué es un listado censal?

Los listados censales son el instrumento a través del cual se focaliza e identifica a la población especial, entendida esta en los términos del numeral 13 del artículo 2. 1. 1.3 del Decreto 616 de 2022.



Referencia: Secretaría Distrital de Salud, s.f, Poblaciones Especiales, <https://www.saludcapital.gov.co/DASEG/Paginas/Atencionpoblacionesespeciales.aspx>

Derechos de las poblaciones especiales y a las que aplica el enfoque diferencial:

- A continuación, se mencionan algunos principios claves para la atención integral de las poblaciones especiales:

No discriminación: Todos los individuos, independientemente de su condición, tienen derecho a ser respetados y no discriminados, garantizando un trato respetuoso y cordial.

Igualdad de acceso: Se deben eliminar las barreras que impiden a las poblaciones vulnerables acceder a servicios básicos como: educación, salud, empleo y justicia.

Enfoque diferencial: Se requiere un enfoque diferencial que tenga en cuenta las necesidades y particularidades específicas de cada grupo poblacional vulnerable para garantizar una protección y atención integral.

Participación: Las poblaciones vulnerables tienen voz y deben ser incluidas en los procesos relacionados con la toma de decisiones que les afectan.

Justicia social: Se busca crear sociedades más justas y equitativas donde todas las personas puedan ejercer sus derechos plenamente.





Relacionado con lo anterior, describimos algunas poblaciones especiales y sus derechos.

- **Niños, niñas y adolescentes:** Derecho a la protección contra la explotación, el abuso y la violencia, derecho a la educación, salud y desarrollo integral.
- **Personas con discapacidad:** Derecho a la inclusión en la sociedad, acceso a la educación, empleo, servicios de salud, y a vivir de forma independiente.
- **Comunidades étnicas:** Derecho a la preservación de su cultura, territorio, conocimientos tradicionales, y a participar en la toma de decisiones que les conciernen.
- **Mujeres:** Derecho a vivir libres de violencia, a la igualdad de oportunidades en el ámbito laboral, a la salud sexual, reproductiva, y a la participación política.
- **Personas mayores:** Derecho a la protección contra el maltrato y la discriminación, acceso a servicios de salud, asistencia social, y a una vida digna.
- **Personas migrantes y refugiadas:** Derecho a la protección internacional, acceso a servicios básicos, y a no ser discriminadas por su condición migratoria.

A continuación, mencionamos algunas de las políticas más relevantes que fortalecen y estructuran la garantía de derechos de las poblaciones especiales y a las cuales aplica una atención integral con enfoque diferencial.

La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD) es un tratado internacional de las Naciones Unidas que protege los derechos y la dignidad de las personas con discapacidad. Los países que son parte de esta Convención tienen la responsabilidad de promover, proteger y asegurar que las personas con discapacidad disfruten plenamente de sus derechos humanos, garantizando su igualdad ante la Ley. La Convención es supervisada por el Comité de Expertos de la ONU sobre Derechos de las Personas con Discapacidad.

Colombia ratificó los derechos de las personas con discapacidad y hace parte de la Convención, por tal motivo tiene la obligación de garantizar las políticas que hagan cumplir el articulado.



Puedes ampliar más información en el siguiente enlace:
<https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>

Adicionalmente, en el siguiente apartado encontrarás un conjunto de normas y leyes relacionadas a las poblaciones especiales y aquellas a las que aplica el enfoque diferencial.

Normatividad

Constitución Política de Colombia 1991

Descripción

Artículo 1. Colombia es un Estado social de derecho, organizado en forma de República unitaria, descentralizada, con autonomía de sus entidades territoriales, democrática, participativa y pluralista, fundada en el respeto de la dignidad humana, en el trabajo y la solidaridad de las personas que la integran y en la prevalencia del interés general.

Artículo 7. El Estado reconoce y protege la diversidad étnica y cultural de la Nación colombiana.

Artículo 13. Todas las personas nacen libres e iguales ante la ley, recibirán la misma protección y trato de las autoridades y gozarán de los mismos derechos, libertades y oportunidades sin ninguna discriminación por razones de sexo, raza, origen nacional o familiar, lengua, religión, opinión política o filosófica.

Artículo 43. La mujer y el hombre tienen iguales derechos y oportunidades. La mujer no podrá ser sometida a ninguna clase de discriminación. Durante el embarazo y después del parto gozará de especial asistencia y protección del Estado, y recibirá de este subsidio alimentario si entonces estuviere desempleada o desamparada.

Artículo 44. Son derechos fundamentales de los niños (y las niñas): la vida, la integridad física, la salud y la seguridad social, la alimentación equilibrada, su nombre y nacionalidad, tener una familia y no ser separados de ella, el cuidado y amor, la educación y la cultura, la recreación y la libre expresión de su opinión. Serán protegidos contra toda forma de abandono, violencia física o moral, secuestro, venta, abuso sexual, explotación laboral o económica y trabajos riesgosos.

Artículo 45. El adolescente tiene derecho a la protección y a la formación integral.

Artículo 46. El Estado, la sociedad y la familia concurrirán para la protección y la asistencia de las personas de la tercera edad y promoverán su integración a la vida activa y comunitaria. El Estado les garantizará los servicios de la seguridad social integral y el subsidio alimentario en caso de indigencia.

Artículo 47. El Estado adelantará una política de previsión, rehabilitación e integración social para los disminuidos físicos, sensoriales y psíquicos, a quienes se prestará la atención especializada que requieran.

Normatividad

Ley 387 de 1997

Descripción

Por la cual se adoptan medidas para la prevención del desplazamiento forzado; la atención, protección, consolidación y estabilización socioeconómica de los desplazados internos por la violencia en la República de Colombia.

Normatividad

Ley 691 de 2001

Descripción

Esta norma da la posibilidad que las organizaciones indígenas con personería jurídica puedan establecer administradores del Régimen Subsidiado de carácter indígena.

Normatividad

Ley 1098 de 2006

Descripción

Código de infancia y adolescencia, artículo 139. Sistema de responsabilidad penal para adolescentes.

Normatividad

Ley 1448 de 2011

Descripción

Por la cual se dictan medidas de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno y se dictan otras disposiciones.

Normatividad

Ley 1438 de 2011

Descripción

Artículo 29. Administración del Régimen Subsidiado. Los entes territoriales administrarán el Régimen Subsidiado mediante el seguimiento y control del aseguramiento de los afiliados dentro de su jurisdicción, garantizando el acceso oportuno y de calidad al Plan de Beneficios.

Artículo 32. Universalización del aseguramiento. Todos los residentes en el país deberán ser afiliados del Sistema General de Seguridad Social en Salud. El Gobierno Nacional desarrollará mecanismos para garantizar la afiliación.

Normatividad

Ley 1618 de 2013

Descripción

Tiene como objeto garantizar y asegurar el ejercicio efectivo de los derechos de las personas con discapacidad, mediante la adopción de medidas de inclusión, acción afirmativa y de ajustes razonables y eliminando toda forma de discriminación por razón de discapacidad.

Normatividad

Ley 1346 de 2009

Descripción

Por medio de la cual se aprueba la "Convención sobre los Derechos de las personas con Discapacidad", adoptada por la Asamblea General de la Naciones Unidas el 13 de diciembre de 2006.

Normatividad

Ley 1709 de 2014

Descripción

Por medio de la cual se reglamenta que toda persona es libre, nadie puede ser sometido a prisión o arresto, ni detenido sino en virtud de mandamiento escrito de autoridad judicial competente, con las formalidades legales y por motivo Por medio de la cual se reglamenta que toda persona es libre, nadie puede ser sometido a prisión o arresto, ni detenido sino en virtud de mandamiento escrito de autoridad judicial competente, con las formalidades legales y por motivo previamente definido en la ley. Nadie podrá ser sometido a pena, medida de seguridad, ni a un régimen de ejecución que no esté previsto en la ley vigente.

Normatividad

Ley Estatutaria de Salud 1751 de 2015

Descripción

Por medio de la cual se regula el derecho fundamental a la salud y se dictan otras disposiciones.

Normatividad

Ley 2244 de 2022

Descripción

Se garantiza y reconoce el derecho de la mujer durante el embarazo, trabajo de parto, parto, posparto, duelo gestacional y perinatal con libertad, autonomía, consciencia y respeto. De modo que, establece ciertas obligaciones para el Estado, y los actores del sistema de salud

Normatividad

Ley 2297 de 2023

Descripción

A través de la cual se establece la garantía de los derechos, el cuidado y bienestar de las personas con discapacidad y de quienes las cuidan, bajo un enfoque de derechos humanos y biopsicosocial.

Normatividad

Ley 2421 de 2024

Descripción

La presente Ley tiene por objeto modificar la **Ley 1448 de 2011** y dictar unas disposiciones sobre reparación integral, atención y asistencia a las víctimas del conflicto armado interno, para reafirmar los derechos de las víctimas desde un enfoque de exigibilidad como derechos humanos, en procura de garantizar sus condiciones dignas y humanas.

Normatividad

Ley 1751 de 2015

Descripción

Artículo 5. Obligaciones del Estado. El Estado es responsable de respetar, proteger y garantizar el goce efectivo del derecho fundamental a la salud; para ello deberá:

b) Formular y adoptar políticas de salud dirigidas a garantizar el goce efectivo del derecho en igualdad de trato y oportunidades para toda la población, asegurando para ello la coordinación armónica de las acciones de todos los agentes del Sistema;

Artículo 10. Derechos y deberes de las personas, relacionados con la prestación del servicio de salud. Las personas tienen los siguientes derechos relacionados con la prestación del servicio de salud.

Normatividad

Decreto 1141 de 2009

Descripción

El presente decreto tiene por objeto reglamentar la afiliación al Sistema General de Seguridad Social en Salud-SGSSS, de la población reclusa a cargo del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario, INPEC, que se encuentra en establecimientos de reclusión, en prisión y detención domiciliaria o bajo un sistema de vigilancia electrónica, y de la población reclusa, a cargo de las entidades territoriales en establecimientos de reclusión del orden departamental, distrital y municipal.

Normatividad

Decreto 2957 de 2010

Descripción

Establece un marco normativo para la protección integral del pueblo Rrom.

Normatividad

Decreto - Ley 4633 de 2011

Descripción

Se dictan medidas de asistencia, atención, reparación integral y restitución de derechos territoriales a las víctimas pertenecientes a los pueblos y comunidades indígenas.

Normatividad

Decreto - Ley 4635 de 2011

Descripción

Se dictan medidas de asistencia, atención, reparación integral y restitución de derechos territoriales a las víctimas pertenecientes a comunidades negras, afrocolombianas, raizales y palenqueras.

Normatividad

Decreto 780 de 2016

Descripción

Por medio del cual se expide el Decreto Único Reglamentario del Sector Salud y Protección Social.

Normatividad

Decreto 1346 de 2020

Descripción

Tiene como objetivo reconocer y garantizar los derechos de los miembros de la Fuerza Pública que hayan prestado servicio activo y de los familiares de los héroes caídos, promoviendo su bienestar integral.

Normatividad

Decreto 616 de 2022

Descripción

Por el cual se modifican los artículos 2.1.1.3, 2.1.3.11, 2.1.7.7, 2.1.7.8 y se sustituye el Título 5 de la Parte 1 del Libro 2 del Decreto 780 de 2016, en el sentido de incorporar la contribución solidaria como mecanismo de afiliación al Régimen Subsidiado del Sistema General de Seguridad Social en Salud y se dictan otras disposiciones. Por el cual se modifican los artículos 2.1.1.3, 2.1.3.11, 2.1.7.7, 2.1.7.8 y se sustituye el Título 5 de la Parte 1 del Libro 2 del Decreto 780 de 2016, en el sentido de incorporar la contribución solidaria como mecanismo de afiliación al Régimen Subsidiado del Sistema General de Seguridad Social en Salud y se dictan otras disposiciones.

Normatividad

Decreto 1652 de 2022

Descripción

Por el cual se adiciona el Título 4 a la parte 10 del Libro 2 del Decreto 780 de 2016 relativo a la determinación del régimen aplicable para el cobro de pagos compartidos o copagos y cuotas moderadoras a los afiliados al Sistema General de Seguridad Social en Salud.

Normatividad

Resolución 5159 de 2015

Descripción

Por medio de la cual se adopta el Modelo de Atención en Salud para la población privada de la libertad bajo la custodia y vigilancia del Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario - INPEC.

Normatividad

Resolución 3280 de 2018

Descripción

Adopta los lineamientos técnicos y operativos de la Ruta Integral de Atención para la Promoción y Mantenimiento de la Salud y de la Ruta Integral de Atención en Salud para la Población Materno Perinatal y las directrices para su operación.

Normatividad

Resolución 276 de 2019

Descripción

Por la cual se modifica la Resolución 3280 de 2018.

Normatividad

Resolución 1838 de 2019

Descripción

Por la cual se establecen los responsables de la generación, consolidación y reporte de los listados censales de las poblaciones especiales, se determinan los términos, estructura de datos, flujo y validación de la información y se dictan otras disposiciones.

Normatividad

Resolución 2626 de 2019

Descripción

Por la cual se Modifica la Política de Atención Integral en Salud - PAIS y adopta el Modelo de acción Integral Territorial – MAITE.

Normatividad

Resolución 1147 de 2020

Descripción

Por la cual se modifica los artículos 9 y 10 de la Resolución 2626 de 2019 en relación con la ampliación de unos plazos.

Normatividad

Resolución 497 de 2021

Descripción

Por la cual se reglamentan los criterios y estándares para el cumplimiento de las condiciones de autorización, habilitación y permanencia de los actores responsables de operar el aseguramiento en salud.

Normatividad

Resolución 1035 de 2022

Descripción

Por el cual se adopta el Plan Decenal de Salud Pública 2022-2031 con sus capítulos diferenciales: indígena para los pueblos y comunidades indígenas de Colombia, población víctima de conflicto armado, el Pueblo Rrom y la población negra, afrocolombiana, raizal y palenquera.

Normatividad

Resolución 2138 de 2023

Descripción

Se adoptan los lineamientos de transversalización del enfoque de género en el sector salud para el cierre de brechas por razón de sexo, identidades de género, género y orientación sexual*.

Normatividad

Resolución 1964 de 2024

Descripción

Por la cual se adoptan los lineamientos para la implementación del enfoque diferencial en salud para la atención integral a mujeres, Negras, Afrocolombianas, Raizales y Palenqueras.

Normatividad

Resolución 309 de 2025

Descripción

Por la cual se imparten lineamientos para garantizar el derecho a la información, participación en la toma de decisiones en salud y el ejercicio de la autonomía progresiva y contextual de niños, niñas y adolescentes, a través del asentimiento y el proceso de consentimiento informado.

Normatividad

Circular 011 de 2018

Descripción

Directrices para avanzar en la construcción e implementación del Sistema Indígena de Salud Propia e Intercultural SISPI a nivel territorial, en diálogo con el SGSSS.

Normatividad

Plan Nacional de desarrollo 2018–2022

Descripción

En su pacto no. 12 denominado “Pacto por la equidad de oportunidades para grupos indígenas, negros, afros, raizales palenqueros y Rrom”, estipula la optimización de los instrumentos y mecanismos de caracterización y focalización de población étnica.

Normatividad

Plan Nacional de Desarrollo (PND) 2022–2026

Descripción

Incorpora un enfoque diferencial como principio transversal para garantizar la inclusión y equidad en el desarrollo del país. Este enfoque busca reconocer y atender las diversas realidades y necesidades de grupos históricamente excluidos o vulnerables, asegurando que todos los ciudadanos tengan acceso a oportunidades y servicios adecuados a sus contextos específicos.

3 ¿Qué es el Sisbén?

El Sisbén, abreviatura de Sistema de Identificación de Potenciales Beneficiarios de Programas Sociales, es una herramienta que categoriza a la población según sus condiciones de vida e ingresos. Esta clasificación se emplea para dirigir la inversión social hacia aquellos grupos que requieren mayores ayudas y asegurar que los recursos sean asignados a quienes más lo necesitan, priorizando la atención a las personas en situación de vulnerabilidad y con menores recursos económicos.

El Sisbén es útil para:

1

Clasificar rápidamente a posibles beneficiarios de programas sociales.

Crear diagnósticos precisos sobre la situación socioeconómica de la población.

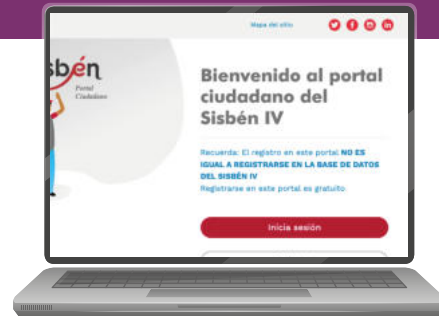
2

3

Fortalecer las instituciones mediante un sistema moderno de información social.

Es importante registrarse y actualizar la información en el Sisbén para acceder a programas sociales. La información recopilada determina la elegibilidad para programas como vivienda, salud y educación, basados en la clasificación obtenida tras la encuesta del Sisbén. Para actualizar datos, se puede acudir a la oficina local del Sisbén.

¿Dónde solicitar la encuesta del Sisbén?



Para que le sea aplicada la encuesta Sisbén es necesario que solicite la visita domiciliaria, la solicitud puede hacerla de manera virtual ingresando a la página de la Secretaría Distrital de Planeación www.sdp.gov.co en la pestaña Consultas - botón Sisbén - dar clic en: solicite aquí la encuesta por primera vez e ingresar a Registro Solicitud Nueva encuesta Sisbén Bogotá.



También pueden hacerlo ingresando al enlace:
<https://sisbensol.sdp.gov.co/>

Una vez allí puede registrar el trámite diligenciando los datos de identificación de los integrantes del hogar y la dirección de la vivienda. Al terminar el registro de la solicitud sale la constancia con los datos relacionados que confirma, el registro ha sido realizado. Para claridad del procedimiento a seguir se puede consultar el “Manual aplicativo de registro de solicitudes de encuesta Sisbén en línea - para Bogotá” ubicado en la parte superior derecha.

La solicitud de encuesta también puede ser presentada en los puntos de atención de la Red CADE, para ello es necesario portar los documentos de identidad de los integrantes del hogar, el último recibo de servicio público de energía o acueducto del lugar de residencia con la dirección actualizada, un número de teléfono de contacto y correo electrónico.

¿Cuál es la nueva clasificación del Sisbén y qué cambió?

Estos son los actuales niveles de clasificación estructurados por la entidad:

Grupo



- A** Población en pobreza extrema, desde A1 hasta A5.
- B** Población en pobreza moderada, desde B1 hasta B7.
- C** Población vulnerable, desde C1 hasta C18.
- D** Población no pobre, no vulnerable, desde D1 hasta D21.

A A1 - A5

comprende a hogares en situación de pobreza extrema. En este grupo los hogares estarán clasificados en 5 subgrupos, desde A1 hasta A5.

B B1 - B7

corresponde a hogares en condición de pobreza moderada. Este grupo tendrá 7 subgrupos desde el B1 hasta el B7.

C C1 - C18

corresponde a hogares en condición de vulnerabilidad. Este grupo tendrá 18 subgrupos desde el C1 hasta el C18.

D D1 - D21

corresponde a hogares que no están en situación de pobreza. Este grupo tendrá 21 subgrupos desde el D1 hasta el D21.

¿En cuánto tiempo me hacen la encuesta para obtener el resultado de clasificación?

El tiempo de respuesta para la aplicación de la encuesta Sisbén e información del resultado se establece de acuerdo con la fecha del registro de la solicitud, la fecha de aplicación de la encuesta y de envío al Departamento Nacional de Planeación para el proceso de validación de consistencia de la información de acuerdo con los controles de calidad de los datos y el resultado de cruces con fuentes externas y publicación del resultado de clasificación certificado en la página www.sisben.gov.co.

Puedes ampliar más información en el siguiente enlace:

<https://www.sdp.gov.co/gestion-estudios-estrategicos/sisben/metodologia-4>

4 Directorio interactivo de servicios sociales y en salud

Este directorio tiene como objetivo principal dar a conocer los servicios sociales y en salud disponibles para las poblaciones especiales y poblaciones a las cuales aplica el enfoque diferencial, para el acceso a servicios que permitan el mejoramiento en la calidad de vida de la población a través de procesos y acceso a servicios a través de articulación intersectorial y extra sectorial.

En este directorio encontrarás a donde acudir en los diferentes cursos de vida.

4.1

Enfoque Curso de vida

Es un enfoque que permite entender las vulnerabilidades y oportunidades de invertir durante etapas tempranas del desarrollo humano; reconoce que las experiencias se acumulan a lo largo de la vida, que las intervenciones en una generación repercutirán en las siguientes, y que el mayor beneficio de un grupo de edad puede derivarse de intervenciones previas en un grupo de edad anterior. Además, permite mejorar el uso de recursos escasos, facilitando la identificación de riesgos y brechas y la priorización de intervenciones claves.

Puede dividirse en diferentes etapas del desarrollo, aunque no deben tomarse en forma absoluta y recordar que existe diversidad individual y cultural. La siguiente clasificación es un ejemplo:



4.1.1 Primera infancia

La primera infancia inicia desde los 7 días hasta los 5 años, 11 meses y 29 días, se constituye en el momento del curso de vida con mayor posibilidad de potenciar el desarrollo cerebral a través de la interacción con el ambiente y su contexto, por lo tanto es de vital importancia reconocer las características físicas, biológicas, psicológicas y sociales a las que cotidianamente están expuestos los niños y las niñas en este momento vital, así como identificar situaciones que pueden incidir negativamente en la salud y en su desarrollo, y de esta manera hacer un abordaje diferencial en la atención.



4.1.2 Infancia

Los niños y niñas de 6 a 11 años, 11 meses y 29 días continúan siendo personas que requieren un acompañamiento muy cuidadoso en su salud, dadas las características del proceso de desarrollo y las vulnerabilidades asociadas al momento del curso de vida. Adicional a los elementos ya abordados desde la primera infancia en cuanto a valoración y promoción del desarrollo integral y multidimensional de los niños y niñas y la identificación temprana de alteraciones que puedan afectar su salud, la valoración integral se orienta a la identificación de factores y conductas de riesgo que puedan ser moduladas y corregidas antes de que se presenten afectaciones importantes, principalmente en torno a modos, condiciones y estilos de vida.



4.1.3 Adolescencia

La adolescencia abarca desde los 12 hasta los 17 años, 11 meses y 29 días. Es una etapa de profundas transformaciones físicas, psicológicas, emocionales y sociales, caracterizada por el inicio de la pubertad, la construcción de la identidad, el desarrollo de la autonomía y el fortalecimiento de los vínculos con pares. En esta fase del curso de vida, los y las adolescentes experimentan cambios acelerados que pueden generar tensiones internas y externas, y que requieren un acompañamiento integral, respetuoso y empático.

Desde la perspectiva del enfoque de curso de vida, es fundamental promover entornos protectores, fortalecer habilidades para la vida, garantizar el acceso a servicios de salud amigables y orientar de manera oportuna sobre salud sexual y reproductiva, prevención del consumo de sustancias psicoactivas, manejo de emociones, alimentación saludable y actividad física. Igualmente, es clave identificar factores de riesgo como violencia, discriminación, abandono escolar o explotación, que pueden dejar huellas duraderas en la trayectoria de vida.



4.1.4 Familias

Las familias se conciben entonces, como organizaciones sociales, construidas históricamente, constituidas por personas que se reconocen y son reconocidas en la diversidad de sus estructuras, arreglos, formas, relaciones, roles y subjetividades; las cuales están conformadas por grupos de dos o más personas de diferente o del mismo sexo, con hijos o sin ellos, unidas por una relación de parentesco por consanguinidad, afinidad, adopción o por afecto, en las que se establecen vínculos de apoyo emocional, económico, de cuidado o de afecto, que comparten domicilio, residencia o lugar de habitación de manera habitual ,y son sujetos colectivos de derecho.



Referencia: Ministerio de Salud y Protección Social, s.f, Lineamiento técnico operativo: Ruta Integral de Atención para la Promoción y Mantenimiento de la Salud, <https://www.esehospitallocaldemalambo.gov.co/wp-content/uploads/2019/01/Lineamiento-Ruta-promocion-de-la-salud.pdf>

Primera infancia, infancia, adolescencia y familias

Modalidad “Mi familia”

Objetivo: Programa de acompañamiento familiar psicosocial que busca fortalecer capacidades para reducir y mitigar los efectos de la violencia, abuso o negligencia en contra de niñas, niños y adolescentes.

¿Quiénes pueden acceder? Familias vinculadas en servicios de primera infancia, infancia, adolescencia y juventud, sistema de responsabilidad penal adolescentes y procesos administrativos de restablecimiento de derechos.

¿Cómo acceder al servicio? Se benefician familias vinculadas a los servicios del ICBF, que cumplan con los criterios de focalización. Para más información consulta el siguiente enlace: <https://icbf.gov.co/>

Puedes ampliar más información en el siguiente enlace:
https://www.icbf.gov.co/system/files/presentacion_mi_familia_micrositio_.pdf

Aldeas Infantiles SOS Colombia

Somos la organización internacional más grande de atención directa a niños y niñas, presente en 136 países y territorios. Llegamos a Colombia hace más de 50 años y desde entonces nuestro trabajo se ha centrado en ofrecer un modelo basado en la familia, para acoger a miles de niños, niñas, adolescentes y jóvenes que han sido separados de sus familias de origen. También acompañamos a las familias en riesgo social, para que desarrollen capacidades para proteger adecuadamente a sus hijos e hijas.



Objetivo: Espacios de escucha, acompañamiento y asesoría para el encuentro, aprendizaje, intercambio y la promoción del desarrollo de las familias.

¿Quiénes pueden acceder? Familias con personas en los cursos de vida de primera infancia, infancia, adolescencia, juventud y personas gestantes.

¿Cómo acceder al servicio? Para más información puedes comunicarte al número celular 318 3122551 o dirigirte a la Calle 72 # 64 48, Barrio: San Fernando.

Puedes ampliar más información en el siguiente enlace:
<https://www.aldeasinfantiles.org.co/>

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF)

Objetivo: Garantizar la protección integral de los derechos de la infancia y adolescencia.

Servicios ofertados: Atención a la niñez y la adolescencia en situación de riesgo o vulnerabilidad, programas de adopción, prevención de la violencia infantil, prevención de embarazo, entre otros.

Información general para acceder al servicio: Para más información puedes comunicarte con el ICBF a través de su línea nacional 018000918080 o línea gratuita 141, puedes visitar su sitio web oficial:

<https://www.icbf.gov.co/>



Secretaría Distrital de Integración Social de Bogotá

Objetivo: Promover la inclusión social y el bienestar de los niños, niñas, adolescentes y sus familias.

Servicios ofertados: Programas de atención a la primera infancia, prevención de la violencia, apoyo a la juventud, entre otros.

Información general para acceder al servicio: Visita el sitio web oficial de la Secretaría Distrital de Integración Social para más información.

https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/Portafolio_Familias.pdf



Defensoría del pueblo

Objetivo: Proteger los derechos de los niños, niñas y adolescentes en riesgo.

Servicios ofertados: Valoración de situaciones de riesgo, medidas de protección, seguimiento a casos de vulneración de derechos.

Información general para acceder al servicio: Para más información consulta la página web de la Defensoría del Pueblo.



<https://www.defensoria.gov.co/>

Comisarías de Familia

Objetivo: Servicio de acceso a la justicia dirigido a personas que estén en riesgo, sean o hayan sido víctimas de violencia en el contexto familiar.

¿Quiénes pueden acceder? Todas las personas que sean o hayan sido víctimas de violencias en el contexto familiar.

¿Cómo acceder al servicio? Línea telefónica “Una llamada de vida” al (601) 3808400



Para más información consultar el directorio de las comisarías de familia.
https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2025/Transparencia/Informacion-entidad/30012025-Directorio-Comisarias-2025.pdf

Comedores comunitarios

Objetivo: Es un espacio físico, social y comunitario donde se entrega una comida caliente en condiciones adecuadas e inocuas, acompañado de procesos de inclusión social, vigilancia del estado nutricional, promoción de hábitos y estilos de vida saludables, que buscan contribuir a la reducción del riesgo de inseguridad alimentaria.

¿Quiénes pueden acceder? Familias con niñas, niños, adolescentes, jóvenes, personas adultas y mayores, en condición de inseguridad alimentaria moderada o severa.

¿Cómo acceder al servicio? Acercarse a las Subdirecciones Locales de Integración Social, según su lugar de residencia, para más información consulta el siguiente enlace:

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/entidad/informacion-institucional/localidades-sdis>



Bonos Canjeables por Alimentos

Objetivo: Entrega de un bono a familias identificadas en situación de pobreza e inseguridad alimentaria, para que pueda ser canjeado por alimentos saludables en los puntos autorizados. Incluye procesos de vigilancia del estado nutricional y promoción en estilos de vida saludable.

¿Quiénes pueden acceder? Familias en situación de pobreza e inseguridad alimentaria. Se priorizan hogares con jefatura femenina, gestantes, lactantes y hogares víctimas de hechos violentos asociados con el conflicto armado.

¿Cómo acceder al servicio? Acercarse a las Subdirecciones Locales de Integración Social, según su lugar de residencia:

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/entidad/informacion-institucional/localidades-sdis>



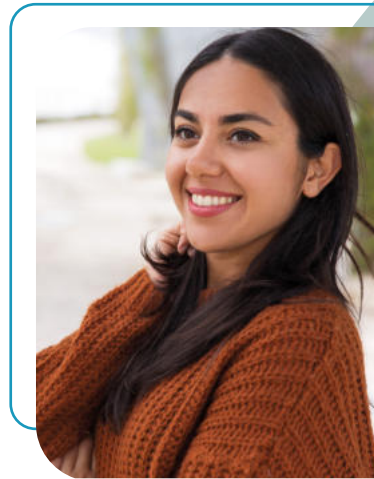
Manzanas del Cuidado

Objetivo: Las Manzanas del Cuidado son espacios de la ciudad en los que brindamos tiempo y servicios a las mujeres y a sus familias. Las cuidadoras tienen tiempo y servicios gratuitos para que puedan cumplir los sueños que pusieron en pausa por la sobrecarga en los trabajos de cuidado.

¿Quiénes pueden acceder? Todas las mujeres en sus diferencias y diversidades, y también sus familias.

¿Como acceder al servicio? Acercarse a las manzanas del cuidado más cercana, según su lugar de residencia, para más información consulta el siguiente enlace:

<https://manzanasdelcuidado.gov.co/donde-encontrarlas/>



Ruta violencia en el contexto familiar

Objetivo: Previene, protege, restablece, repara y garantiza los derechos de las personas que estén en riesgo, sean o hayan sido víctimas de violencia por razones de género en el contexto familiar y víctimas de otras violencias en el contexto familiar.

¿Quiénes pueden acceder? Cualquier persona que conozca un caso de presunta violencia en el contexto familiar, bien sea: la familia, el colegio, los servicios de salud, culto religioso, la comunidad, a través de autoridades y entes.



¿Cómo acceder al servicio? En la Comisaría de Familia, de manera presencial, si la situación se presentó en contexto familiar o en la línea 601 3808400 Una llamada de vida.

La fiscalía general de la Nación, a través de la línea 122 o en el sitio web **<https://www.fiscalia.gov.co/colombia/>** Sistema de denuncia virtual: ¡A Denunciar! - CAF (Centro de Atención de la Fiscalía) Calle 19 No. 27 – 09.

Reportar, informar u orientar a través de:

- En situación de maltrato contra un niño, niña o adolescente a través de la línea 141.
- Si la vida de cualquier persona está en peligro a través de la línea 123.
- Si necesitas que te escuchen a través de la línea 106.
- Si una mujer es víctima de violencias 018000112137.
- Si necesitas atención, asesoría psicosocial, orientación o acompañamiento - Línea Diversa (Subdirección para asuntos LGBTIQ+) 3108644214.
- Línea de escucha dirigida a los hombres -Línea Calma (Dirección de Cultura de la Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte) 018000423614.
- Si eres víctima o conoces un caso de trata a personas. Atención a Víctimas de Trata a Personas 3002505050 Secretaría Distrital de Gobierno.
- Si necesitas información y orientación o asesoría para la prevención, el consumo o riesgo de consumo de sustancias psicoactivas (SPA) Línea psicoactiva (Secretaría Distrital de Salud) 018000 112 439 WhatsApp: 301 276 11 97.

Primeros auxilios Psicológicos y Psiquiátricos

Los primeros auxilios psicológicos y psiquiátricos implican brindar apoyo inmediato y atención básica a personas que están experimentando una crisis emocional o mental. Aquí hay algunas pautas generales que podrían ser útiles en situaciones de emergencia:



Primeros Auxilios Psicológicos

- **Calma y empatía:** Mantén la calma y muestra empatía hacia la persona. Escucha activamente sin juzgar y muestra interés genuino por lo que están pasando.
- **Seguridad y confort:** Crea un entorno seguro y cómodo para la persona afectada. Ayúdalos a encontrar un lugar tranquilo y privado si es necesario.
- **Validez de sentimientos:** Valida los sentimientos de la persona. Hacerles saber que escuchas y validas lo que están experimentando puede ayudar a reducir la ansiedad.
- **Comunicación efectiva:** Habla de manera clara, tranquila y tranquilizadora. Usa un lenguaje sencillo y evita el uso de términos médicos o psicológicos complejos.
- **Ofrece apoyo práctico:** Si es apropiado, brinda apoyo práctico o ayuda a encontrar recursos adicionales, como líneas directas de apoyo, servicios de emergencia o profesionales de la salud mental.
- **Fomenta la autoayuda:** Anima a la persona a utilizar estrategias de autoayuda simples, como técnicas de respiración profunda, mindfulness o ejercicios de relajación.
- **Establece límites claros:** Si la situación se vuelve intensa o peligrosa, establece límites claros y busca ayuda profesional de inmediato.
- **Busca ayuda profesional:** En casos donde la vida de la persona en crisis o la tuya este en peligro, busca ayuda profesional de inmediato. Llama a servicios de emergencia o lleva a la persona a la sala de emergencias de un hospital si es necesario.

Primeros Auxilios Psicosociales (PAP) para Niños y Niñas

Guía práctica para familias, cuidadores y comunidad.

Los Primeros Auxilios Psicosociales son acciones sencillas y humanizadas que ayudan a los niños y niñas a sentirse seguros, calmados y acompañados cuando viven situaciones que les generan miedo, tristeza, estrés o confusión. Su propósito es brindar apoyo inmediato mientras se gestiona la ayuda profesional necesaria.



1. ¿Cómo acercarse al niño o niña?

- Acércate despacio y sin brusquedad.
- Ponte a su altura para hablarle.
- Usa una voz suave y dale palabras de seguridad:
- “Estoy aquí contigo”,
- “Ahora estás a salvo”.
- Permite que hable si quiere, pero no lo presiones.
- Respeta su espacio si no quiere contacto físico.

2. Estrategias sencillas para calmarlo

- Respiración tranquila
Enséñale una respiración corta y fácil: “Inhala como si olieras una flor... exhala como si soplaras una vela”. Hazlo junto al niño para que te imite.
- Técnica de la tortuga
“Vamos a escondernos como tortuguita: juntamos los brazos, cerramos los ojos 3 segundos... y salimos despacio”. Ayuda a disminuir tensión corporal.

- Objeto calmante

Dale algo suave para sostener (muñeco, pelota, paño). Esto genera sensación de control y seguridad.

3. Contención emocional

- Valida su emoción: “Es normal sentirte así”; “No hiciste nada malo”.
- No minimices lo que siente (“no llores”, “eso no es nada”).
- Recuérdale que no está solo.
- Dale opciones sencillas para recuperar control, por ejemplo: “¿Quieres sentarte aquí o allá?” “¿Quieres respirar o descansar un momento?”

4. Formas de expresión para ayudarlo a liberar tensión

- Dibujo libre: “¿Quieres dibujar cómo te sientes?”
- Juego simbólico: muñecos, plastilina o cuentos.
- Movimiento suave: caminar, estirarse o moverse despacio.
- Estas actividades ayudan a procesar lo ocurrido sin necesidad de hablar mucho.



5. Cierre y acompañamiento

- Cuando esté más tranquilo:
- Explícale de manera clara lo que pasará después.
- Evita exponerlo a conversaciones de adultos o a noticias sobre lo sucedido.
- Refuerza la seguridad: “Vamos a estar contigo y vamos a cuidarte”.
- Si persisten el miedo, cambios de comportamiento o dificultad para dormir, es importante buscar apoyo psicológico o comunicarse con las líneas de atención disponibles en la ciudad.

4.1.5 Curso de vida

juventud

La juventud comprende desde los 18 hasta los 28 años, es el momento de consolidación de la autonomía intelectual, física, moral, económica, social y cultural, lo que se evidencia en actitudes de seguridad, poder y dominio. Los jóvenes se enferman con menos facilidad y menor frecuencia que los niños, y si sucede, en general, lo superan rápidamente. Identificar tempranamente la exposición a factores de riesgo con el fin de prevenirlos o derivarlos para su manejo oportuno se constituye en el centro de atención de la valoración integral en este momento de vida, así como el fortalecimiento de estilos de vida saludables y prácticas de cuidado protectoras de la salud como elemento protector para toda la vida.



Referencia: Ministerio de Salud y Protección Social, s.f, Lineamiento técnico operativo: Ruta Integral de Atención para la Promoción y Mantenimiento de la Salud, <https://www.esehospitallocaldemalambo.gov.co/wp-content/uploads/2019/01/Lineamiento-Ruta-promocion-de-la-salud.pdf>



Secretaría Distrital de Integración Social de Bogotá

Objetivo: Promover el bienestar y la participación activa de los jóvenes en la sociedad.

Servicios ofertados: Programas y actividades para el desarrollo integral de los jóvenes, apoyo a la educación, capacitación laboral, prevención de la violencia juvenil, entre otros.

Información general para acceder al servicio: Visita el sitio web oficial de la Secretaría Distrital de Integración Social para obtener información actualizada sobre los programas y servicios disponibles:



https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/Portafolio_Familias.pdf

Instituto para la Economía Social (IPES)

Objetivo: Apoyar el desarrollo de proyectos empresariales y emprendimientos juveniles.

Servicios ofertados: Capacitación, asesoría empresarial, acceso a financiamiento, espacios de trabajo compartido, entre otros.

Información general para acceder al servicio: Para conocer los programas y servicios disponibles para jóvenes emprendedores, visita el sitio web oficial del IPES:



<https://bogota.gov.co/servicios/entidad/instituto-para-la-economia-social-ipes>

Secretaría de Educación del Distrito Capital

Objetivo: Promover la calidad de la educación y el acceso a oportunidades educativas.

Servicios ofertados: Programas de becas, apoyo a la formación académica, orientación vocacional, entre otros.

Información general para acceder al servicio: Consulta el sitio web de la Secretaría de Educación de Bogotá para obtener más información sobre programas y servicios educativos: <https://www.educacionbogota.edu.co/>

Alcaldía de Bogotá. Portal de oportunidades, para más información consulta el siguiente enlace:

<https://bogota.gov.co/servicios/oportunidades-y-apoyos>



Alcaldía Mayor de Bogotá - Portal de la Juventud

Objetivo: Brindar información y recursos para la juventud de Bogotá.

Servicios ofertados: Información sobre programas, actividades culturales, deportivas y de participación ciudadana para jóvenes.

Información general para acceder al servicio: Para obtener más información visita el portal de la juventud de Bogotá en el sitio web de la Alcaldía Mayor:

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/juventud>



Líneas de escucha, atención y apoyo a personas con consumo de sustancias psicoactivas (SPA)

Objetivo: Proporcionar escucha, orientación ética y responsable sobre situaciones que hacen parte de la cotidianidad en las familias.

¿Quiénes pueden acceder? Familias y ciudadanía en general.

¿Cómo acceder al servicio? Línea 106 (profesionales de la salud mental) o al chat de WhatsApp al número 3007548933 (lunes a domingo 7:30 a.m. a 10:30 p.m.)

Línea psicoactiva distrital de información y orientación 01 8000 112 439 o 3012761197.

Puedes ampliar más información en el siguiente enlace:

<https://www.colpsic.org.co/wp-content/uploads/2021/08/Directorio-salud-mental-Colombia.pdf>



Línea calma para hombres

Objetivo: Atención telefónica para hombres que necesiten ayuda para resolver situaciones de conflicto emocional, familiar, de pareja y prevenir la violencia en el contexto familiar y otras violencias.

¿Quiénes pueden acceder? hombres mayores de 18 años de edad.

¿Cómo acceder al servicio? Llama al 018000423614 o visita el siguiente enlace para más información:

<https://culturaciudadana.gov.co/acciones/genero-y-diversidad/linea-calma>



Casas de juventud

Objetivo: Acompañamiento psicosocial y orientación jurídica en procesos como objeción de conciencia y trámite de libreta militar, bajo un modelo de escucha activa y bienestar emocional.

¿Quiénes pueden acceder? Jóvenes entre los 14 y 28 años que residan en la ciudad de Bogotá.

¿Cómo acceder al servicio? Para obtener más información visita el portal distrito joven:



<https://www.distritojoven.gov.co/preguntas-rutas-de-atencion-distrital> y <https://www.distritojoven.gov.co/>

Servicios casas de juventud:

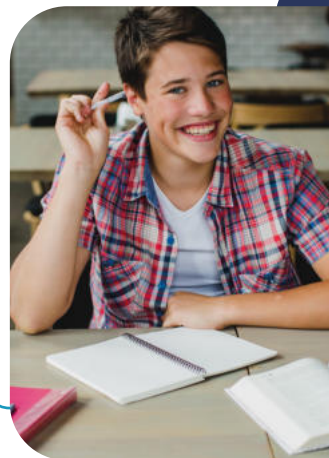
<https://bogota.gov.co/mi-ciudad/cultura-recreacion-y-deporte/conoce-las-casas-de-juventud-del-distrito>

Puedes ampliar más información en el siguiente enlace:

https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/juventud/1058-General-Digital.pdf

Todos a la U

Objetivo: Busca fomentar trayectorias educativas pertinentes que contribuyan a la reducción de brechas del talento humano y así generar oportunidades para mejorar la seguridad económica y social de las familias en la ciudad, a través de programas de formación de ciclos cortos en habilidades del siglo XXI y competencias con mayor demanda en los sectores productivos de la ciudad.



¿Quiénes pueden acceder? Familias y ciudadanía interesada en formación para el trabajo.

¿Cómo acceder al servicio? Para más información ingresa a los enlaces de inscripción de la secretaria Distrital de Desarrollo Económico (SDDE).

www.agenciaatenea.gov.co y

www.bogotatrabaja.gov.co

Ten en cuenta los siguientes requisitos:

- Ser bachiller egresado(a) de un colegio público o privado
- Mayor de edad (18 años) al momento de realiza el proceso de inscripción
- Residir en la ciudad de Bogotá
- Inscribirse a la convocatoria del Programa a través de los enlaces definidos en las fechas establecidas.
- Contar con acceso a conectividad y computador para el desarrollo de la ruta de formación.
- Cumplir con los requisitos del curso y del nivel de formación.



Renta Joven

Objetivo: Surge con el ánimo de contribuir a la inclusión social y económica de las juventudes y promover la consolidación de trayectorias de vida desde la dignidad y la garantía de derechos.

¿Quiénes pueden acceder? Adolescentes y Jóvenes entre los 14 y 28 años.

Puedes ampliar más información en el siguiente enlace:

<https://prosperidadsocial.gov.co/sgpp/transferencias/renta-joven/>



Casas de Juventud de Bogotá

Objetivo: Fortalecer los proyectos de vida de los jóvenes a través del desarrollo de capacidades y habilidades, promoviendo su participación en los ámbitos social, cultural y productivo de la ciudad, desde una perspectiva diferencial, de prevención de riesgos, promoción de derechos y de género

¿Quiénes Pueden acceder? Jóvenes entre 14 y 28 años, residentes en Bogotá D.C., así como miembros de colectivos o agrupaciones juveniles.

Puedes ampliar más información en el siguiente enlace:

<https://bogota.gov.co/mi-ciudad/integracion-social/casas-de-juventud-bogota-servicios-gratuitos-y-ubicacion-2024>



Manzanas del cuidado

Objetivo: Las Manzanas del Cuidado son espacios de la ciudad en los que brindamos tiempo y servicios a las mujeres y a sus familias. Las cuidadoras tienen tiempo y servicios gratuitos para que puedan cumplir los sueños que pusieron en pausa por la sobrecarga en los trabajos de cuidado.

¿Quiénes pueden acceder? Todas las mujeres en sus diferencias y diversidades, y también sus familias.

¿Como acceder al servicio? Acercarse a las manzanas del cuidado más cercana, según su lugar de residencia, para más información consulta el siguiente enlace:

<https://manzanasdelcuidado.gov.co/donde-encontrarlas/>



Primeros Auxilios Psicosociales para Adolescentes, familias y comunidad

Los Primeros Auxilios Psicosociales (PAP) ayudan a brindar apoyo inmediato a adolescentes que están viviendo miedo, estrés, enojo, confusión o angustia. Su objetivo es escuchar, calmar y orientar, sin juzgar ni presionar.

1. Cómo acercarse

- Habla con respeto y calma, sin sermones ni juicios.
- Pregunta suavemente: “¿Quieres hablar o prefieres que solo te acompañe un momento?”
- No minimices lo que siente (“no es para tanto”, “estás exagerando”).
- Ofrécele privacidad, pero sin dejarlo completamente solo si está muy alterado.

2. Técnicas sencillas para calmar

- Respiración 4-2-6: inhalar 4 segundos, pausar 2, exhalar 6.
- Anclaje sensorial 5-4-3-2-1: mencionar cosas que ve, toca, oye, huele y saborea.
- Movimiento suave: caminar, estirarse, abrir una ventana, beber agua.
- Estas técnicas ayudan a bajar la tensión corporal y emocional.

3. Contención emocional

- Valida su emoción: "Es normal sentirse así después de algo difícil."
- Evita presionar para que hable; permite que el adolescente decida.
- Refuerza que no está solo: "Estoy aquí, vamos a resolverlo paso a paso."

4. Formas de expresión

- Ofrece alternativas diferentes a hablar: escribir, dibujar, escuchar música, caminar juntos.
- Permite que use la forma que le resulte más cómoda.

5. Cierre y orientación

- Explícale qué ocurrirá después de manera clara y concreta.
- Evita exponerlo a noticias, discusiones o comentarios sobre la situación.
- Si ves señales de alarma (ideas suicidas, aislamiento extremo, consumo de sustancias, autolesiones), busca apoyo profesional inmediato y utiliza las líneas de atención disponibles en la ciudad.

4.1.6 Curso de vida adultez

La adultez comprende de los 29 a los 59 años. Se configura en un proceso dinámico, en donde continúa el desarrollo y las personas son capaces de establecer metas y poner en marcha los recursos necesarios para alcanzarlas, configurando sus trayectorias evolutivas personales y aprovechando las oportunidades disponibles en sus contextos. En este sentido, es importante subrayar que los patrones de desarrollo adulto no se configuran en algo novedoso, sino en la consolidación de los aprendizajes previos y un perfilamiento cada vez más claro de la individualidad.

Referencia: Ministerio de Salud y Protección Social, s.f, Lineamiento técnico operativo: Ruta Integral de Atención para la Promoción y Mantenimiento de la Salud
<https://www.esehospitallocaldemalambo.gov.co/wp-content/uploads/2019/01/Lineamiento-Ruta-promocion-de-la-salud.pdf>

Secretaría de Desarrollo Económico de Bogotá

Objetivo: Fomentar el desarrollo económico y la creación de empleo.

Servicios ofertados: Apoyo a emprendedores, capacitación empresarial, acceso a financiamiento, programas de fortalecimiento de la micro y pequeña empresa.

Información general para acceder al servicio: Para más información visita el sitio web oficial de la Secretaría de Desarrollo Económico:

<https://desarrolloeconomico.gov.co/>



Comisarías de Familia

Objetivo: Servicio de acceso a la justicia dirigido a personas que estén en condición de riesgo, sean o hayan sido víctimas de violencia en el contexto familiar.

¿Quiénes pueden acceder? Todas las personas que sean o hayan sido víctimas de violencias en el contexto familiar.

¿Cómo acceder al servicio? Para más información consultar el directorio en el siguiente enlace:

https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2025/Transparencia/Informacion-entidad/30012025-Directorio-Comisarias-2025.pdf

Línea telefónica “Una llamada de vida” al (601) 3808400.

Ruta de atención de violencia en el contexto familiar:

https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/Ruta_Violencia_en_el_Contexto_Familiar_2022.pdf



Secretaría de Salud de Bogotá

Objetivo: Promover la atención médica y el bienestar de la ciudadanía en la ciudad.

Servicios ofertados: Atención médica, programas de prevención de enfermedades, promoción de la salud, acceso a hospitales y centros de salud, entre otros servicios.

Información general para acceder al servicio: Consulta el sitio web de la Secretaría de Salud de Bogotá, para obtener más información sobre trámites y servicios de disponibles en la ciudad.



<http://www.saludcapital.gov.co/Paginas2/Tramitesyservicios.aspx>

Tropa social a tu hogar

Objetivo: Acompañamiento integral a familias para la construcción de proyectos de vida, generación de oportunidades y superación de las afectaciones, para el mejoramiento de la calidad de vida de hogares pobres y en riesgo de pobreza.

¿Quiénes pueden acceder? Hogares de jefatura femenina en situación de vulnerabilidad económica.

¿Cómo acceder al servicio? Página web

<https://bogota.gov.co/bogota-cuidadora/#/user/register>



¿Qué es la Salud mental?

La salud mental se refiere al estado de bienestar emocional, psicológico y social en el que una persona es capaz de manejar el estrés, trabajar de manera productiva, contribuir a su comunidad y disfrutar de la vida. Implica la capacidad de lidiar con los desafíos cotidianos, establecer relaciones saludables, tomar decisiones, y sentirse bien consigo mismo y con los demás.



Es crucial porque afecta todos los aspectos de la vida de una persona. Una buena salud mental no solo implica la ausencia de trastornos mentales, sino también la capacidad de afrontar los desafíos, adaptarse a los cambios, manejar el estrés y las emociones, y mantener relaciones saludables en la cotidianidad.

La importancia de la salud mental radica en varios aspectos:

- Bienestar general: La salud mental contribuye al bienestar general y a la calidad de vida de una persona.
- Relaciones interpersonales: Una buena salud mental facilita relaciones más fuertes y saludables con los demás.
- Productividad: Un estado mental positivo está vinculado con una mayor productividad en el trabajo y en la vida diaria.
- Resiliencia: Ayuda a las personas a enfrentar y recuperarse de situaciones estresantes o traumáticas.
- Toma de decisiones: Una mente saludable permite tomar decisiones informadas y adecuadas.
- Participación social: Facilita la integración en la comunidad y la participación en actividades sociales.
- La promoción de la salud mental es esencial para abordar problemas como el estrés, la ansiedad, la depresión y otros trastornos mentales. Es importante brindar apoyo, acceso a servicios de salud mental, reducir el estigma asociado con los problemas mentales y promover entornos que fomenten el bienestar psicológico y emocional de las personas.

Primeros Auxilios Psicosociales para Adultos

Los Primeros Auxilios Psicosociales (PAP) permiten brindar apoyo inmediato a una persona adulta, que esté pasando por un momento de estrés intenso, angustia o desbordamiento emocional. Su objetivo es **calmar, orientar y proteger**, ofreciendo acompañamiento sin invadir su autonomía.



1. Acercamiento inicial

- Habla con un tono sereno y respetuoso.
- Pregunta de forma abierta: "¿Quieres que te acompañe un momento?"
- Garantiza privacidad y evita juicios.
- No minimices lo que siente.

2. Técnicas breves para recuperar calma

- **Respiración 4-4-6:** inhalar 4 segundos, sostener 4, exhalar 6.
- **Anclaje rápido:** identificar 3 cosas que ve, 2 que toca y 1 que escucha.
- **Pausa activa:** caminar, estirarse o beber agua.
Estas acciones ayudan a bajar la activación emocional y recuperarse físicamente.

3. Contención emocional

- Escucha sin interrumpir ni interrogar.
- Valida su experiencia: "Es comprensible que te sientas así."
- Respeta sus tiempos para hablar; no presiones.
- Mantén un acompañamiento tranquilo mientras se regula.

4. Formas de expresión que pueden ayudar

- Escribir lo que siente o hacer una nota rápida.
- Caminar o moverse suavemente para liberar tensión.
- Hablar con alguien de confianza si la persona lo desea.

5. Señales preventivas de alerta

Si observas varios de estos signos, se recomienda orientar hacia apoyo profesional:

- Irritabilidad, agotamiento o ansiedad persistente.
- Dificultad para concentrarse o cumplir tareas.
- Aislamiento o cambios marcados en el comportamiento.
- Expresiones de desesperanza (“no puedo más”, “no encuentro salida”).
- Conductas impulsivas, consumo excesivo de alcohol o sustancias.

Guía Rápida de Apoyo para Depresión Postparto

Para apoyar a mamás y papás que están agotados emocionalmente.

La **depresión posparto** es una condición emocional seria que puede aparecer semanas o meses después del nacimiento de un bebé. Afecta principalmente a la madre, pero también puede presentarse en padres, cuidadores principales o personas que viven el proceso de crianza cercana.

No es falta de amor hacia el bebé, ni debilidad: es una **respuesta física, emocional** y hormonal que necesita acompañamiento.

1. Cómo reconocer señales tempranas de depresión postparto

No todas las personas presentan los mismos síntomas, pero estos son los más frecuentes:



Señales emocionales

- Tristeza persistente o llanto sin causa clara
- Sensación de vacío, culpa o desesperanza
- Irritabilidad constante o cambios bruscos de ánimo
- Sentirse desconectada del bebé o agobiada por su cuidado

Señales físicas y conductuales

- Cansancio extremo, aunque duerma
- Cambios en el sueño (dormir muy poco o demasiado)
- Falta de apetito o comer en exceso
- Dificultad para concentrarse
- Evitar visitas o interacción social

Señales de alerta mayor

- Pensamientos de hacerse daño o de que "algo malo podría pasar"
- Miedo intenso a no poder cuidar al bebé
- Ideas de abandono, huida o inutilidad

Si aparece alguna señal de alerta mayor, es necesario **buscar atención profesional inmediata.**

2. Cómo apoyar de inmediato (Primeros Auxilios Psicosociales)

Este apoyo NO reemplaza la atención médica o psicológica, pero ayuda a estabilizar y acompañar.

A. Acércate con calma y sin juicios

- Usa un tono suave:
"Estoy contigo. No tienes que sobrellevar todo sola."
- Permite que exprese lo que siente sin corregir ni minimizar.
- No uses frases como "tienes que ser fuerte" o "pero tu bebé está sano".

B. Valida su experiencia

La validación disminuye culpa y vergüenza:

- **"Esto le puede pasar a cualquier mamá o papá."**
- **"No es tu culpa sentirte así."**

C. Ofrece apoyo práctico inmediato

Muchos síntomas se agravan por agotamiento extremo.

Puedes ayudar con:

- Cuidar al bebé por unos minutos para que descanse,
- Preparar una comida ligera,
- Acompañarla a bañarse o dormir un rato,
- Organizar el espacio para reducir ruido y sobrecarga.

Pequeñas ayudas reducen estrés y permiten que la persona respire.

D. Usar técnicas breves de calma

- Respirar profundo: inhalar 4 segundos, exhalar 6.
- Sentarse y relajar hombros y manos.
- Tomar agua o salir a aire fresco por 2 minutos.

Estas técnicas ayudan a bajar la tensión fisiológica.

E. Facilitar la red de apoyo

Ayuda a activar apoyos confiables:

- Pareja
- Familiares
- Amigos
- Grupos de apoyo para posparto
- Líneas de orientación emocional

Acompaña a la mamá/papá en la decisión de pedir ayuda, sin presionar.

3. Qué evitar

- Evitar cuestionar su rol como mamá o papá.
- Evitar negar su malestar (“solo estás cansada”, “se te va a pasar”).
- Evitar comparaciones con otras familias.
- No dejar sola a la persona si está muy angustiada.

4. Señales de que necesita ayuda profesional

Si observas alguno de esto, orienta a buscar apoyo en salud:

- Llanto diario por varios días.
- No comer o no dormir adecuadamente.

- Miedo constante de estar con el bebé.
- Pensamientos de hacerse daño o de hacer daño.
- Desconexión emocional severa.
- La depresión posparto **tiene tratamiento** y la recuperación es completamente posible.

5. Mensaje final

La mamá o papá que vive depresión posparto **no está fallando**: está enfrentando un cambio enorme que requiere apoyo médico, emocional y comunitario. Acompañar con escucha, respeto y pequeñas acciones de cuidado puede marcar una gran diferencia en su recuperación.

Líneas de escucha, atención y apoyo en salud mental y a personas con consumo de sustancias psicoactivas (SPA)

Objetivo: Proporcionar escucha, orientación ética y responsable sobre situaciones que hacen parte de la cotidianidad en las familias.

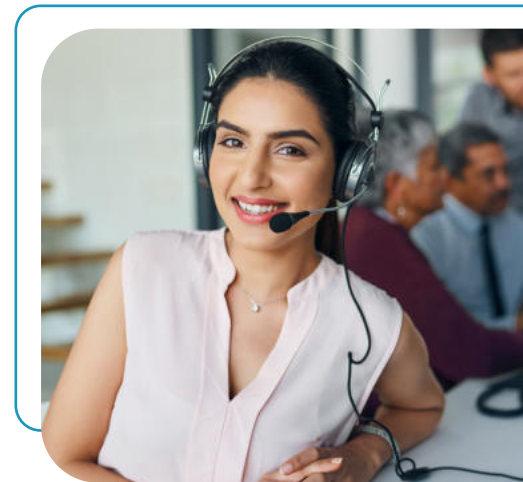
¿Quiénes pueden acceder? Familias y ciudadanía en general.

¿Cómo acceder al servicio? Línea 106 (profesionales de la salud mental) o al chat de WhatsApp al número 3007548933 (lunes a domingo 7:30 am a 10:30 pm)

Línea psicoactiva distrital de información y orientación 01 8000 112 439 o 3012761197.

Puedes ampliar más información en el siguiente enlace:

<https://www.colpsic.org.co>



Líneas Distritales y Nacionales

El poder de ser escuchado - Línea 106 y el chat de WhatsApp 300 754 8933

Línea Púrpura Distrital Mujeres que Escuchan Mujeres: 01 8000 112 137 y el chat de WhatsApp 300 755 1846

Cuando sientas que no puedes más - Línea Calma: 01 8000 423 614

Asesoría psicosocial de la población LGBTI y sus familias -Línea Diversa: 310 864 4214

Te escuchamos - Línea Salvavidas: 3117668666

Línea de emergencias -123

Línea calma para hombres

Objetivo: Atención telefónica para hombres que necesiten ayuda para resolver situaciones de conflicto emocional, familiar, de pareja y prevenir la violencia en el contexto familiar y otras violencias.

¿Quiénes pueden acceder? hombres mayores de 18 años de edad.

¿Cómo acceder al servicio? Llama al 018000423614 o visita el siguiente enlace para más información:

<https://culturaciudadana.gov.co/acciones/genero-y-diversidad/linea-calma>



Ruta de empleabilidad, agencia pública de empleo del Distrito “Bogotá Trabaja”

Objetivo: Promovemos la generación de empleo en la ciudad y el fortalecimiento de competencias y habilidades para el trabajo de las personas que están en búsqueda de empleo.

¿Quiénes pueden acceder? Familias y ciudadanía que buscan mejorar su ocupación actual.

¿Cómo acceder al servicio? Escribiendo al correo electrónico
agenciadempleo@desarrolloeconomico.gov.co

www.bogotatrabaja.gov.co



Programa de educación socio emocional, ciudadana y escuelas como territorio de paz

Objetivo: Estrategia para desarrollar espacios de diálogo, participación de familias y comunidad educativa para el fortalecimiento de la educación socioemocional, promoción de derechos y prevención de violencias.

¿Quiénes pueden acceder? Familias con personas en primera infancia, infancia, adolescencia, juventud, adultez, personas mayores y gestantes.

¿Cómo acceder al servicio? Correo electrónico:

familias@educacionbogota.gov.co



Ruta de la salud

Objetivo: Facilita a los usuarios de las Subredes Integradas de Servicios de Salud a realizar las diligencias de salud, recogiénolos en un sitio cercano al domicilio, de acuerdo con características de vulnerabilidad e identificación de riesgos.

¿Quiénes pueden acceder? Familias con personas de primera infancia, infancia, persona mayor, gestantes.

¿Cómo acceder al servicio? Agendar cita mínimo 24 horas antes a través de la línea telefónica de la Subred respectiva:

http://www.saludcapital.gov.co/Documents/Direct_%20Unid_Servicios_de_Salud_Subredes.pdf



Casas de Justicia

Objetivo: Espacio físico a través del cual se brinda información, orientación y direccionamiento a la ciudadanía y las familias para tramitar sus conflictos a través de las diversas instituciones y rutas operadoras de justicia.

¿Quiénes pueden acceder? Familias y ciudadanía en general que demanden el servicio de acceso a la justicia.

¿Cómo acceder al servicio? A través de la casa de justicia más cercana a su residencia, para más información consulta el siguiente enlace:

<https://scj.gov.co/es/atenci%C3%B3n-al-ciudadano/casas-justicia>



También puedes comunicarte a las líneas: 3014457292 - 3246814036.

Jornadas de información, educación y comunicación para familias sobre violencias sexuales y otras violencias

Objetivo: Espacios pedagógicos y de sensibilización dirigidos a las familias en temas relacionados con la violencia intrafamiliar, violencia sexual, prevención de la explotación sexual y la trata de personas.

¿Quiénes pueden acceder? Familias con personas jóvenes, adultos, personas mayores y gestantes.

¿Cómo acceder al servicio? Para más información consulta el siguiente enlace:

<https://bogota.gov.co/sdqqs/crear-peticion>



Empleabilidad

Objetivo: Se realiza referenciación de los usuarios del IPES y familias interesadas en la vinculación laboral a través de la Agencia de Empleo de la Secretaría Distrital de Desarrollo Económico, entidad autorizada para implementar la Ruta de Empleabilidad, que se inicia con el registro, orientación, intermediación laboral y seguimiento.

¿Quiénes pueden acceder? Ciudadanía sujeta de atención del IPES y sus familiares que se encuentren interesados en acceder a una oferta de empleo formal.

¿Cómo acceder al servicio? Atención presencial en el punto de atención de la sede administrativa del IPES, ubicado en la Calle 19 # 10-44, horario de atención los miércoles de 9:00 a.m. a 4:00 p.m.

Atención telefónica: (601) 2976039 ext. 251.

Correo electrónico: formacion@ipes.gov.co



Manzanas del cuidado

Objetivo: Las Manzanas del Cuidado son espacios de la ciudad en los que brindamos tiempo y servicios a las mujeres y a sus familias. Las cuidadoras tienen tiempo y servicios gratuitos para que puedan cumplir los sueños que pusieron en pausa por la sobrecarga en los trabajos de cuidado.

¿Quiénes pueden acceder? Todas las mujeres en sus diferencias y diversidades, y también sus familias.

¿Como acceder al servicio? Acercarse a las manzanas del cuidado más cercana, según su lugar de residencia, para más información consulta el siguiente enlace:

<https://manzanasdelcuidado.gov.co/donde-encontrarlas/>



Programa Colombia Mayor

Objetivo: Busca aumentar la protección a los adultos mayores por medio de la entrega de un subsidio económico para aquellos que se encuentran desamparados, que no cuentan con una pensión, o viven en la extrema pobreza.

¿Quiénes pueden acceder? Para acceder al programa, la persona debe ser colombiana, haber residido en el país durante los últimos diez años, tener al menos tres años menos de la edad requerida para pensionarse por vejez (actualmente 54 años para mujeres y 59 para hombres) y no contar con ingresos o rentas suficientes para subsistir, según la clasificación del SISBÉN IV en los grupos A, B y C1.

¿Cómo acceder al servicio? para más información consulta el siguiente enlace:

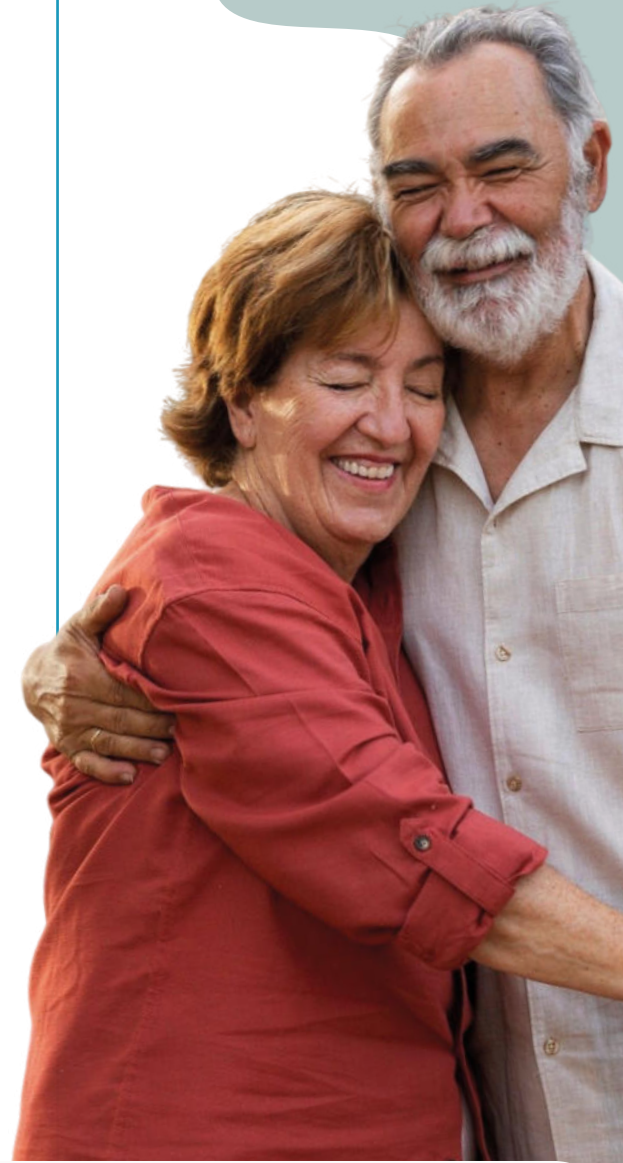
<https://prosperidadsocial.gov.co/colombia-mayor/>



4.1.7 Curso de vida vejez

Existen diversos enfoques para comprender el proceso de envejecimiento y las características de la vejez; sin embargo, estos pueden vivirse desde las pérdidas o desde la plenitud, de acuerdo con los efectos acumulados a lo largo de la vida, la confluencia de las oportunidades y los recursos, tanto individuales como generacionales, que afecten el continuo de la vida de cada persona, así como su condición y posición social y su conjugación con la edad, el género, la clase social y el origen étnico, que representan ciertas diferencias en el acceso y disfrute de dichos recursos y oportunidades.

Las intervenciones correspondientes a este momento vital, que comprende desde los 60 años en adelante, se describen a continuación y en conjunto buscan la protección de las prácticas de cuidado de la salud adquiridas, la identificación oportuna de exposición a riesgos y la detección temprana de alteraciones que afecten negativamente la salud con el fin de derivarlas para su manejo oportuno.



Referencia: Ministerio de Salud y Protección Social, s.f, Lineamiento técnico operativo: Ruta Integral de Atención para la Promoción y Mantenimiento de la Salud,
<https://www.esehospitallocaldemalambo.gov.co/wp-content/uploads/2019/01/Lineamiento-Ruta-promocion-de-la-salud.pdf>

Distrital de Integración Social de Bogotá

Objetivo: Mejorar la calidad de vida y promover el bienestar de las personas mayores en la ciudad.

Servicios ofertados: Programas de atención integral a personas mayores, actividades recreativas y culturales, apoyo psicosocial, entre otros servicios.

Información general para acceder al servicio: Visita el sitio web oficial de la Secretaría Distrital de Integración Social para obtener información actualizada sobre programas y servicios dirigidos a personas mayores.



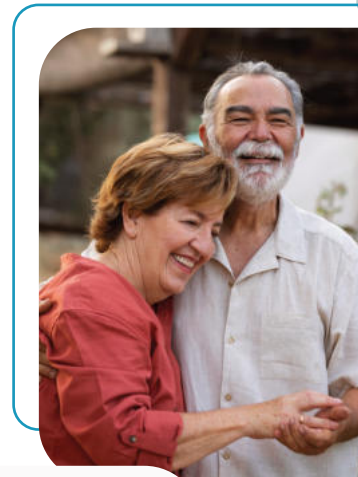
https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/Portafolio_Familias.pdf

Comisarías de Familia

Objetivo: Brindar orientación y apoyo en situaciones familiares de riesgo.

Servicios ofertados: Asesoría y apoyo en casos de maltrato, abandono o negligencia hacia personas mayores.

Información general para acceder al servicio: Puedes ubicar la Comisaría de Familia más cercana a tu localidad en Bogotá a través del siguiente enlace:



https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2025/Transparencia/Informacion-entidad/30012025-Directorio-Comisarias-2025.pdf

Personería de Bogotá

Objetivo: Proteger los derechos de las personas mayores en situaciones de vulnerabilidad.

Servicios ofertados: Asesoría legal, mediación en conflictos familiares, orientación sobre derechos de los adultos mayores.

Información general para acceder al servicio: Consulta la información de contacto de la Personería de Bogotá a través de las líneas de atención:

Teléfono conmutador: +57(601) 382 04 50/80

Línea: 143

WhatsApp: 3182066705

Correo institucional:

institucional@personeriabogota.gov.co



Página web: <https://www.personeriabogota.gov.co/>

Instituto Distrital de la Participación y Acción Comunal (IDPAC)

Objetivo: Fomentar la participación activa de las personas mayores en la vida comunitaria.

Servicios ofertados: Programas de participación ciudadana, capacitaciones, apoyo a juntas de acción comunal, entre otros servicios.

Información general para acceder al servicio: Visita el sitio web para obtener información sobre programas y actividades para personas mayores:

<https://www.participacionbogota.gov.co/somos-idpac/persona-mayor>



Cuidado en Casa

Objetivo: Atención y cuidado transitorio en casa, a través del acompañamiento territorial, por medio de la cualificación del cuidado de personas mayores con dependencia funcional, previniendo su abandono e institucionalización.

¿Quiénes pueden acceder? Personas mayores de 60 años, con dependencia funcional que tengan cuidador permanente, sin requerir una unidad de cuidado crónico o de salud mental, que residan en Bogotá, que no reciban ingresos superiores a medio (1/2) SMMLV por persona y sus cuidadores.

¿Cómo acceder al servicio? Para más información por favor consultar la línea de atención ciudadana (601) 380 83 30, línea Gratuita de atención ciudadana 01 8000 127 007, línea 195, Centro de Contacto Distrital.

Atención presencial: Subdirecciones Locales para la Integración Social:

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/atencion-ciudadana/puntos-atencion>

<http://www.bogota.gov.co/sdqs>



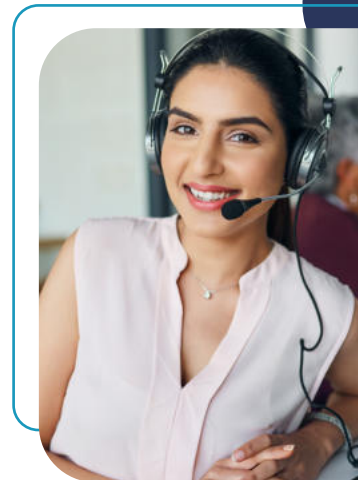
Líneas de escucha, atención y apoyo

Objetivo: Brinda escucha, orientación ética y responsable sobre situaciones que hacen parte de la cotidianidad en las familias.

¿Quiénes pueden acceder? Familias y ciudadanía en general.

¿Cómo acceder al servicio? Línea 106 (profesionales de la salud mental) o al chat de WhatsApp al número 3007548933 (lunes a domingo 7:30 am a 10:30 pm)

Línea psicoactiva distrital de información y orientación 01 8000 112 439 o 3012761197.



Línea calma para hombres

Objetivo: Atención telefónica para hombres que necesiten ayuda para resolver situaciones de conflicto emocional, familiar, de pareja y prevenir la violencia en el contexto familiar y otras violencias.

¿Quiénes pueden acceder? hombres mayores de 18 años de edad.

¿Cómo acceder al servicio? Llama al 018000423614 o visita el siguiente enlace para más información:

<https://culturaciudadana.gov.co/acciones/genero-y-diversidad/linea-calma>



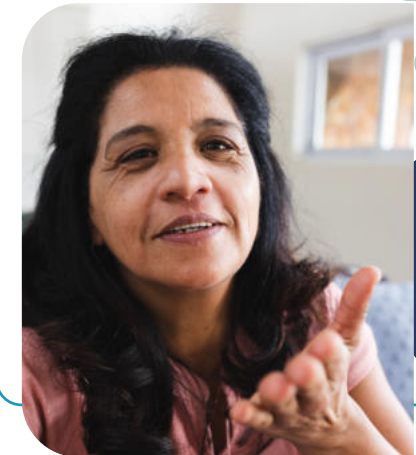
Manzanas del Cuidado

Objetivo: Las Manzanas del Cuidado son espacios de la ciudad en los que brindamos tiempo y servicios a las mujeres y a sus familias. Las cuidadoras tienen tiempo y servicios gratuitos para que puedan cumplir los sueños que pusieron en pausa por la sobrecarga en los trabajos de cuidado.

¿Quiénes pueden acceder? Todas las mujeres en sus diferencias y diversidades, y también sus familias.

¿Como acceder al servicio? Acercarse a las manzanas del cuidado más cercana, según su lugar de residencia, para más información consulta el siguiente enlace:

<https://manzanasdelcuidado.gov.co/donde-encontrarlas/>



Centro Día Casa de Sabiduría

Objetivo: Fomentar el desarrollo integral de las personas mayores de sesenta (60) años o más, a partir del reconocimiento y potenciación de sus capacidades, la integración a la vida familiar, social, comunitaria, cultural, económica y política de la ciudad, mediante un conjunto de estrategias, acciones y recursos teniendo en cuenta los enfoques de derechos, poblacional, diferencial, territorial y de género.



¿Quiénes pueden acceder? Personas mayores de 60 años, personas entre sus 55 y 59 años que condiciones de desgaste físico, vital y psicológico, soportadas con concepto técnico emitido por el equipo interdisciplinario de la SDIS.

¿Como acceder al servicio? Para más información consulta el siguiente enlace:

<https://bogota.gov.co/servicios/tramites/centro-dia-casa-de-la-sabiduria>

Primeros Auxilios Psicológicos

Primeros Auxilios Psicosociales para Personas Mayores

Guía práctica para familias, cuidadores y comunidad.

Los adultos mayores pueden enfrentar situaciones de estrés, tristeza, desorientación, soledad o riesgo de maltrato. Estos Primeros Auxilios Psicosociales (PAP) brindan apoyo inmediato para proteger su bienestar emocional y garantizar su seguridad, mientras se gestiona una atención más especializada si es necesaria.



1. Principios generales para acompañar a una persona mayor

- Tratar con **respeto, paciencia y dignidad.**
- Hablar claramente y sin prisa.
- Verificar que haya un espacio tranquilo y seguro.
- Adaptarse a sus limitaciones sensoriales (audición, visión, movilidad).
- Permitirle decidir en lo posible para mantener su autonomía.

2. Señales tempranas de malestar emocional o soledad

Reconocer tempranamente estas señales permite actuar a tiempo:

Señales emocionales

- Tristeza persistente, llanto frecuente
- Irritabilidad o retraimiento
- Expresiones de sentirse “inútil”, “una carga” o “abandonado”

Señales de soledad

- Aislamiento prolongado
- Pocas interacciones sociales
- Comentarios de sentirse solo o sin apoyo

Señales de alerta sobre maltrato

- Miedo a un cuidador o familiar
- Golpes, moretones o lesiones sin explicación
- Cambios bruscos en conducta o apetito
- Evitar hablar cuando ciertos familiares están presentes
- Quejas sobre control excesivo del dinero, documentos o decisiones

Si aparece cualquiera de estas señales, el acompañamiento debe ser inmediato y cuidadoso.

3. Primeros Auxilios Psicosociales en el adulto mayor.

A. Acercamiento inicial

- Acércate despacio y de manera amable.
- Usa frases tranquilizadoras: **“Estoy aquí para escucharte”, “Vamos a revisar juntos lo que estás sintiendo.”**
- Verifica si presenta dolor, miedo o confusión.
- Permite que exprese lo que siente sin invalidarlo.

B. Regulación emocional suave

Utiliza técnicas equilibradas, adecuadas para adultos mayores:

- **Respiración lenta** (inhalar 3 segundos, exhalar 4).
- **Contacto tranquilo** si la persona lo permite (tomar la mano con suavidad).
- **Pausa sensorial:** beber agua, sentarse cómodo, ajustar luz o ruido.
- **Anclaje simple:**
"Mira este objeto... respiremos juntos un momento."

Estas acciones disminuyen ansiedad y ayudan a recuperar claridad.

C. Escucha activa y validación

- Darle tiempo para hablar sin apuro.
- Validar sus emociones:
"Lo que sientes es importante,"
"No estás molestando, tienes derecho a sentirte así."
- Evitar infantilizar o corregir bruscamente.

La validación reduce miedo, vergüenza y tensión emocional.

D. Revisión rápida de necesidades inmediatas

Preguntar con claridad y calma:

- ¿Tiene dolor o necesita atención médica?
- ¿Necesita comunicarse con un familiar de confianza?
- ¿Requiere apoyo para alimentarse, moverse o descansar?
- ¿Siente temor respecto a alguna persona o lugar?

Esto ayuda a priorizar la intervención.

E. Prevención y detección de maltrato

Si sospechas maltrato:

- Garantiza primero la seguridad emocional del adulto mayor.
- Evita confrontar al presunto agresor en ese momento.
- Pregunta con sencillez:
"¿Te sientes seguro en casa?"
"¿Hay algo que te preocupe o te haga sentir incómodo?"
- Registra mentalmente los signos de alerta.
- Orienta hacia rutas de apoyo según la capacidad física y cognitiva de la persona.

F. Mitigación de la soledad

La soledad es un factor de riesgo emocional en la vejez.

Apoyos inmediatos:

- Activar llamadas o visitas de familiares, vecinos o redes locales.
- Facilitar un momento de compañía y conversación significativa.
- Conectar a la persona con grupos comunitarios o actividades sociales cercanas.
- Recordar sus capacidades y logros para fortalecer autoestima.

G. Orientación final y acompañamiento

- Explica con claridad qué pasará después (sin tecnicismos).
- Motiva a aceptar acompañamiento profesional si es necesario.
- Asegura seguimiento:
“Volveré más tarde a ver cómo sigues.”

En caso de riesgo inminente (maltrato grave, desorientación severa, depresión profunda), activar rutas de emergencia o salud mental.

4. Mensaje clave

El adulto mayor necesita **apoyo, escucha y protección**, no sobre control ni infantilización.

La empatía, la calma y una intervención inmediata y respetuosa pueden prevenir crisis, reducir la soledad y detectar oportunamente situaciones de maltrato.

5 Condiciones y situaciones

Habitanza en Calle

La habitanza en calle es un fenómeno social urbano multicausal, producto de condiciones estructurales de desigualdad material y simbólica. Caracterizado por el desarrollo no lineal de hábitos de vida en calle, que estructuran una forma para obrar, pensar y sentir asociada a una posición social, lo cual determina formas de vivir y estilos de interacción con el espacio público, con la sociedad y con las demás personas que han desarrollado los mismos hábitos, que concreta una situación de calle.

Referencia: Ministerio de Salud y Protección Social, abril del 2021, Política Pública Social para Habitantes de la Calle 2021-2031, <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/PS/politica-publica-social-habitante-calle-2021-2031.pdf>

Secretaría Distrital de Integración Social de Bogotá

Objetivo: Atender a la población en condición de habitancia en calle y ofrecer alternativas para su rehabilitación y reintegración social.

Servicios ofertados: Albergues, alimentación, atención médica, servicios psicosociales, programas de reintegración social y laboral.

Información general para acceder al servicio: Puedes comunicarte con la Secretaría de Integración Social a través de su línea de atención para personas habitantes de calle: 018000111400.

También puedes visitar su sitio web oficial para obtener información sobre los programas y servicios disponibles:

<https://www.integracionsocial.gov.co/>



Centros de atención para personas habitantes de calle

Objetivo: Ofrecer albergue, atención básica y apoyo temporal a las personas en situación de calle.

Servicios ofertados: Refugio nocturno, alimentación, duchas, atención de emergencia, orientación.

Información general para acceder al servicio: Puedes encontrar información sobre los hogares de paso y sus ubicaciones en el sitio web:

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/98-noticias-adultez/1428-centros-de-atencion-habitante-de-calle>



Programa CREA

Objetivo: Ofrece formación en artes a través de tres líneas estratégicas: Arte en la Escuela para estudiantes de colegios públicos, impulso colectivo para proyectos autónomos y converge crea, para la transformación social en poblaciones diferenciales.

¿Quiénes pueden acceder? Habitantes de calle, personas privadas de libertad, personas mayores, entre otros, a quienes se les brinda la oportunidad de transformar sus vidas a través de la creación artística.

¿Cómo acceder al servicio? Encuentra el CREA más cercano a tu vivienda a través del siguiente enlace:

<https://www.idartes.gov.co/es/programas/crea/informacion>

Instituto Distrital de las Artes – IDARTES, ubicado en la Carrera 8 No. 15 - 46

Horario de atención: lunes a viernes 7:00 a.m. a 4:30 p.m. - Jornada continua.

Modelo Pedagógico del IDIPRON

Objetivo: Permite la visualización de un proyecto de vida para niñas, niños, adolescentes en situación de habitabilidad en calle o en riesgo de habitarla y sus familias, mediante el uso de estrategias orientadas a la justicia restaurativa, fortalecimiento familiar y el desarrollo de capacidades para la convivencia.

¿Quiénes pueden acceder? Personas entre 6 y 28 años, en situación de habitabilidad en calle o en riesgo de habitarla.

¿Cómo acceder al servicio? De manera presencial en la Calle 15#13-86.

Para más información puedes consultar el siguiente enlace:

<https://www.idipron.gov.co/>



Hogar de paso para habitantes de calle

Objetivo: Brindar atención integral a ciudadanos habitantes de calle en hogar de paso, ofreciendo servicios de aseo personal, lavado de ropa, apoyo alimentario, talleres ocupacionales, artísticos, recreativos y atención psico-social.

¿Quiénes pueden acceder? Para ser considerado habitante de calle, una persona debe haber permanecido en la calle por un periodo mínimo de tres meses consecutivos o presentar una alta permanencia en entornos de alto riesgo. Además, debe ser mayor de 29 años, conocer su número de cédula de ciudadanía o cédula de extranjería, no contar con ingresos provenientes de una pensión, ni presentar comportamientos que representen un riesgo para su propia seguridad o la de los demás. Asimismo, no debe estar recibiendo otro tipo de ayudas por parte del Estado.

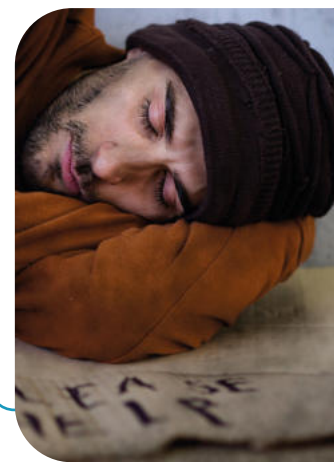
¿Como pueden acceder? Para más información puede consultar el siguiente enlace:

<https://bogota.gov.co/servicios/tramites/hogar-de-paso-dia-y-noche-para-ciudadanos-habitantes-de-calle>



Cuidado Transitorio Día – Noche

Objetivo: Brindar atención integral transitoria a personas mayores de sesenta (60) años o más en riesgo de habitar calle o habitantes de calle, en jornada diurna y nocturna, para promover el restablecimiento de derechos, la transformación de imaginarios y prácticas adversas a la vejez, la dignidad humana y el envejecimiento activo, por medio de acciones de autocuidado, mantenimiento de capacidades y ocupación humana.



¿Quiénes pueden acceder? Personas mayores de sesenta (60) años o más en riesgo de habitar calle o habitantes de calle.

¿Como pueden acceder? Para más información puede consultar el siguiente enlace:

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/101-noticias-vejez/6743-asi-funciona-el-servicio-cuidado-transitorio-dia-noche-para-personas-mayores-habitantes-de-calle-o-en-riesgo-de-habitarla>

Líneas de escucha, atención y apoyo en salud mental a personas con consumo de sustancias psicoactivas (SPA)

Objetivo: Proporcionar escucha, orientación ética y responsable sobre situaciones que hacen parte de la cotidianidad en las familias.

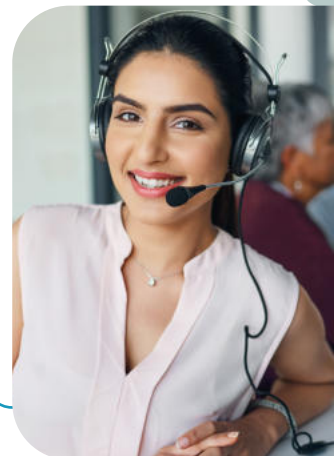
¿Quiénes pueden acceder? Familias y ciudadanía en general.

¿Cómo acceder al servicio? Línea 106 (profesionales de la salud mental) o al chat de WhatsApp al número 3007548933 (lunes a domingo 7:30 a.m. a 10:30 p.m.)

Línea psicoactiva distrital de información y orientación
01 8000 112 439 o 3012761197.

Puedes ampliar más información en el siguiente enlace:

<https://www.colpsic.org.co>



Líneas Nacionales **Distritales** **y**

Cuando sientas que no puedes más
- Línea Calma: 01 8000 423 614

El poder de ser escuchado -
Línea 106 y el chat de WhatsApp
300 754 8933

Asesoría psicosocial de la población
LGBTI y sus familias -Línea Diversa: 310
864 4214

Línea Mujeres **Púrpura que Escuchan** **Distrital**
Mujeres: 01 8000 112 137 y el
chat de WhatsApp 300 755 1846

Te escuchamos - Línea Salvavidas:
3117668666

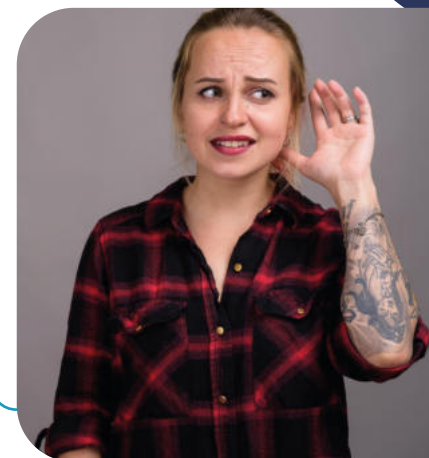
Línea de emergencias -123

Personas con Discapacidad

Discapacidad para Famisanar EPS: Es un concepto dinámico y evolutivo que se basa en la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD) de las Naciones Unidas. Se refiere a la interacción compleja entre las deficiencias individuales y las barreras ambientales, sociales, económicas y culturales que pueden limitar o dificultar el desempeño y la realización de actividades, restringiendo así la participación plena y efectiva de las personas afiliadas en igualdad de condiciones con la población general. Esta perspectiva reconoce que la discapacidad no es una característica intrínseca de la persona, sino más bien el resultado de obstáculos que pueden ser superados mediante la eliminación de barreras y la promoción de la inclusión, la igualdad y el respeto de los derechos de las personas con discapacidad.

Categorías de la discapacidad

- **Discapacidad Auditiva:** Se refiere a personas con dificultades para percibir sonidos y comunicarse verbalmente. Incluye a personas sordas y personas con hipoacusia. Pueden necesitar intérpretes de lenguaje de señas, audífonos u otros dispositivos para mejorar su comunicación. Para su participación, requieren entornos accesibles y estrategias visuales de comunicación.



- Discapacidad Intelectual: Implica dificultades en habilidades mentales generales y adaptativas, afectando independencia en la vida diaria y social. Requieren apoyos terapéuticos y pedagógicos adaptados a sus necesidades para aprender y desenvolverse en tareas cotidianas. Los apoyos personales son cruciales para su protección y participación social.
- Discapacidad Física: Involucra limitaciones físicas permanentes como debilidad muscular, pérdida de alguna parte del cuerpo o problemas de movilidad. Pueden necesitar ayuda de otras personas o dispositivos como prótesis, sillas de ruedas y bastones para mejorar su independencia. Espacios físicos accesibles son importantes para su participación en diversas actividades.
- Discapacidad Psicosocial (Mental): Resulta de la interacción entre deficiencias en el pensamiento, emociones y barreras del entorno que limitan la participación en la sociedad. Requieren apoyo médico y terapéutico especializado. Además, para participar en actividades diarias, pueden necesitar el apoyo de otra persona
- La discapacidad múltiple se refiere a la presencia de dos o más limitaciones físicas, sensoriales, mentales o intelectuales que afectan mucho el desarrollo, las habilidades funcionales, la comunicación, las interacciones sociales y el aprendizaje. Las personas con esta condición necesitan apoyos constantes y variados para recibir atención. Lo especial de esta discapacidad no viene simplemente de tener diferentes limitaciones, sino de cómo interactúan entre sí, lo cual determina el nivel de desarrollo, las habilidades funcionales y la forma en que se comunican e interactúan socialmente.
- La Discapacidad sordoceguera es una condición única que combina deficiencias visuales y auditivas, afectando la comunicación, la orientación, la movilidad y el acceso a la información. Algunas personas sordociegas pueden tener pérdida total de visión y audición, mientras que otras conservan restos de ambas. Requieren servicios especializados de guía e interpretación para su desarrollo y participación social.

- La discapacidad visual abarca desde personas ciegas hasta aquellas con baja visión. Incluso con lentes o cirugías, tienen dificultades para ver formas, colores, rostros o en ambientes con poca luz. Pueden necesitar herramientas como bastones, lupas, textos en braille o programas de lectura y ampliación de pantalla para ser más independientes. Para su inclusión, necesitan entornos accesibles con señales visuales, colores contrastantes y mensajes en braille o sonoros.

Procedimiento de certificación de discapacidad

1. ¿Qué es procedimiento de Certificación de Discapacidad?

¡El Certificado de Discapacidad es una herramienta valiosa para reconocer y apoyar tu bienestar!

- Se trata de un proceso que evalúa diversas áreas de tu vida para identificar si presentas alguna discapacidad. A través de una valoración clínica multidisciplinaria, se analizan tus capacidades físicas, psicológicas y tus posibles dificultades en el desempeño en actividades cotidianas, como resultado se genera el Certificado de Discapacidad que es un documento personal e intransferible.
- Este registro en el Registro de Localización y Caracterización de las Personas con Discapacidad (RLCPD), es fundamental para localizar y comprender mejor las necesidades de las personas con discapacidad en Colombia. ¡Y aquí está lo mejor! El proceso de solicitud parte de tu propio reconocimiento, así que eres tú quien decide dar el primer paso.



- Recuerda que este proceso es totalmente gratuito y no necesitas intermediarios. Puedes dirigirte directamente a la secretaria de salud de tu municipio o ciudad para iniciar el trámite. Tu certificado será un documento personal e importante para ti, emitido solo por instituciones habilitadas para ser Certificadoras de la Discapacidad acorde con lo establecido en la Resolución 1197 del 2024

2. ¿Qué debo tener en cuenta antes de certificarme?

- El procedimiento de certificación es **voluntario y de autorreconocimiento** como persona con discapacidad, de lo contrario será necesario hacer uso de los ajustes razonables y definir salvaguardas que le permitan al usuario acceder a dicha información y tomar la decisión libre e informada. Excepcionalmente se realizará por manifestación de voluntad a través de su representante acorde con la Ley 1996 del 2019
- Asegúrate de tener copia de tu **historia clínica** completa con los diagnósticos relacionados con la discapacidad CIE 10, si no la tienes solicita una cita médica en tu IPS primaria y cuéntale a tu médico que quieres acceder al proceso de certificación de discapacidad y si requieres algún ajuste razonable para acceder al proceso certificador, así como la orden médica si se necesita hacer esta valoración por el equipo multidisciplinar en el domicilio debido a la condición de la persona.
- En la **historia clínica**, debe ser claro el diagnóstico relacionado con la discapacidad: física, psicosocial, intelectual, visual, auditiva, sordoceguera o múltiple. Debes solicitar los soportes de tu historia clínica completa y los soportes de apoyo diagnóstico como juntas de especialistas, resultados de estudios diagnósticos y laboratorios, etc., relacionados con la discapacidad, a las IPS que realizan tu manejo médico y si se considera debe generar una orden médica para que se realice de manera domiciliaria esta valoración.
- Si se considera que la Discapacidad no se encuentra debidamente reflejada en el certificado, puedes solicitar una segunda opinión por una única vez.

- El certificado debe ser actualizado a los 6 años y 18 años, si hay cambios en tus diagnósticos o tu condición médica y cuando cambies el tipo de documento.
- El trámite NO tiene costo
- La Secretaría de Salud de cada Municipio o Ciudad es responsable del trámite de las solicitudes de certificación de discapacidad, que están afiliadas a los Regímenes Contributivo o Subsidiado en salud, o a Ferrocarriles Nacionales. Igualmente, a población pobre no asegurada, y a migrantes regulares con cédula de extranjería, permiso Especial de Permanencia - PET y/o Permiso por Protección Temporal – PPT vigentes.
- Las personas afiliadas en salud a los regímenes Especial y de Excepción o a la Unidad de Servicios Penitenciarios y Carcelarios de Colombia -USPEC-, deben solicitar la certificación de discapacidad directamente ante la entidad correspondiente a la cual se encuentran afiliadas.
- El procedimiento de Certificación de discapacidad y el Registro de Localización y Caracterización de Personas con Discapacidad es un proceso diferente al de Calificación de la Pérdida de la Capacidad Laboral y Ocupacional, normado por medio del Decreto 1507 de 2014 y que se define como el procedimiento que permite conocer, determinar y calificar el porcentaje de la pérdida de capacidad laboral que ha sufrido el trabajador o la persona, como resultado de una enfermedad o accidente de cualquier origen, para determinar su grado de incapacidad parcial, permanente o el estado de invalidez.
- El certificado de discapacidad no es un documento válido para el reconocimiento de prestaciones económicas y asistenciales de los Sistemas Generales de Pensiones o de Riesgos Laborales, ni para la calificación de la pérdida de capacidad laboral y ocupacional.
- Recuerde que el certificado de Discapacidad ya no requiere la firma del equipo multidisciplinario ni la de la del solicitante, por tal motivo las entidades que otorguen beneficios a las personas con discapacidad no podrán exigir las firmas.

- Si el resultado de la valoración multidisciplinaria es que la persona no presenta una condición de discapacidad, el sistema NO generará certificado.
- En la valoración multidisciplinaria para las personas de 0 a 5 años, no se establece nivel de dificultad en el desempeño, por tal motivo el certificado de discapacidad no incluye esta información.
- El certificado de discapacidad es válido a nivel nacional.
- Cada municipio, distrito o departamento, es el responsable de definir los criterios de acceso a los servicios o beneficios dirigidos a la población con discapacidad.
- Es importante tener en cuenta que el Certificado de Discapacidad es un documento que permite acceder a beneficios en salud, por lo que debe estar disponible en los sistemas de información de EPS Famisanar, para la **identificación y el reconocimiento** de atención preferencial por discapacidad, una vez emitido el certificado, deberá ser enviado al correo electrónico: **servicioalcliente@famisanar.com.co** o a **poblaciondiscapacidad@famisanar.com.co** con todos los datos de contacto actualizados.

Ya tengo los soportes, ¿Cómo solicito mi certificado?

- Debe dirigirse a la secretaria de salud distrital, municipal o departamental, correspondiente **al lugar de residencia de la persona con discapacidad**, con los soportes de historia clínica, apoyos diagnósticos, tener claros datos de residencia y datos de contacto.
- La secretaria de salud distrital, municipal o departamental correspondiente, revisarán la solicitud y darán respuesta con la orden dentro de los 5 días hábiles siguientes, e indicará los datos de contacto de la IPS que realizará la certificación, para que realice el agendamiento de la valoración.
- La IPS asignada garantizará el agendamiento de la cita para valoración en un término no mayor a 10 días hábiles posteriores a la solicitud.

- La IPS asignada, determinará la conformación de los profesionales integrantes de la junta tomando en consideración las características del caso de la persona con discapacidad, que incluya un médico general y dos profesionales de las siguientes áreas: fisioterapia, terapia ocupacional, fonoaudiología, psicología, optometría, enfermería o trabajo social.

Certificación de Discapacidad en Bogotá

Trámite para solicitar valoración de certificación de discapacidad por primera vez en la ciudad de Bogotá.

Radique la documentación a través de los siguientes canales:

- Ventanilla Única Digital de Trámites y Servicios SDS - AGILÍNEA. Si presenta dudas en el diligenciamiento del trámite de forma virtual, podrá consultar el Manual de Usuario.
- Si tiene dificultad para el acceso a la Ventanilla Única Digital de Trámites y Servicios AGILÍNEA, puede radicar la documentación de forma presencial, directamente en la Secretaría Distrital de Salud, carrera 32 No. 12 - 81, de lunes a viernes de 7:00 a.m. a 4:00 p.m., en jornada continua para lo cual debe diligenciar el siguiente formato de solicitud sds-pss-ft-596-v.-5-1.xlsx
- Además, para obtener certificado de discapacidad por primera vez mediante una evaluación clínica integral para determinar la presencia de discapacidad, identificando deficiencias en funciones y estructuras corporales, incluyendo aspectos psicológicos, limitaciones en la actividad y restricciones en la participación de la persona evaluada, con el fin de facilitar la inclusión y acceso a programas e instituciones para personas con discapacidad. Encuentra la información en el siguiente enlace:

<https://bogota.gov.co/servicios/tramites/inscripcion-en-el-registro-para-la-localizacion-y-caracterizacion-de-las-personas-con-discapacidad>

Trámite de solicitud para valoración de segunda opinión:

- Si usted se encuentra inconforme con el resultado de la primera valoración, puede solicitar una segunda opinión, por una (1) única vez en cualquier tiempo. Usted debe realizar la solicitud a la Secretaría Distrital de Salud ubicada en la Carrera 32 No. 12-81, a través de la ventanilla de atención al ciudadano de la Secretaría Distrital de Salud, Oficina de radicación, primer (1) piso. Horario de atención de lunes a viernes, de 7:00 a.m. a 4:00 p.m.

Trámite para solicitar actualización de certificado de discapacidad

- Para la actualización de su certificado de discapacidad, usted debe realizar la solicitud a la Secretaría Distrital de Salud ubicada en la Carrera 32 No. 12-81, a través de la ventanilla de atención al ciudadano de la Secretaría Distrital de Salud, Oficina de radicación, primer (1) piso. Horario de atención de lunes a viernes, de 7:00 a.m. a 4:00 p.m. En la solicitud debe especificar claramente el motivo de la actualización.

Trámite para solicitud de copia del certificado de discapacidad:

1. Para menores de 18 años certificados, hacer la solicitud a la Secretaría Distrital de Salud a través de los siguientes canales:

- Correo electrónico: contactenos@saludcapital.gov.co
- A través de la ventanilla de atención al ciudadano de la Secretaría Distrital de Salud, Oficina de radicación, primer (1) piso. Horario de atención de lunes a viernes, de 8:00 a.m. a 4:00 p.m.

La persona que realiza el trámite debe anexar los siguientes requisitos su documento de identidad y el registro civil de nacimiento del menor, donde conste que es el padre o la madre del titular de la certificación, o adjuntar documento donde conste que el solicitante es tutor o curador en ejercicio de la guarda sobre menores de edad no sometidos a patria potestad. En caso de menores de edad bajo protección, la persona que realiza el trámite debe anexar su documento de identidad y además el documento que acredite la representación legal del solicitante.

2. Para mayores de 18 años certificados:

- Ingrese a la página **www.miseguridadsocial.gov.co** y realice el registro correspondiente.
- Una vez usted haya realizado la inscripción, y cuente con usuario y contraseña en Mi Seguridad Social, podrá dirigirse a la siguiente página **<https://web.sispro.gov.co/>**, en la opción RLCPD-Registro de Localización y Caracterización de Personas con Discapacidad, Descargar mi Certificado de Discapacidad.

Si usted presenta dudas, inquietudes, quejas o reclamos respecto al servicio recibido frente al trámite de certificación de discapacidad, puede reportarlo a través de la plataforma **Bogotá te Escucha**

En caso de requerir más información relacionada con la certificación de discapacidad usted puede consultar el ABECÉ de Preguntas y respuestas frecuentes sobre el procedimiento de Certificación de Discapacidad y el Registro para la Localización y Caracterización de las Personas con Discapacidad (RLCPD), el cual puede encontrar en el siguiente

link

Canales Telefónicos:

Línea 195 lunes a domingo, 24 horas al día.

(Línea de Servicio a la Ciudadanía)
(601) 3295090 - horario de atención de lunes a viernes de 7:00 a.m. a 5:00 p.m. en jornada continua y sábados de 7:00 a.m. a 12:00 m.

Canales Virtuales:

Ventanilla Única Digital de Trámites y Servicios **AGILÍNEA - Servicios en Línea.**

- SuperCADE Américas
- SuperCADE Engativá
- CADE Fontibón
- SuperCADE Bosa
- CADE Candelaria
- CADE Gaitana
- SuperCADE 20 de Julio
- CADE Santa Lucía
- CADE Yomasa
- SuperCADE Suba
- CADE Servitá
- SuperCADE CAD
- CADE Santa Helenita

Beneficios del certificado de discapacidad

¿Qué beneficios en salud tiene el certificado de discapacidad?

El certificado de discapacidad permite a esta población ingresar a la base de datos que los prioriza para tener acceso gratuito a todos y cada uno de los diferentes programas y servicios de las entidades del Distrito, direccionados a la población con discapacidad e incluso a los que existen a nivel nacional para más información puede encontrarla en el siguiente enlace:

<https://bogota.gov.co/mi-ciudad/salud/cuales-son-los-beneficios-de-tramitar-el-certificado-de-discapacidad>

Desde la EPS Famisanar se garantiza los derechos en salud de las personas con discapacidad y por eso uno de los beneficios son las exoneraciones. Exoneración del pago de UPC adicional en el valor de la cotización del grupo familiar para hijos beneficiarios mayores de 25 años y la exoneración de copagos y cuotas moderadoras son unos de los beneficios.

¿Como acceder a estos beneficios?

Exoneración del pago de la UPC adicional y activación en el grupo familiar básico como beneficiario con discapacidad.

Requisitos, Ser mayor de 25 años y contar con un el soporte de calificación de invalidez, o certificado de discapacidad que acredite un porcentaje mayor al 50%.

Exoneración de copagos y cuotas moderadoras:

Acorde con el Decreto 1652 del 6 de agosto 2022 Artículo 2.10.4.9 Excepción del cobro de cuotas moderadoras y copagos para grupos especiales:

1. En el Régimen Contributivo y Subsidiado: • Los niños, niñas y adolescentes del Sisbén 1 y 2 con discapacidades físicas, sensoriales y cognitivas, enfermedades catastróficas y ruinosas que sean certificadas por el médico tratante. Las personas en situación de discapacidad, en relación con su rehabilitación funcional.

2. En el Régimen Subsidiado: • Adultos entre 18 y 60 años en condición de discapacidad, de escasos recursos y en condición de abandono que se encuentren en centros de protección.

Esta solicitud de exoneración por discapacidad la puedes hacer directamente al correo de gestión de la población con discapacidad poblaciondiscapacidad@famisanar.com.co adjuntando el certificado de discapacidad indicando los datos completos, Nombre, Tipo y número de documento de identidad, dirección del domicilio, Ciudad, teléfono y correo electrónico, nombre del cuidador o persona de apoyo.

Requisitos para generar impresión del carné de afiliación

Realiza la solicitud por escrito con los siguientes datos de contacto, dirección, teléfono fijo, celular, correo electrónico con copia del documento que acredite la discapacidad como el certificado de discapacidad, pérdida de la capacidad laboral o calificación de invalidez, enviar los soportes en formato PDF al correo electrónico servicioalcliente@famisanar.com.co o en cualquier punto de atención al usuario de EPS Famisanar.



También puede solicitar su carné por medio del correo servicioalcliente@famisanar.com.co con todos los datos de contacto, informando que ya se encuentra caracterizada en la población con discapacidad y que necesita acceder a el carné, para que servicio al afiliado pueda enviarlo en formato PDF.

Oferta de discapacidad para Bogotá por localidades

¿Qué son los beneficios sociales?

Los beneficios sociales son ayudas, servicios, derechos o prestaciones que el Estado u otras instituciones proveen a los ciudadanos para mejorar su calidad de vida, promover la igualdad, proteger sus derechos básicos o ayudarles en situaciones específicas. Estos beneficios suelen estar diseñados para cubrir necesidades básicas, garantizar la seguridad social y promover el bienestar general de la población.

Encuentra aquí los servicios, programas, proyectos y beneficios para la población con discapacidad por Localidades en la Ciudad de Bogotá.

<https://gobiernoabierto bogota.gov.co/oferta-discapacidad>

Aquí hay algunas pautas generales para nombrar correctamente a las personas con discapacidad

Cuando te refieras a personas con discapacidad, es importante utilizar un lenguaje inclusivo y respetuoso.

- Usa el lenguaje centrado en la persona: En lugar de etiquetar a alguien por su discapacidad ("un discapacitado" o "un ciego"), pon énfasis en la persona ("una persona con discapacidad" o "una persona ciega"). Esto coloca a la persona antes que su discapacidad.

- Evita términos despectivos o peyorativos: Hay palabras que pueden ser ofensivas o inapropiadas. Evita términos como "inválido", "deficiente" o "minusválido". En su lugar, utiliza términos como "persona con movilidad reducida".
- Utiliza un lenguaje preciso y específico: Siempre que sea posible, utiliza términos que describan con precisión la discapacidad. Por ejemplo, en lugar de usar un término genérico como "discapacitado", podrías decir "persona con discapacidad visual" o "persona con discapacidad auditiva".
- Pregunta y respeta las preferencias individuales: Algunas personas prefieren términos específicos para referirse a su discapacidad, mientras que otras pueden tener preferencias personales. Siempre es mejor preguntar a la persona cómo prefiere ser identificada.
- Reconoce la diversidad y la individualidad: Recuerda que la discapacidad es solo una parte de la identidad de una persona. Cada individuo es único y tiene una variedad de experiencias, habilidades y características más allá de su discapacidad.
- En resumen, la clave está en usar un lenguaje que ponga énfasis en la persona, sea respetuoso y tenga en cuenta las preferencias individuales. Tratar a cada persona con respeto y consideración es fundamental, y el lenguaje que utilizamos puede marcar una diferencia significativa en cómo se percibe y se trata a las personas con discapacidad. es importante reconocer cómo evitar expresiones que puedan resultar despectivas o que no reflejen el respeto hacia las personas con discapacidad. Aquí hay un listado de términos y expresiones que **NO** se deben utilizar al referirse a personas con discapacidad:

"Minusválido"
 "Incapacitado"
 "Discapacitado" como sustantivo ("los discapacitados")
 "Inválido"
 "Deficiente"
 "Lisiado"
 "Retrasado mental" o "retrasado"

"Enfermo mental"
 "Ciego" como adjetivo peyorativo ("una solución ciega")
 "Sordo-mudo"
 "Persona afectada por la enfermedad de X" (cuando la enfermedad no define la totalidad de la persona)

"Demente" o "loco"
"Loco de atar"
"Minusvalía" (usado como término general)
"Sufre de" seguido de la discapacidad
("sufre de autismo")

"Anormal"
"Tarado"
"Defectuoso"

Estos términos pueden ser ofensivos, despectivos o estigmatizantes. Es fundamental utilizar un lenguaje que coloque a la persona antes que su discapacidad y que respete su dignidad y autonomía. En lugar de enfocarse en la discapacidad como un rasgo definitorio, es preferible utilizar un lenguaje inclusivo que destaque la persona y sus capacidades más allá de la discapacidad.

Aquí tienes un listado de expresiones inclusivas que puedes usar al referirte a personas con discapacidad:

Persona con discapacidad
Persona con discapacidad física
Persona con diversidad funcional
Persona con movilidad reducida
Persona con discapacidad visual
Persona con discapacidad auditiva
Persona con discapacidad intelectual
Persona con discapacidad psicosocial

Persona con capacidades diversas
Persona con habilidades diversas
Persona que utiliza silla de ruedas
Persona sorda
Persona con baja visión
Persona Sordociega
Persona neurodiversa



Recuerda que la clave es usar un lenguaje que ponga énfasis en la persona, respete su individualidad y reconozca la diversidad de capacidades y experiencias. Además, es importante siempre preguntar y respetar las preferencias individuales de las personas con discapacidad al referirnos a ellas.

Fortalecimiento de las oportunidades de inclusión de las personas con discapacidad, familias y sus cuidadores-as en Bogotá

¿Qué iniciativas se están llevando a cabo en Bogotá para promover la inclusión de personas con discapacidad y cuáles son sus objetivos?

En Bogotá, se está desarrollando un proyecto que tiene como objetivo primordial mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad, así como la de sus familias y cuidadores. Este proyecto se enfoca en fortalecer los servicios disponibles para este grupo, asegurando un acceso más equitativo a la atención especializada y promoviendo el desarrollo integral de sus habilidades y capacidades.

Además, se busca fomentar la inclusión activa de las personas con discapacidad en entornos educativos y laborales, creando oportunidades que les permitan participar de manera plena en la sociedad. Este enfoque integral contempla soluciones adaptadas a sus necesidades individuales, considerando aspectos cruciales como sus derechos, género y contexto social. El propósito principal es eliminar barreras y generar condiciones que posibiliten su plena integración, reconociendo su diversidad y promoviendo la igualdad de oportunidades.

Principio del formulario

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/35-entidad/proyectos/4019-proyecto-7771-fortalecimiento-de-las-oportunidades-de-inclusion-de-las-personas-con-discapacidad-familias-y-sus-cuidadores-as-en-bogota>

Este servicio cuenta con las siguientes modalidades:

- Centros Avanzar
- Centros Crecer
- Centros Renacer
- Centros Integrarte Atención Externa
- Centros Integrarte Atención Interna
- Centro de Atención Distrital para la Inclusión Social CADIS

- Bogotá te cuida en casa
- Bono canjeable por alimentos para personas con discapacidad
- Atención emergente a personas con discapacidad y sus cuidadores (as) y sus familias

En el siguiente enlace encuentra los requisitos para ingresar a los servicios de la secretaria de integración social

<https://sig.sdis.gov.co/index.php/es/prestacion-de-los-servicios-sociales-documentos-asociados/prestacion-de-los-servicios-sociales-documentos-asociados-subdireccion-para-la-discapacidad>

Procesos de inclusión educativo distrital Educación básica primaria y secundaria

¿Cuáles son los procesos de inclusión educativo distrital Educación básica primaria y secundaria?

La Secretaría de Educación del Distrito presta atención y acompañamiento escolar a estudiantes con discapacidad, capacidades o talentos excepcionales como parte integral del servicio público educativo en los colegios oficiales, a través del diseño, promoción, materialización, seguimiento de programas, experiencias orientadas a la inclusión académica y social

En cumplimiento del Decreto 1421 de 2017, la oferta educativa para los estudiantes sordos se ha centralizado en los establecimientos educativos oficiales que cuentan con educación bilingüe bicultural.

En el siguiente enlace ingresa al portal de matrículas:

https://matricula.educacionbogota.edu.co/portal_matriculas/proceso-de-matricula/



Inclusión laboral de la población con discapacidad

¿Qué es la Inclusión laboral de la población con discapacidad?

La inclusión laboral de la población con discapacidad se refiere al proceso de garantizar igualdad de oportunidades, acceso y participación en el ámbito laboral para las personas con discapacidad. Esto implica eliminar barreras, tanto físicas como sociales, que puedan impedir su plena integración en el mundo laboral.

La inclusión laboral busca crear entornos laborales inclusivos, adaptados y accesibles para personas con diferentes tipos de discapacidad, brindando igualdad de oportunidades en el reclutamiento, contratación, capacitación y desarrollo profesional. Esto puede incluir ajustes razonables en el lugar de trabajo, capacitación especializada, adecuaciones tecnológicas y medidas para fomentar un ambiente laboral inclusivo.

Es importante reconocer las habilidades, capacidades y potencial de las personas con discapacidad, promoviendo su participación en el mercado laboral en roles que se ajusten a sus capacidades y preferencias, contribuyendo así a su desarrollo personal, económico y social, además de enriquecer la diversidad y la cultura organizacional en las empresas.

Las leyes y políticas de inclusión laboral suelen variar según el país, pero en general, buscan garantizar la igualdad de oportunidades y combatir la discriminación en el ámbito laboral hacia las personas con discapacidad.

Conoce en el siguiente enlace la oferta de empleo:

<https://www.serviciodeempleo.gov.co/inicio>



Best Buddies Colombia

Son parte de una organización internacional con presencia en más de 50 países. Se dedican a la promoción de la inclusión social y laboral de Personas con Discapacidad Intelectual, a quienes llaman Amigos del Alma.

Cuentan con Programas de Voluntariado y de Oportunidad Laboral transformamos la percepción de esta discapacidad en la comunidad. A través de un trabajo digno y de una amistad mejoran la calidad de vida de los Amigos del Alma y de sus familias.

Para procesos de inclusión laboral la persona debe contar con certificado de discapacidad o dictamen de pérdida de la capacidad laboral.

Para más información y acceso a talleres de formación o procesos de inclusión laboral puedes comunicarte con Best Buddies Colombia: Dirección: Carrera 7b Bis 4 124-58 Bogotá, Colombia Teléfono: (57)(1) 702 60 44

Ingresa en el siguiente enlace para ampliar la información

<https://www.bestbuddies.org.co/>



Educación para el trabajo - Servicio Nacional de Aprendizaje -SENA

El servicio nacional de aprendizaje (SENA) realiza procesos de inclusión laboral de personas con discapacidad y de otros grupos vulnerables de la población colombiana, está dada porque gestiona los mecanismos y estrategias de atención dirigidas a poblaciones vulnerables, incluida la población con discapacidad.

¿Quiénes pueden acceder a este servicio?

Personas que presentan discapacidad visual, auditiva, intelectual, física, psicosocial, sordociega y múltiple.

Ingresa al siguiente enlace donde encontraras los requisitos para aplicar.

https://portal.senasofiaplus.edu.co/images/documentos/DISCAPACIDAD_V4.pdf

Instituto Nacional para Ciegos

El Instituto Nacional para Ciegos (INCI) es una institución técnica que está asociada al Ministerio de Educación en Colombia. Desde su creación, el INCI se ha dedicado con esmero a proteger los derechos de los colombianos que tienen discapacidad visual, ya sea ceguera o baja visión, en áreas fundamentales como la inclusión social, educativa, económica, política y cultural.

Su principal enfoque es proporcionar orientación y apoyo a las personas con discapacidad visual, ayudándolas a ejercer sus derechos plenamente y a participar activamente en la vida ciudadana. Además, el INCI ofrece acompañamiento a grupos asociativos de personas con discapacidad visual, brindándoles apoyo en su formación, fortalecimiento y contribución a las políticas públicas.

Para obtener más información y acceder a los servicios ofrecidos por el Instituto Nacional para Ciegos ingresa al siguiente enlace:

https://www.inci.gov.co/_V4.pdf

- Dirección: Carrera 13 # 34 - 91
- Teusaquillo, Bogotá Colombia
- Código Postal para la República de Colombia: 110311
- Horario de atención:
lunes a viernes de 8:00 a.m. a 4:00 pm
- Línea Anticorrupción: 601 3846666
- Teléfono conmutador: 601 3846666
- Teléfono Celular: 316-874 10 14
- WhatsApp: 316-874 10 14
- Correo Institucional:
aciudadano@inci.gov.co
- Correo Transparencia
soytransparente@inci.gov.co
- Correo de notificaciones judiciales:
notificacionesjudiciales@inci.gov.co

Federación Nacional de Sordos de Colombia

La **Federación Nacional de Sordos de Colombia**, es una organización de la sociedad civil que opera como una entidad de segundo grado, afiliando y representando a diversas organizaciones de personas sordas en todo el país.

Esta federación juega un papel fundamental en la defensa y promoción de los derechos de las personas sordas en Colombia. Forma parte del movimiento asociativo global de personas sordas y está vinculada con la Federación Mundial de Sordos (WFD por sus siglas en inglés), una entidad que reúne a 130 países de todo el mundo con el objetivo común de luchar por el reconocimiento y la protección de los derechos de la población sorda a nivel internacional.

FENASCOL trabaja activamente en la promoción de la inclusión, la accesibilidad, la educación, el empleo y otros aspectos fundamentales que impactan la calidad de vida de las personas sordas en Colombia. Su labor se centra en impulsar políticas y acciones que garanticen la igualdad de oportunidades y el pleno ejercicio de los derechos de este grupo poblacional, buscando una sociedad más inclusiva y equitativa para las personas sordas en todos los ámbitos de la vida.



Subsidio económico de la subcuenta del fondo solidario pensional

¿Qué es el Subsidio económico de la subcuenta del fondo solidario pensional?

El Decreto 1355 de 2008 en Colombia regula el acceso al subsidio económico de la Subcuenta de Subsistencia del Fondo de Solidaridad Pensional para personas con discapacidad en extrema pobreza y vulnerabilidad. Para poder acceder a este subsidio, se requiere una calificación de discapacidad superior al 50% según el Manual Único para la Calificación de la Invalidez, que establece los criterios para evaluar el nivel de discapacidad, considerando aspectos médicos, funcionales y sociales que limiten el desempeño diario y laboral de una persona.

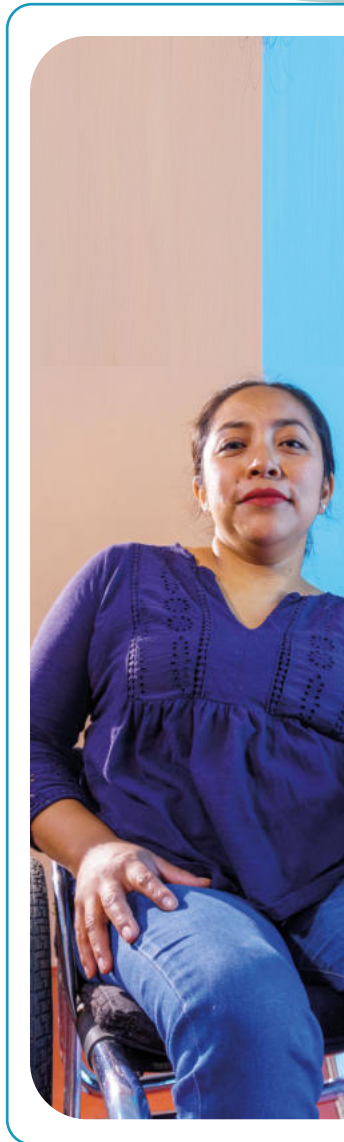
El propósito principal del decreto es apoyar económicamente a personas con discapacidad en situación de extrema pobreza y vulnerabilidad, reconociendo sus necesidades específicas. Esto busca proporcionarles un respaldo financiero para mejorar su calidad de vida y asegurar un nivel básico de subsistencia.

¿Cuál es el porcentaje del aporte al fondo de subsistencia para personas pensionadas?

Quienes reciban una mesada de entre 10 y 20 salarios mínimos legales mensuales vigentes contribuirán para esta subcuenta, un 1%; quienes devenguen más de 20 salarios mínimos, deben contribuir en un 2% para esta cuenta del Fondo de Solidaridad Pensional. Lo anterior, de conformidad con el literal D, numeral 2, del artículo 8, Ley 797 de 2003.

Referencia: 2021 - Todos los derechos reservados Colpensiones más información la puede encontrar en siguiente enlace

<https://www.colpensiones.gov.co/preguntas-frecuentes/278/fondo-de-solidaridad-pensional/#:~:text=%C2%BFCu%C3%A1l%20es%20el%20objeto%20de,pagos%20totales%20a%20esta%20pr>



HORARIO DE ATENCIÓN AL PÚBLICO

Lunes a viernes

Sede FOPEP

De 8 a.m. a 4 p.m. jornada continua.

Línea de atención al pensionado

De 8 a.m. a 6 p.m. jornada continua.

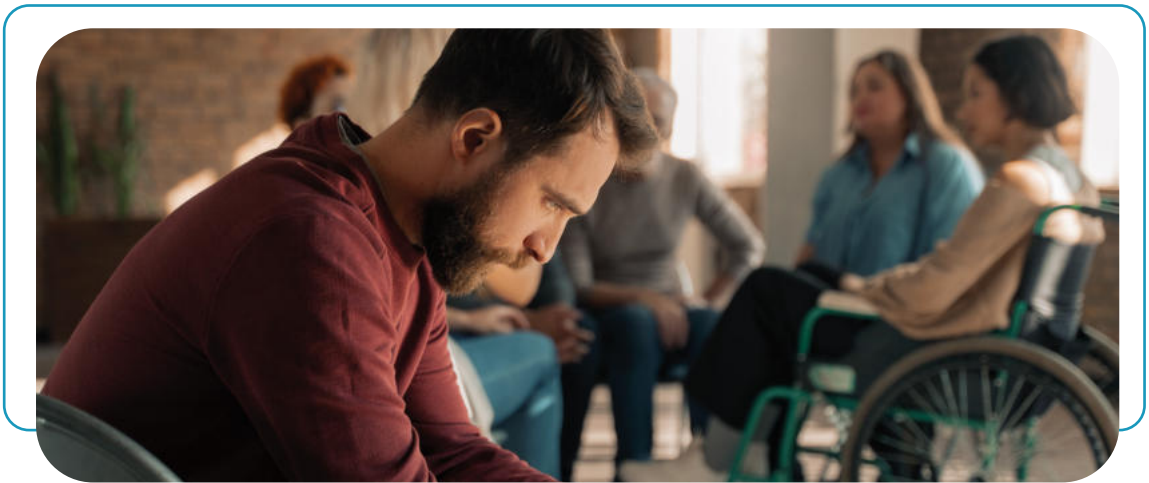
Chatbot

WhatsApp Bot (+57) 313 497 5422

Atención 24 horas los 7 días de la semana.

Dirección de inclusión

Objetivo: Cualificamos a las familias sobre discapacidad, trastornos específicos del aprendizaje y del comportamiento, capacidades y/o talentos excepcionales, para garantizar la permanencia y progreso en el sistema educativo.



¿Quiénes pueden acceder?: Familias con personas de primera infancia, infancia, adolescencia, juventud, adultez.

¿Cómo acceder al servicio?: Correo direcciondeinclusion@educacionbogota.gov.co

¿Qué es la pérdida de capacidad laboral?

La PCL, o Pérdida de Capacidad Laboral, es la reducción en las habilidades físicas, mentales y sociales que impide a un trabajador desempeñarse en su trabajo habitual. Este proceso de calificación establece el grado de esta reducción, permitiendo al afectado acceder a beneficios como servicios médicos específicos y compensaciones económicas acorde al nivel de pérdida de capacidad laboral, que pueden incluir desde incapacidades temporales hasta pensiones por invalidez, dependiendo de la gravedad de la situación.

Calificación de invalidez

Las Juntas Regionales y la Junta Nacional de Calificación de Invalidez, organismos pertenecientes al Sistema de la Seguridad Social Integral, creados legalmente y vinculados al Ministerio del Trabajo. Estos organismos tienen personalidad jurídica, son entidades sin fines de lucro y trabajan de manera interdisciplinaria, con autonomía técnica y científica en la emisión de dictámenes periciales.

Estas juntas están sujetas a fiscalización, se rigen por el Decreto Único Reglamentario del Sector Trabajo (Decreto 1072 de 2015), específicamente en su Título 5, Capítulo 1. En su funcionamiento, las Juntas Regionales califican en primera instancia la pérdida de capacidad laboral y el estado de invalidez, determinando su origen. Por otro lado, la Junta Nacional de Calificación resuelve controversias presentadas por entidades de seguridad social, trabajadores y empleadores relacionadas con el origen y pérdida de capacidad laboral en casos de accidentes o enfermedades de origen común o profesional, decidiendo si un trabajador tiene derecho a pensión por invalidez.



Los integrantes de estas juntas deben regirse por principios constitucionales como la buena fe, el debido proceso, la igualdad, la moralidad, la eficiencia, entre otros. Su actuación también se guía por la ética profesional y las disposiciones del Manual Único para la Calificación de la Pérdida de la Capacidad Laboral y Ocupacional, o normativas equivalentes.

Para ampliar información puedes acceder al siguiente enlace.

<https://www.mintrabajo.gov.co/relaciones-laborales/riesgos-laborales/perfil-del-director/juntas-de-calificacion-de-invalidez#:~:text=Juntas%20Regionales%20y%20Nacional%20de,sujetas%20a%20revisor%C3%ADa%20fiscal%2C%20con>

¿Cómo puedo acceder a la exención del pico y placa por tener un vehículo que transporte a una persona con discapacidad?

Resolución Número 0004575 de 2013 Por la cual se reglamenta el numeral 6 del artículo 15 de la Ley 1618 del 27 de febrero de 2013. El pico y placa es una medida de restricción vehicular implementada en las ciudades, para limitar el uso del transporte y dar mejor movimiento en las carreteras, así mismo, para esta medida las personas en situación de discapacidad están exceptuada.

En el siguiente enlace puedes ampliar información sobre como acceder a este beneficio a nivel nacional.



<https://www.minjusticia.gov.co/programas-co/LegalApp/Paginas/excepci%C3%B3n-del-pico-y-placa-de-una-persona-en-situaci%C3%B3n-de-discapacidad.aspx>

Ten en cuenta que en cada secretaria de movilidad existe un trámite para poder a este beneficio.

- Se registrará un vehículo por cada beneficiario.
- La exención solo será aplicable cuando el beneficiario haga uso del vehículo.
- Tendrá vigencia de 1 año contado a partir de la aprobación).
- El vehículo registrado para uso del beneficiario deberá portar en la parte frontal, como en la posterior, la respectiva señal demostrativa de ser destinado para el transporte de personas con discapacidad.
- Si el vehículo inscrito como beneficiario de la exención es detenido por la autoridad de tránsito deberá estar transportando a la persona en condición de discapacidad inscrita, de lo contrario se podrá interponer el comparendo.
- En cuanto a la certificación de discapacidad, en el evento que la discapacidad permanente haya tenido origen en su lugar de trabajo, será válida la certificación de pérdida de capacidad laboral emitida por la ARL correspondiente, siempre y cuando la misma sea igual o superior al 50%.
- La inscripción deberá realizarse ante la Dirección de Servicio al Ciudadano de la Secretaría de Movilidad de cada municipio.
- Si reside en Bogotá, todas las inscripciones, actualizaciones o modificaciones se harán a través de los canales que se tienen habilitados, los cuales son:
 - De forma presencial, presentando la solicitud y los soportes correspondientes en el punto de atención designado por la Secretaría Distrital de Movilidad.
 - Por escrito radicando en la oficina de correspondencia designada por la secretaria Distrital de Movilidad.
 - Por los Canales virtuales de cada Secretaría de movilidad.

<https://www.movilidadbogota.gov.co/web/node/2374#:~:text=La%20Secretar%C3%ADa%20Distrital%20de%20Movilidad%20tambi%C3%A9n%20tiene%20canales%20de%20informaci%C3%B3n,y%20en%20la%20l%C3%ADnea%20195>

Beneficios distritales de transporte para personas con discapacidad

Este subsidio Únicamente se puede utilizar en los vehículos de transporte público que hacen parte del Sistema Integrado de Transporte Público SITP. Aplica para las personas con discapacidad, que estén registradas en la base de datos de la secretaria de Salud del Distrito Capital y que no sean propietarios de vehículos automotores ni beneficiarios de excepción al pico y placa para personas con discapacidad.

<https://www.movilidadbogota.gov.co/web/>

Primeros Auxilios Psicosociales para Cuidadores de Personas con Discapacidad

Los cuidadores de personas con discapacidad enfrentan demandas físicas, emocionales y logísticas constantes. Estos Primeros Auxilios Psicosociales buscan apoyar de manera inmediata al cuidador cuando muestra señales de agotamiento, estrés o sobrecarga.

1. Reconocer la carga del cuidador

El primer paso es identificar que el cuidador puede estar viviendo tensión acumulada por:

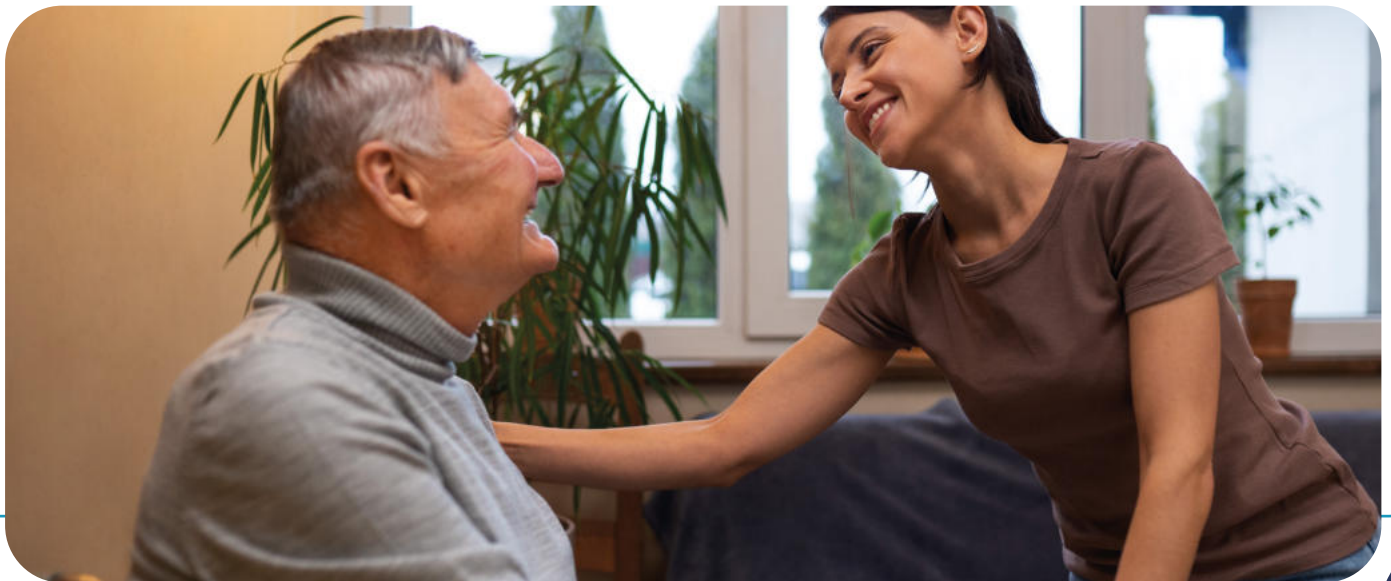
- Cuidado permanente o vigilancia continua
- Sobrecarga física (movilizaciones, rutinas, terapias, medicamentos)
- Falta de tiempo propio
- Aislamiento o ausencia de redes de apoyo
- Preocupaciones económicas y laborales

Validar esta realidad permite abrir un espacio seguro para brindarle apoyo.

2. Señales específicas de alerta en cuidadores

Si el cuidador presenta varios de estos signos, puede estar en riesgo de agotamiento:

- Irritabilidad o respuestas cortas con la familia o la persona cuidada
- Dificultad para dormir o sentir cansancio extremo durante el día
- Sentirse “en piloto automático” durante las rutinas de cuidado
- Pensamientos de culpa por no poder con todo
- Olvidar tareas importantes (citas, medicamentos)
- Aislarse o evitar actividades sociales
- Dolores frecuentes en espalda, cuello o cabeza
- Hablar de sentirse “sin fuerzas”, “ahogado” o “al borde”



3. Primeros Auxilios Psicosociales específicos

A. Pausa guiada del cuidador

Permite estabilizar las emociones y reducir la tensión física.

- Pedirle que se siente y realice una respiración lenta y profunda.
- Relajar hombros y manos conscientemente durante unos segundos.
- Beber agua o mojarse las manos con agua fría.

Esta pausa corta ayuda a disminuir la carga inmediata sin interrumpir el cuidado.

B. Acompañamiento empático

- Escuchar sin corregir ni minimizar.
- Frases recomendadas:
 - “Entiendo que estás haciendo un esfuerzo enorme.”
 - “No tienes que poder con todo solo.”
- Evitar frases dañinas como:
 - “Tú escogiste esto”,
 - “Paciencia”,
 - “Es tu obligación”.

C. Reorganización del momento crítico

Ayuda al cuidador a recuperar control:

- Preguntar: **“¿Qué es lo más urgente ahora y qué puede esperar?”**
- Hacer una lista rápida de 2–3 tareas que pueden delegarse.
- Identificar una acción concreta de alivio inmediato (un descanso corto, un apoyo temporal, una llamada de apoyo).

D. Apoyo práctico inmediato

Dependiendo del contexto, puedes ayudar a:

- Sostener a la persona cuidada mientras el cuidador se calma.
- Acompañar un traslado o diligencia urgente.
- Hacer una llamada a un familiar, vecino o servicio de apoyo.
- Simplificar rutinas del momento (por ejemplo, preparar un espacio más seguro, ajustar posturas, entregar insumos).

El apoyo funcional reduce la sensación de carga total.

E. Validar las emociones del cuidador

Es fundamental reconocer la experiencia sin juzgar:

- “Es normal sentir cansancio.”
- “Es válido necesitar un respiro.”
- “No estás fallando; estás en una situación de alta demanda.”

La validación inmediata disminuye culpa y reduce el riesgo de agotamiento profundo.

4. Cierre del acompañamiento

- Recordar que cuidarse también es parte del cuidado.
- Sugerir descanso breve una vez superado el momento crítico.
- Si el cuidador muestra señales persistentes de agotamiento, tristeza profunda o pensamientos de desesperanza, orientarlo a apoyo psicológico o líneas de atención.

Personas que ejercen actividades sexuales pagadas

En Colombia el ejercicio de las actividades sexuales pagadas por personas mayores de edad es una actividad lícita, cuando se desarrolla de manera libre, voluntaria, por cuenta propia y sin que exista algún tipo de presión, manipulación o amenaza para llevarla a cabo. Es decir, la norma diferencia el ejercicio de actividades sexuales pagadas de delitos como, la prostitución forzada, la esclavitud sexual, la trata de personas con fines de explotación sexual, y la explotación sexual comercial de niños, niñas y adolescentes- ESCNNA-, en las que no existe consentimiento ni autonomía en el ejercicio de dichas actividades.



Secretaría Distrital de Salud de Bogotá

- **Objetivo:** El objetivo de los servicios y programas dirigidos a personas que ejercen actividades sexuales pagadas en Bogotá suele ser promover su salud, seguridad y derechos. Esto incluye la prevención de enfermedades de transmisión sexual, la atención médica, el asesoramiento legal y la reducción de riesgos.
- **Servicios ofertados:** Los servicios disponibles pueden variar, generalmente incluyen:
 - Pruebas de VIH y otras infecciones de transmisión sexual (ITS). Se ofrecen pruebas de VIH y otras ITS de manera regular para garantizar la salud sexual.
 - Se ofrecen pruebas de VIH y otras ITS de manera regular para garantizar la salud sexual.

- Entrega de preservativos y material de prevención, se distribuyen gratuitamente preservativos y material de prevención para reducir el riesgo de ITS y embarazos no deseados.
- Atención médica y de salud sexual: Se brinda acceso para atención médica y servicios de salud sexual, incluyendo pruebas y tratamientos.
- Asesoramiento y apoyo: Se ofrece asesoramiento en temas de salud sexual, prevención de riesgos y derechos humanos.
- Programas de reducción de daños: Estos programas ofrecen información sobre cómo reducir los riesgos asociados con el trabajo sexual, como el uso de preservativos y la prevención de la violencia.
- **¿Cómo acceder al servicio?** Carrera 32 #12-81 Bogotá, Colombia. Teléfono: 6013649090. Para más información consulta el siguiente enlace:

http://www.saludcapital.gov.co/Documents/Direct_%20Unid_Servicios_de_Salud_Subredes.pdf

Tipo de población: Población migrante

Los y las migrantes son personas que se han desplazado por diversos motivos desde su lugar habitual de residencia a otro país. En ocasiones esta movilización ha sido en condiciones que han sido contrarias a la protección y garantía de sus derechos, generando que el ingreso, tránsito y permanencia en el país de destino sea en condiciones de vulnerabilidad, por lo que requieren de una protección especial por parte del Estado, así como la definición y puesta en funcionamiento de políticas públicas que contribuyan a la garantía de sus derechos.



Para la entrega del beneficio, se debe identificar la problemática en la emergencia social y análisis del nivel de fragilidad social para las modalidades de Integración en tu camino y Ayuda humanitaria para la estabilización. En el caso de la modalidad de Acciones para la integración y los derechos la atención es abierta a través de la articulación que se realiza con entidades y la cooperación internacional, para población proveniente de flujos migratorios mixtos que se encuentren en el Distrito Capital.

Para ampliar información puedes acceder al siguiente enlace:

https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2025/Entidad/12062025-por_tafolio_servicios_secretaria_distrital_integracion_social_v15.pdf

Secretaría Distrital de Integración Social de Bogotá

- **Objetivo:** El objetivo principal de los servicios dirigidos a la población migrante en Bogotá es facilitar su proceso de adaptación e integración en la ciudad, garantizar el respeto de sus derechos y proporcionar asistencia en áreas clave como la salud, la educación, el empleo y la vivienda.
- **Servicios ofertados:** Los servicios ofrecidos a la población migrante pueden variar, pero típicamente incluyen:
 - Atención Médica: Acceso a servicios de atención médica básica y atención de emergencia.
 - Educación: Inscripción en escuelas públicas, programas de educación para adultos y apoyo en la adaptación al sistema educativo.
 - Empleo: Asesoramiento en la búsqueda de empleo, programas de capacitación laboral y acceso a oportunidades laborales.
 - Vivienda: Información sobre vivienda asequible y programas de asistencia en la búsqueda de vivienda.
 - Asistencia Legal: Orientación legal y asesoramiento en temas relacionados con inmigración y derechos laborales.
 - Apoyo Psicosocial: Servicios de apoyo emocional y asistencia psicológica.
 - Alimentación: Acceso a programas de asistencia alimentaria.
- **¿Cómo acceder al servicio?** Visita el sitio web oficial de la Secretaría Distrital de Integración Social para obtener información actualizada sobre los programas y servicios disponibles.

https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2022/politicas_publicas/Portafolio_Familias.pdf

Tropa social a tu hogar

Objetivo: Acompañamiento integral a familias para la construcción de proyectos de vida, generación de oportunidades y superación de las afectaciones, para el mejoramiento de la calidad de vida de hogares pobres y en riesgo de pobreza.

¿Quiénes pueden acceder? Hogares de jefatura femenina en situación de vulnerabilidad económica.

¿Cómo acceder al servicio? Para más información consulta el siguiente enlace:

<https://bogota.gov.co/bogota-cuidadora/#/user/register>

Ayuda humanitaria para la estabilización

- **Objetivo:** Entrega de beneficios como apoyo alimentario, kit de higiene y aseo, duchas y roperos solidarios, alojamiento transitorio, dormida digna, entre otros servicios.
- **¿Quiénes pueden acceder?** Personas migrantes como mujeres gestantes, lactantes, personas con discapacidad, personas mayores, hogares con jefatura femenina u hogares donde sus integrantes son mayores de 28 años que no estudian ni trabajan.
- **¿Cómo acceder al servicio?** Dirigirse a la Carrera 80 #43-43 sur o línea de atención itinerante: 3108661787.

Tipo de población: Víctimas del conflicto armado

Son aquellas personas que individual o colectivamente hayan sufrido un daño por hechos ocurridos a partir del 1º de enero de 1985, como consecuencia de infracciones al Derecho Internacional Humanitario o de violaciones graves y manifiestas a las normas internacionales de Derechos Humanos, ocurridas con ocasión del conflicto armado interno.

Unidad para las Víctimas

- **Objetivo:** La Unidad para las Víctimas ofrece servicios de atención psicosocial, asesoría legal, reparación integral, apoyo educativo, laboral, y programas de reconciliación.
- **¿Cómo acceder al servicio?** Para acceder a los servicios de la Unidad para las Víctimas, puedes visitar sus oficinas o puntos de atención en Bogotá. También puedes comunicarte con la línea nacional de atención a víctimas marcando el número +57 (601) 4261111.
- **Para radicación de notificaciones Judiciales:** serán recibidas en la Ventanilla única de radicación: Bogotá: Carrera 85D No. 46A-65, Complejo logístico San Cayetano. Código Postal: 111071 y Medellín: Calle 49 No 50-21 piso 14, Edificio del Café. Código Postal: 050010. El correo electrónico para notificaciones judiciales es: notificaciones.juridicauariv@unidadvictimas.gov.co
- **Correo electrónico:** servicioalciudadano@unidadvictimas.gov.co
- Para más información puedes consultar la página web:

<https://www.unidadvictimas.gov.co/>

Procesos de atención psicosocial en modalidad familiar en el marco del programa de atención psicosocial y salud integral a víctimas del conflicto armado:

- **Objetivo:** Abordaje dirigido a las personas y familias víctimas frente a las afectaciones psicosociales causadas por hechos de la violencia en el marco del conflicto armado.
- **¿Quiénes pueden acceder?** Personas y familias víctimas del conflicto armado.
- **¿Cómo acceder al servicio?** Tener Registro Único de Víctimas (RUV) y acercarse al centro de encuentro (antiguo centro local atención a víctimas CLAV) de su localidad:

<https://victimasbogota.gov.co/transparencia/atencion-ciudadano/centros-locales-atencion-victimas-clav>

Acompañamiento psicosocial individual y grupal a víctimas.

Objetivo: Orientación psicosocial y de acceso a la oferta nacional, distrital y local para el goce efectivo de derechos de las víctimas frente a necesidades familiares y colectivas.

¿Quiénes pueden acceder? Jóvenes, adultos, personas mayores y familias víctimas del conflicto armado.

¿Cómo acceder al servicio? A través del correo: psicosocial@alcaldiabogota.gov.co

6 Identidad y diversidad

Grupos étnicos

Son poblaciones cuyas condiciones y prácticas sociales, culturales y económicas, los distinguen del resto de la sociedad y que han mantenido su identidad a lo largo de la historia, como sujetos colectivos que aducen un origen, una historia y unas características culturales propias, que están dadas en sus cosmovisiones, costumbres y tradiciones.

Corresponde a: comunidades negras y afrocolombiana, pueblos indígenas, pueblo rom-gitano, comunidad raizal y comunidad palenquera.

Canastas Alimentarias

Objetivo: Entrega mensual de alimentos a hogares de grupos étnicos, comunidades negras, afrocolombianas, raizales y palenqueras y a hogares identificados en territorios rurales o grupos poblaciones en situación de pobreza, vulnerabilidad e inseguridad alimentaria. Se acompaña de procesos de vigilancia del estado nutricional y promoción en estilos de vida saludable.

¿Quiénes pueden acceder? Familias pertenecientes a grupos étnicos en situación de inseguridad alimentaria.

¿Cómo acceder al servicio? Acercarse a las Subdirecciones Locales de Integración Social, según su lugar de residencia. También puedes consultar el siguiente enlace para más información:

https://old.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/2014/siac/contactenos_directorio_subdirecciones_locales.pdf



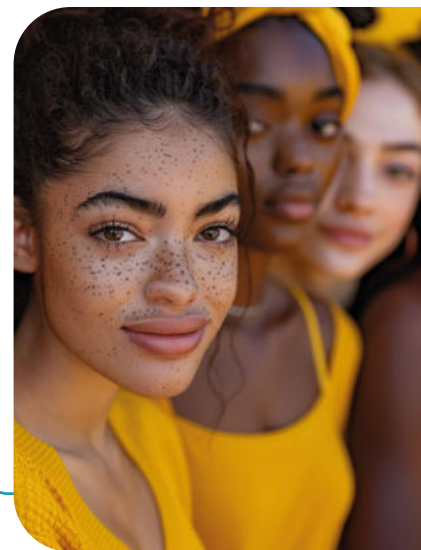
Casas de pensamiento intercultural

Objetivo: Busca favorecer el desarrollo integral de familias con enfoque diferencial étnico, a través de procesos pedagógicos orientados hacia el reconocimiento de la diversidad, la identidad étnica y cultural.

¿Quiénes pueden acceder? Niñas y niños menores de cinco (5) o personas menores de seis (6) años con discapacidad o alteraciones en el desarrollo que según concepto técnico profesional deban ingresar, que habiten en Bogotá y que pertenezcan a algún grupo étnico.

¿Cómo acceder al servicio? Acercarse a las Subdirecciones locales de Integración Social, según su lugar de residencia:

https://old.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/2014/siac/contactenos_directorio_subdirecciones_locales.pdf



Modalidad Territorios étnicos con bienestar –TEB “Mi familia”

Objetivo: Programa de fortalecimiento de capacidades en las familias y comunidades étnicas, a través de metodologías participativas para la promoción del desarrollo integral de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, teniendo en cuenta su construcción y comprensión del mundo.

¿Quiénes pueden acceder? Familias de comunidades étnicas modalidad TEB que estén en los servicios de primera infancia, infancia, adolescencia y juventud, sistema de responsabilidad penal adolescentes y procesos administrativos de restablecimiento de derechos.

¿Cómo acceder al servicio? Se benefician familias vinculadas a los servicios del ICBF, que cumplan con los criterios de focalización a través del siguiente enlace:

www.icbf.gov.co

Género

Es importante recordar que el género en las diversas sociedades como construcción social e histórica asigna roles, características y patrones culturales a las feminidades y masculinidades en correlato con el sexo asignado al nacer, lo que coloca a las mujeres, personas feminizadas y personas LGBTIQ+ en proceso de subordinación y relaciones desiguales de poder.



El enfoque de género según la Secretaría Distrital de la Mujer se define como un conjunto de ideas que permite entender las diferencias y vínculos sociales construidos entre mujeres y hombres, los cuales, en muchos casos, reflejan relaciones desiguales de poder que evidencian la subordinación de las mujeres frente a los hombres. Este tipo de relaciones genera desigualdades y actos de discriminación hacia las mujeres, limitando su capacidad para ejercer plenamente sus derechos y acceder en condiciones de equidad a recursos, decisiones, oportunidades y beneficios en los ámbitos social, económico, cultural y político.

Referencia: Secretaría Distrital de la Mujer, 09 de junio del 2019, Glosario,

<https://antiguo.sdmujer.gov.co/content/glosario>

Mujeres

Las mujeres están simultáneamente atravesadas por distintos sistemas de subordinación y opresión, y dar cuenta de cómo estos sistemas desde las relaciones de poder las afectan; reconociendo que las mujeres están en contextos de inequidades y desigualdades en función del sexo/género; clase social, raza, racialización-racismo; etnicidad; edad, origen, nacionalidad, capacitismo, migración, heteronorma y las religiones hegemónicas. Eso conlleva a que se deben generar acciones en clave de una atención integral, desde la promoción, protección, restitución, garantía y defensa de los derechos de las mujeres y teniendo en cuenta sus diferencias y diversidades, las relaciones y cruces interseccionales.

Si estas buscando espacios para reconocer, redistribuir y reducir la carga de los trabajos de cuidado en las mujeres en sí mismas y en su red familiar encuentra más información el siguiente enlace:

<https://manzanasdelcuidado.gov.co/servicios-para-mujeres-cuidadoras/>



Secretaría Distrital de la Mujer de Bogotá

Objetivo: La Secretaría Distrital de la Mujer ofrece programas y servicios para promover la igualdad de género, prevenir la violencia de género, y empoderar a las mujeres en Bogotá. Esto puede incluir programas de empoderamiento, capacitación, prevención de la violencia y otros servicios.

¿Quiénes pueden acceder? Mujeres.

¿Cómo acceder al servicio? Puedes obtener información detallada sobre los programas y servicios disponibles en la Secretaría Distrital de la Mujer en Bogotá, a través de su sitio web oficial o visitando sus oficinas en el siguiente enlace:

<https://www.sdmujer.gov.co/>

Línea Púrpura Distrital

Objetivo: Proporcionar atención a mujeres mayores de 18 años que identifiquen estar viviendo una situación de violencia basada en género o personas que tengan conocimiento de una situación de violencias hacia las mujeres.

¿Quiénes pueden acceder? Mujeres en curso de vida de la juventud, adultez, personas mayores y gestantes.

¿Cómo acceder al servicio? Llamando al 018000112137, escribiendo al WhatsApp 3007551846 o al correo electrónico lpurpura@sdmujer.gov.co



Sistema de Cuidado

Objetivo: Dirigido a quienes cuidan y tienen a su cuidado a personas que requieren altos niveles de apoyo como personas en el curso de vida de la primera infancia, personas con discapacidad o personas en curso de vida de la vejez.

¿Quiénes pueden acceder? Primera infancia, infancia, adolescencia, juventud, adultez, personas mayores y gestantes.

¿Cómo acceder al servicio? Si eres cuidadora puedes consultar el siguiente enlace para más información:

<https://www.manzanasdelcuidado.gov.co/>

Programa Abordaje Integral de violencias contra las mujeres

Objetivo: Es un programa para avanzar en la garantía del derecho de las mujeres a una vida libre de violencias a través de la prevención, atención, seguimiento y monitoreo de los casos y de la transformación cultural.

¿Quiénes pueden acceder? Este programa se dirige a toda la población colombiana, en particular a mujeres, niñas, niños y personas LGBTIQ+, que son sujetos de especial protección constitucional.

¿Como acceder a los servicios? Puedes contactar directamente con el Ministerio de Igualdad y Equidad o a través de las entidades territoriales y organizaciones aliadas que participan en el programa a nivel nacional. Conoce más información en el siguiente enlace:

<https://www.minigualdadyequidad.gov.co/programa-abordaje-integral-violencias-contra-mujeres>



Casa de Igualdad de Oportunidades para las Mujeres

Objetivo: La Casa de Igualdad de Oportunidades para las Mujeres ofrece programas y servicios para promover la igualdad de género, prevenir la violencia de género y empoderar a las mujeres en Bogotá. Esto puede incluir talleres, capacitación, asesoramiento y eventos.

¿Cómo acceder al servicio? Puedes obtener información detallada sobre los programas y servicios de la Casa de Igualdad de Oportunidades para las Mujeres a través de su sitio web oficial o visitando sus instalaciones en Bogotá, en el siguiente enlace:

<https://www.sdmujer.gov.co/com>

Manzanas del Cuidado

Objetivo: Las Manzanas del Cuidado son espacios de la ciudad en los que brindamos tiempo y servicios a las mujeres y a sus familias. Las cuidadoras tienen tiempo y servicios gratuitos para que puedan cumplir los sueños que pusieron en pausa por la sobrecarga en los trabajos de cuidado.

¿Quiénes pueden acceder? Todas las mujeres en sus diferencias y diversidades, y también sus familias.

¿Como acceder al servicio? Acercarse a las manzanas del cuidado más cercana, según su lugar de residencia, para más información consulta el siguiente enlace:

<https://manzanasdelcuidado.gov.co/donde-encontrarlas/>



Ruta Única de Atención a mujeres víctimas de violencias y en riesgo de feminicidio

Objetivo: Bogotá cuenta con la Ruta Única de Atención a mujeres víctimas de violencias, a través de la cual las mujeres víctimas y la ciudadanía en general, pueden informarse sobre a dónde acudir en casos de violencias de género, cómo y dónde solicitar orientación, atención en salud, medidas de protección o cómo acceder efectivamente a la justicia.

¿Quiénes pueden acceder? Mujeres víctimas de violencias.

¿Cómo acceder al servicio? Líneas telefónicas gratuitas, 24 horas, a las que se puede llamar aún sin minutos en el celular:

- Línea Púrpura Bogotá 01 8000 112 137 y WhatsApp Púrpura 300 755 1846 para recibir orientación y atención psicosocial.
- Línea 155. Orientación a mujeres víctimas de violencias fuera de Bogotá. Informa sobre el acceso a los servicios de justicia, psicológicos y médicos en el país.

Para orientación más información puedes:

- Acudir al CAI más cercano a tu vivienda, para recibir información según tu caso.
- Acudir a las 20 casas de Igualdad de Oportunidades para las Mujeres para recibir acompañamiento psicosocial, orientación y asesoría jurídica. Horario de atención presencial: lunes a viernes de 8:00 a.m. a 5:30 p.m. (jornada continua) Consulta los teléfonos y direcciones en:
- Asistir a las casas de Justicia para recibir orientación e información sobre tus derechos y asesoría jurídica. Horario de atención: lunes a viernes de 7:00 a.m. a 4:30 p.m. / Consulta la más cercana a tu localidad en:

<https://www.sdmujer.gov.co/>

<https://bogota.gov.co/mi-ciudad/mujer/donde-se-ubican-las-casas-de-justicia-donde-hay-ruta-integral-de-mujer>

- Casa de todas para recibir servicios especializados de asesoría socio-jurídica, atención psicosocial y atención de intervención social para personas que realizan actividades sexuales pagadas. Dirección: Calle 24 #19a-36. Teléfonos de contacto: 305 816 2919 / (601) 555 7494 - Correo electrónico: casadetodas@sdmujer.gov.co. Atención telefónica y presencial: lunes a viernes, 8:00 a.m. a 5:00 p.m.
- Defensoría del Pueblo Regional Bogotá para recibir orientación, asesoramiento psico-jurídico y asistencia técnico-legal. Correo electrónico: bogota@defensoría.gov.co
- Para acceder a información general sobre el Sistema de Salud, gestionar barreras de acceso a la salud o solicitar información sobre canales para asignación de citas médicas en las Unidades de Servicios de la red pública, puede comunicarse con la Línea "Salud para Todos" 3649666 o acudir a un hospital o clínica más cercana.
- Las medidas de protección son acciones que ordenan las autoridades competentes para proteger tu vida e integridad, la de tus hijas e hijos. Se pueden solicitar a través de: Comisarías de Familia, Línea 'Una llamada de vida' 3808400 / Horario de atención presencial: lunes a viernes de 7:00 a.m. a 4:00 p.m. Jueces de control de garantías por solicitud de la fiscalía general de la Nación.

Las mujeres pueden denunciar los hechos en:

- Oficinas de quejas y contravenciones de las Estaciones de Policía.
- Comisarías de Familia para casos de violencia intrafamiliar o delitos sexuales en el ámbito familiar.
- Fiscalía General de la Nación - Línea 122.
- Centro de Atención Penal Integral a Víctimas-CAPIV: Calle 19 No 27-09, primer piso.
- Centro de Atención Integral a Víctimas de Violencia Sexual-CAIVAS: Calle 19 No 27-09, primer piso.
- Unidades de Reacción Inmediata-URI.
- Si necesitas un examen médico legal, será la autoridad pertinente la que solicite este trámite ante el Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses.

- El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) es la autoridad competente para la protección integral y restablecimiento de los derechos de niños, niñas y adolescentes. Línea 141 / WhatsApp de 6:00 a.m. a 10:00 p.m.: 3202391685 – 3208655450 – 3202391320.
- Personería de Bogotá si la mujer no recibió la información, orientación y/o atención necesaria, Línea 143.
- Línea de emergencias 123 para recibir atención inmediata en Bogotá.

Ruta violencia en el contexto familiar

Objetivo: Previene, protege, restablece, repara y garantiza los derechos de las personas que estén en riesgo, sean o hayan sido víctimas de violencia por razones de género en el contexto familiar y víctimas de otras violencias en el contexto familiar.

¿Quiénes pueden acceder? Cualquier persona que conozca un caso de presunta violencia en el contexto familiar, bien sea: la familia, el colegio, los servicios de salud, culto religioso, la comunidad, a través de autoridades y entes.

¿Cómo acceder al servicio? En la Comisaría de Familia, de manera presencial, si la situación se presentó en contexto familiar o en la línea 601 3808400 Una llamada de vida.

La fiscalía general de la Nación, a través de la línea 122 o en el sitio web

<https://www.fiscalia.gov.co/colombia/>

Sistema de denuncia virtual: ¡A Denunciar! - CAF (Centro de Atención de la Fiscalía) Calle 19 No. 27 – 09.



Reportar, informar u orientar a través de:

- En situación de maltrato contra un niño, niña o adolescente a través de la línea 141.
- Si la vida de cualquier apersona está en peligro a través de la línea 123.
- Si necesitas que te escuchen a través de la línea 106.
- Protege tu salud mental y aprende el manejo de tus emociones línea 192 opción 4.
- Si una mujer es víctima de violencias 018000112137.
- Si necesitas atención, asesoría psicosocial, orientación o acompañamiento - Línea Diversa (Subdirección para asuntos LGBTIQ+) 3108644214.
- Línea de escucha dirigida a los hombres -Línea Calma (Dirección de Cultura de la Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte) 018000423614.
- Si eres víctima o conoces un caso de trata a personas. Atención a Víctimas de Trata a Personas 3002505050 Secretaría Distrital de Gobierno.
- Si necesitas información y orientación o asesoría para la prevención, el consumo o riesgo de consumo de sustancias psicoactivas (SPA) Línea psicoactiva (Secretaría Distrital de Salud) 018000 112 439 WhatsApp: 301 276 11 97.

Género: Diversidad sexual

La diversidad sexual es un término con el cual se reconoce el amplio espectro de posibilidades que el ser humano asume en la búsqueda de satisfacer su deseo, afectividad, erotismo y genitalidad, asociadas a la sexualidad en sus dimensiones biológica, psicológica, social y cultural (Ministerio de Salud Y Protección Social, 2014).



Para fortalecer la autonomía, capacidades y habilidades para la vida de personas de los sectores sociales LGBTI y con otras orientaciones sexuales, identidades de género y expresiones de género, sus familias y redes de apoyo para superar las barreras que limitan el acceso a servicios esenciales y garantizar el ejercicio pleno de sus derechos, promoviendo el bienestar emocional y el mejoramiento de la calidad de vida.

Para ampliar información puedes acceder al siguiente enlace:

https://www.integracionsocial.gov.co/images/_docs/2025/Entidad/12062025-portafolio_servicios_secretaria_distrital_integracion_social_v15.pdf

Servicio casas población LGBTIQ+

Objetivo: Orientación y acompañamiento psicosocial dirigido a personas de los sectores sociales LGBTIQ+ sus familias y redes de apoyo, a través de atención individual, colectiva y telefónica.

¿Quiénes pueden acceder? Personas mayores de 14 años de los sectores sociales LGBTIQ+ y con otras orientaciones sexuales, identidades de género y expresiones de identidad de género, sus familias y redes de apoyo. Al componente de orientación psicosocial individual podrán ingresar personas menores de 14 años, en compañía de sus padres o de quien ejerza su custodia o patria potestad.

¿Cómo acceder al servicio? UCD Unidad Contra la Discriminación: Av. calle 19 # 26 09.

Línea Diversa – 3108644214 (atención de lunes a viernes 8 a 5 pm sábados 10 a 4 pm)

Red de Profesionales para la Salud Trans– 3203033527



Servicio Unidad Contra la Discriminación-UCD

Objetivo: Busca contribuir a la garantía de derechos y al acceso a la justicia en casos de discriminación, violación o riesgo de vulneración de los derechos fundamentales, por orientación sexual e identidad de género, de personas de los sectores sociales LGBTIQ+, a través de procesos de orientación socio jurídica que residan en Bogotá.

¿Quiénes pueden acceder? Personas mayores de 14 años de los sectores sociales LGBTIQ+ y con otras orientaciones sexuales, identidades de género y expresiones de identidad de género, sus familias y redes de apoyo. Al componente de orientación psicosocial individual podrán ingresar personas menores de 14 años, en compañía de sus padres o de quien ejerza su custodia.

¿Cómo acceder al servicio? UCD Unidad Contra la Discriminación: Av. Calle 19 # 26 09

Línea Diversa – 3108644214

Para más información consulta el siguiente enlace:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdPI2N51KJ-4ejXm3DDfOQOVG6t8tDoR8kmvNuK6homGaCuog/viewform>

Proyecto “Monocuco”

Objetivo: Estrategia de fortalecimiento a las familias de personas trans, promoción del buen trato y prevención de las violencias en el contexto familiar y el abandono.

¿Quiénes pueden acceder? Familias con integrantes trans o en proceso de transición de sexo.

¿Cómo acceder al servicio? A través del correo Diversidadsexual@sdp.gov.co

Colombia Diversa



Colombia Diversa

Misión: Lucha porque los derechos de aquellas personas que han sido discriminadas por amar, ser o parecer “diferentes”.

¿Quiénes pueden acceder? Miembros de la comunidad LGTBQ+ (personas que se identifiquen como lesbianas, gays, bisexuales y trans en Colombia)

¿Cómo acceder al servicio? A través del correo <https://colombiadiversa.org/>

Fundación grupo de acción y apoyo a personas Trans



Objetivo: Promueve y defiende los derechos de las personas con experiencias de vida trans en Colombia.

¿Quiénes pueden acceder? Personas que se identifiquen como trans y/o que viven con VIH.

¿Cómo acceder al servicio? Para más información consulta el siguiente enlace:



<https://fundacisn-gaat.my-free.website/>

Fondo Trans Internacional



INTERNATIONAL
TRANS FUND

Misión: Movilizar recursos sostenibles a los movimientos de liderazgo trans y la acción colectiva, así como atender y eliminar las brechas de financiamiento que impactan a los grupos trans en el mundo entero.

¿Quiénes pueden acceder? Personas que se identifiquen como trans.

¿Cómo acceder al servicio? Para más información consulta el siguiente enlace:



<https://www.transfund.org/2020-2/?lang=es>

Strong family alliance

**STRONG
FAMILY
ALLIANCE**

Misión: Salvar vidas y preservar familias apoyando a los padres de niños que salen del closet.

¿Quiénes pueden acceder? Miembros de la comunidad LGTBQ+ (personas que se identifiquen como lesbianas, gays, bisexuales y trans).

¿Cómo acceder al servicio? Para más información consulta el siguiente enlace:



<https://www.strongfamilyalliance.org/>

Red somos



Objetivo: Trabajar por el reconocimiento de la diversidad sexual y de géneros, la salud sexual y el fortalecimiento comunitario a través de la prestación de servicios comunitarios, la investigación social, la participación y la incidencia política.

¿Quiénes pueden acceder? Miembros de la comunidad LGTBQ+ (personas que se identifiquen como lesbianas, gays, bisexuales, trans y/o que viven con VIH).

¿Cómo acceder al servicio? Para más información consulta el siguiente enlace:



<https://www.redsomos.org/>

Aid for aids Colombia

Objetivo: Proporcionar medicamentos gratuitos a personas con VIH que no tienen acceso al tratamiento en Colombia. Brindar educación preventiva, manejo de casos, capacitación y defensa a personas con VIH y personas afectadas por la epidemia a nivel nacional.

¿Quiénes pueden acceder? Personas con VIH.

¿Cómo acceder al servicio? Para más información consulta el siguiente enlace:



<https://www.aidforaidscolombia.org/impacto/>

Población en zona rural

Desde el enfoque territorial se actúa con un criterio básico de justicia territorial, que procure reconocimientos sociales y ambientales de los habitantes y equilibrios o adecuaciones en las políticas públicas de desarrollo y gestión ambiental.

Crece en la ruralidad

Objetivo: Promueve en las familias acompañamiento para el desarrollo integral y el goce efectivo de derechos de la primera infancia desde la gestación hasta los 3 años, en los territorios rurales.

¿Quiénes pueden acceder? Niñas, niños, gestantes, madres, padres y cuidadores habitantes de los territorios rurales de Chapinero, Suba, Ciudad Bolívar, Usme y Sumapaz.

Niñas o niños mayores de 3 años residentes de Bogotá, en situación o riesgo de trabajo infantil, hermana o hermano de una niña, niño o adolescente que ingresa o se encuentra en el servicio.

¿Cómo acceder al servicio? Acercarse a las Subdirecciones locales de Integración Social, según su lugar de residencia:

https://old.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/2014/siac/contactenos_directorio_subdirecciones_locales.pdf



Centro Día Casa de la Sabiduría

Objetivo: Atención integral interdisciplinaria, presencial, en jornada diurna para personas mayores y sus familias o cuidadores, en unidades operativas y espacios extramurales en las zonas urbanas y rurales de Bogotá.

¿Quiénes pueden acceder? Personas mayores de sesenta (60) años, también personas mayores de cincuenta y cinco (55) años, con condiciones de desgaste físico, vital y psicológico, soportadas por concepto técnico del equipo interdisciplinario de la Secretaría Distrital de Integración Social (Ley 1276 de 2009, Art. 7 literal B), así como, familias, ciudadanos(as) y organizaciones sociales y comunitarias que promuevan derechos individuales y colectivos de las personas mayores.

¿Cómo acceder al servicio?

<http://www.bogota.gov.co/sdq>

Línea de atención ciudadana: (601) 380 83 30, línea Gratuita de atención ciudadana 01 8000 127 007, línea 195 Centro de Contacto Distrital.

Atención presencial: Subdirecciones Locales para la Integración Social:

<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/atencion-ciudadana/puntos-atencion>

Defensores de derechos humanos

La persona que actúe en favor de un derecho o varios derechos humanos de un individuo o un grupo será un defensor de los derechos humanos. Estas personas se esfuerzan en promover y proteger los derechos civiles y políticos, en lograr la promoción, la protección y el disfrute de los derechos económicos, sociales y culturales.



Ruta Distrital de Atención y Protección a Defensores y Defensoras de Derechos Humanos

Objetivo: Atención a defensoras, defensores y sus familias que se encuentren frente a una posible situación de riesgo o amenaza como consecuencia del ejercicio de su labor de defensa de los derechos humanos.

¿Quiénes pueden acceder? Defensores de derechos humanos mayores de 18 años, quienes actualmente se encuentran en la ciudad de Bogotá.

¿Cómo acceder al servicio? Vía telefónica o a través de WhatsApp al número 3013827520.

Dirección: Calle 11 N 8 – 17 Piso 3.

Correo electrónico: defensoresydefensoras@gobiernobogota.gov.co

Para más información con relación a la atención de las poblaciones especiales contáctanos al correo electrónico: poblacionesespeciales@famisanar.com.co o al número de contacto con WhatsApp: 3176449854.

7 Canales de Atención al Afiliado



Si tiene alguna inquietud adicional, puede contactarnos a través de los siguientes canales:



WhatsApp: chat directo con Camila al 300 643 883

Autorizaciones facilita procesos sin desplazarte; incluso detrás del chatbot, hay consultores reales atendiendo.



Correo electrónico:

Población con discapacidad: poblaciondiscapacidad@famisanar.com.co

Servicio al cliente: servicioalcliente@famisanar.com.co

Poblaciones especiales/enfoque diferencial: poblacionesespeciales@famisanar.com.co



Líneas telefónicas:

Línea Amable PBS: (601) 3078069 / 01-8000-116662

Línea Amable PAC: (601) 3078085 / 01-8000-127363



Oficina Virtual:

Acceda a través de Oficina Virtual - Famisanar para gestionar sus trámites en línea.



Agendamiento de atención presencial o por videollamada:

Puede agendar su turno en: Agendamiento Videollamada o Turno en Oficina - Famisanar



Agendamiento de citas médicas:

Si su IPS primaria es Cafam, puede solicitar sus citas médicas ingresando a: Citas Cafam - Famisanar. Si su IPS primaria es Colsubsidio, puede gestionar sus citas médicas a través de: Citas Colsubsidio - Famisanar

A photograph of a young man with short dark hair and a beard, wearing a blue crew-neck sweater. He is smiling and looking down at a silver laptop computer. The background is a blurred office setting with a window and dark vertical frames. A yellow decorative graphic is on the left side of the page.

8 Directorio de entidades

Si tiene alguna inquietud adicional, puede contactarnos a través de los siguientes canales:

Entidad	Sitio Web
Secretaría Distrital de Salud de Bogotá.	https://www.saludcapital.gov.co/Paginas2/Inicio.aspx
Subred Integrada de Servicios de Salud NORTE E.S.E.	https://www.subrednorte.gov.co/
Subred Integrada de Servicios de Salud SUR E.S.E.	https://www.subredsur.gov.co/
Subred Integrada de Servicios de Salud SUR OCCIDENTE E.S.E.	https://subredsuoccidente.gov.co/
Subred Integrada de Servicios de Salud CENTRO ORIENTE E.S.E.	https://www.subredcentrooriente.gov.co/
I.D. de Ciencia, Biotecnología e Innovación en Salud -IDCBIS.	https://idcbis.org.co/
Fondo Financiero Distrital de Salud.	https://www.saludcapital.gov.co/Paginas2/Inicio.aspx
Famisanar EPS	https://www.famisanar.com.co/
Secretaria de integración social	https://www.integracionsocial.gov.co/
Secretaría General de la Alcaldía de Bogotá	https://secretariageneral.gov.co/
Instituto Distrital para la Protección de la Niñez y la Juventud	https://www.idipron.gov.co/
Portal Bogotá	https://bogota.gov.co/
Secretaría Distrital de la Mujer	https://www.sdmujer.gov.co/

Entidad

Sitio Web

Concejo de Bogotá	https://concejodebogota.gov.co/cbogota/site/edic/base/port/inicio.php
Contraloría de Bogotá	https://www.contraloriabogota.gov.co/
Instituto Colombiano de Bienestar Familiar - ICBF	https://www.icbf.gov.co/
Personería de Bogotá	https://www.personeriabogota.gov.co/
Procuraduría General de la Nación	https://www.procuraduria.gov.co/Pages/Inicio.aspx
Alcaldía de Bogotá	https://bogota.gov.co/
Alcaldía de Usaquén	http://www.usaquen.gov.co/
Alcaldía de Chapinero	https://www.chapinero.gov.co/
Alcaldía de Santa Fe	http://www.santafe.gov.co/
Alcaldía de San Cristóbal	https://www.sancristobal.gov.co/
Alcaldía de Usme	http://www.usme.gov.co/
Alcaldía de Tunjuelito	http://www.tunjuelito.gov.co/
Alcaldía de Bosa	http://www.bosa.gov.co/
Alcaldía de Kennedy	https://www.kennedy.gov.co/
Alcaldía de Fontibón	https://www.fontibon.gov.co/
Alcaldía de Engativá	http://www.engativa.gov.co/
Alcaldía de Suba	http://www.suba.gov.co/
Alcaldía de Barrios Unidos	https://www.barriosunidos.gov.co/
Alcaldía de Teusaquillo	http://www.teusaquillo.gov.co/
Alcaldía de Los Mártires	http://www.martires.gov.co/

Entidad

Sitio Web

Alcaldía de Antonio Nariño	http://www.antonionarino.gov.co/
Alcaldía de Puente Aranda	https://www.puentearanda.gov.co/
Alcaldía de La Candelaria	https://www.lacandelaria.gov.co/
Alcaldía de Rafael Uribe Uribe	https://bogota.gov.co/servicios/puntos-de-atencion/alcaldia-local-rafael-uribe-uribe
Alcaldía de Ciudad Bolívar	http://www.ciudadbolivar.gov.co/
Alcaldía de Sumapaz	https://bogota.gov.co/servicios/puntos-de-atencion/alcaldia-local-sumapaz
Ministerio del Interior	https://www.mininterior.gov.co/
Ministerio de Relaciones Exteriores	https://www.cancilleria.gov.co/
Ministerio de Hacienda y Crédito Público	https://www.minhacienda.gov.co/
Ministerio de Justicia y del Derecho	https://www.minjusticia.gov.co/
Ministerio de Defensa Nacional	https://www.mindefensa.gov.co/
Ministerio de Agricultura y Desarrollo Rural	https://www.minagricultura.gov.co/paginas/default.aspx
Ministerio de Salud y Protección Social	https://www.minsalud.gov.co/Portada/index.html
Ministerio de Trabajo	https://www.mintrabajo.gov.co/web/guest/inicio
Ministerio de Minas y Energía	https://www.minenergia.gov.co/es/
Ministerio de Comercio, Industria y Turismo	https://www.mincit.gov.co/inicio
Ministerio de Educación Nacional	https://www.mineducacion.gov.co/portal/
Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sostenible	https://www.minambiente.gov.co/

Entidad

Sitio Web

Ministerio de Vivienda, Ciudad y Territorio

<https://www.minvivienda.gov.co/>

Ministerio de Tecnologías de la Información y las Comunicaciones

<http://mintic.gov.co/portal/inicio/>

Ministerio de Transporte

<https://mintransporte.gov.co/>

Ministerio de Cultura

<https://www.mincultura.gov.co/>

Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación

<https://minciencias.gov.co/>

Ministerio del Deporte

<https://www.mindeporte.gov.co/>

Ministerio de la Igualdad y la Equidad

<https://www.minigualdadyequidad.gov.co/>