

100.9

FECHA: 18 de Agosto 2025	
ACTA No: 018	LUGAR: Sede de reuniones Adulto Mayor
HORA DE INICIO: 3:00 PM	HORA FINAL: 5:00PM
OBJETIVO DE LA REUNION: Realizar conversatorios con grupos lideres o conformados sobre diferentes tipos de violencia en el municipio de Roldanillo.	

1. ASISTENTES

- ✓ Sharon Andrea Gómez García, Psicóloga del PIC
- ✓ Grupo de adulto mayor nuevo Horizonte

2. DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Para dar continuidad a los conversatorios con grupos social el día 18 de Agosto, siendo las 3:00 p.m., en la sede de reuniones del grupo de adulto mayor nuevo horizonte. Se ejecuta el primer conversatorio, correspondiente al proyecto de salud mental para todos con el objetivo principal de generar un espacio de diálogo abierto y reflexivo sobre las manifestaciones de violencia, sus causas y consecuencias. La sesión, dirigida por la Psicóloga Sharon Andrea Gómez García, Psicóloga del Plan de Intervención Comunitaria (PIC).

Fase 1: Identificación de la violencia psicológica
Se abrió el diálogo preguntando si los adultos mayores han sentido situaciones de maltrato que no fueran físicas.

Una participante expresó: “Muchas veces los hijos creen que porque ya estamos viejos no servimos para nada. Eso duele más que un golpe.”

Otro adulto mayor comentó: “A mí no me pegan, pero me ignoran. Hablo y nadie me escucha, eso también es violencia.”

La psicóloga explicó que la violencia psicológica deja marcas invisibles que afectan la autoestima, la motivación y la salud mental. Los asistentes coincidieron en que esta violencia es la más difícil de reconocer, porque muchas veces la normalizan dentro de la familia.

Fase 2: Experiencias de discriminación por edad (edadismo)
Se propuso una lluvia de ideas sobre momentos en los que se sintieron discriminados por ser mayores.

Una señora compartió: “Cuando busqué trabajo de medio tiempo me dijeron que ya estaba muy vieja, que buscaban gente joven. Eso me dolió mucho.”

Otro asistente manifestó: “En mi casa a veces deciden por mí sin preguntarme nada, como si no tuviera opinión.”

La reflexión conjunta fue que el respeto a la experiencia y la voz de los adultos mayores debe mantenerse tanto en la familia como en la comunidad, porque la edad no quita la capacidad de aportar y decidir.

100.9

Fase 3: Consecuencias emocionales y físicas de la violencia
Se proyectaron ejemplos cotidianos de cómo la violencia psicológica y la discriminación generan tristeza, aislamiento y enfermedades. Los asistentes compartieron cómo el desánimo y la soledad afectan la salud.
La psicóloga recalcó: “Cuando no somos valorados, eso puede enfermar tanto como un golpe. Por eso es importante hablarlo y buscar apoyo.”
Los participantes coincidieron en que la falta de escucha y de acompañamiento aumenta el deterioro en la vejez.

Fase 4: Fortalecimiento del autocuidado y hábitos saludables
A través de un diálogo guiado, los adultos mayores compartieron prácticas que los hacen sentir mejor.

Una señora dijo: “Yo camino todos los días en la mañana, eso me mantiene activa y me da energía.”

Otro comentó: “Aquí, cuando jugamos y nos reímos, me olvido de la tristeza. Estos encuentros nos ayudan mucho.”

La reflexión fue que el autocuidado no solo implica alimentación o ejercicio, sino también compartir en comunidad, mantener la mente activa y cuidar la autoestima.

Fase 4: Actividades lúdicas y cierre
Se realizaron juegos de memoria y dinámicas grupales de integración. Estas actividades despertaron risas, recuerdos y compañerismo entre los asistentes. En el cierre, varios participantes expresaron su gratitud:

“Hoy me sentí escuchada, aquí sí nos tienen en cuenta.”

“Me voy contento porque sé que todavía podemos aprender y cuidarnos.”

La psicóloga cerró reforzando la idea de que la vejez es una etapa valiosa y que el autocuidado es un derecho, no un privilegio.

3. CARACTERIZACION

EDAD						ORIENTACIÓN				GÉNERO			ETNIA			CONDICIÓN DISCAPACIDAD						ZONA	
0-5	6-11	12-18	19-26	27-59	> 60	LESBIANA	GAY	BISEXUAL	HETEROSEXUAL	FEMENINO	MASCULINO	AFRO	INDIGENA	ROM	OTRO	FÍSICA	VISUAL	AUDITIVA	COGNITIVA	MUJER CABEZA	VICT. CONFLICTO ARMA.	RURAL	URBANA
0	0	0	0	3	12	0	0	0	15	14	1	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	2	13

La población encuestada corresponde a un total de 15 personas. En cuanto a la edad, 12 personas (80%) tienen más de 60 años y 3 personas (20%) están en el rango de 27 a 59 años, sin participación en otros grupos etarios. Respecto a la orientación sexual, la totalidad de los participantes, es decir 15 personas (100%), se identifican como heterosexuales. En relación con el género, 14 son mujeres (93,3%) y 1 es hombre (6,7%). En cuanto a la etnia, 15 personas (100%) se registran en la categoría “otro”, sin representación de comunidades afrodescendientes, indígenas o ROM. No se reportan participantes con discapacidad ni condiciones

	ALCALDÍA MUNICIPAL DE ROLDANILLO VALLE DEL CAUCA NIT: 891.900.289-6	PÁGINA 3 DE 4
		CÓDIGO: DE-FR-05
	ACTA DE REUNIÓN	VERSIÓN: 01
		FECHA: 01/03/2024

100.9
especiales como mujeres cabeza de hogar o víctimas del conflicto armado.
Finalmente, 13 personas (86,7%) residen en zona urbana y 2 (13,3%) en zona rural.

4. COMPROMISOS

- Mantener hábitos de autocuidado como la actividad física, la recreación y la alimentación saludable.
- Replicar en sus hogares lo aprendido sobre respeto al adulto mayor y prevención de la violencia psicológica.
- Participar activamente en próximos encuentros de fortalecimiento comunitario.

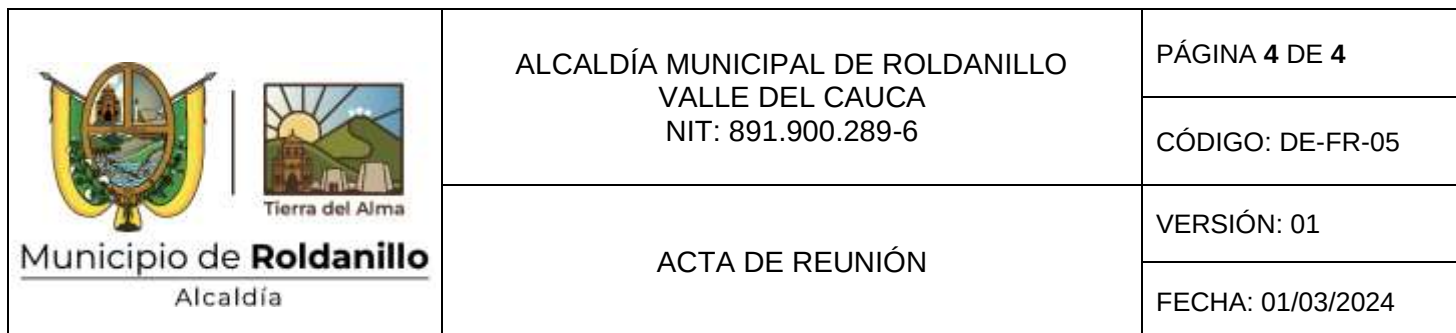
5. OBSERVACIONES

- El conversatorio permitió visibilizar situaciones de violencia psicológica y discriminación por edad.
- Los asistentes valoraron la oportunidad de expresar sus experiencias y resaltaron el impacto positivo de las dinámicas recreativas en su bienestar emocional.
- Se evidenció interés en continuar con estos espacios de integración y cuidado en la vejez.

6. ANEXOS

- Registro fotográfico





- **Listado de asistencia**

[illegible]

Sluice

Sharon Andrea Gomez García
Psicóloga del PIC Municipal
Firma Responsable(s)
Transcribió: Sharon Andrea Gomez García
Archívese en: PIC MUNICIPAL 2025