Gobierno de ANSERMA Salud y Desarrollo Social	**ACTA DE VISITA DOMICILIARIA # 3**	HOSPITAL SAN VICENTE DE PAÚL ANSERMA - CALDAS

NOMBRE DE LA REUNIÓN: Redes de Mujeres para la prevención de violencias desde un Enfoque Étnico y de Género: Construcción de Confianza Comunitaria, Socialización de Saberes y Reconocimiento de Violencias.

FECHA: 05-10-2025	**HORA DE INICIO:** 4:00 pm	**HORA FIN:** 5:00 pm

LUGAR: Vereda Partidas– Visita domiciliaria.

TEMAS:

- Intervención individual de cierre con mujeres afrodescendientes en el marco de la estrategia "Redes de Mujeres para la Prevención de las Violencias".

PERSONA BENEFICIADA: Ana Dolores Machado Machado – CC: 42149263

COMUNIDAD: Comunidad NARP (Negros, Afrodescendientes, Raizales y Palenqueros.)

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN:

- Fortalecer las capacidades y aprendizajes de las mujeres afrodescendientes participantes de la estrategia "Redes de Mujeres para la Prevención de las Violencias desde un Enfoque Étnico y de Género", promoviendo su liderazgo y participación activa en la prevención de violencias desde la identidad cultural y el enfoque de género.

Objetivos Específicos:

- Fortalecer el reconocimiento de la identidad étnico–afro y los saberes ancestrales como elementos protectores frente a las violencias basadas en género.

- Promover espacios de diálogo y reflexión que impulsen el liderazgo comunitario y la participación activa de las mujeres afrodescendientes en la prevención de las violencias.

- Consolidar estrategias personales y colectivas que integren el enfoque étnico y de género en las acciones de cuidado, autocuidado y acompañamiento comunitario.

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

Se realiza visita domiciliaria a la señora Ana Dolores, participante activa del proceso formativo “Redes de Mujeres para la Prevención de las Violencias desde un Enfoque Étnico y de Género”, con el propósito de brindar acompañamiento psicoemocional, realizar seguimiento a los avances personales obtenidos durante los espacios grupales e individuales, y continuar fortaleciendo sus capacidades de autocuidado, bienestar integral y empoderamiento femenino. Esta visita hace parte de la estrategia de acompañamiento territorial, orientada a consolidar procesos de transformación personal y comunitaria desde una perspectiva étnica, de género y de derechos.

El encuentro con la señora Ana Dolores se desarrolló en un ambiente cálido, respetuoso y de confianza, propiciando un diálogo abierto que favoreció la escucha activa, la reflexión personal y el reconocimiento de sus experiencias de vida. Durante la conversación, se abordaron los aprendizajes adquiridos tanto en los espacios grupales —que han fortalecido la solidaridad y el apoyo mutuo entre mujeres— como en los encuentros individuales, donde ha podido profundizar en su historia personal, reconocer emociones y fortalecer su autoestima. Estos espacios complementarios han contribuido significativamente a su proceso de empoderamiento, bienestar emocional y desarrollo de habilidades para la vida cotidiana.

Durante la jornada, se implementó una actividad de respiración guiada con el uso de un pitillo, presentada como una herramienta sencilla y práctica para el manejo de la ansiedad y el estrés. A través de esta técnica, se invitó a Ana Dolores a realizar respiraciones lentas y profundas, enfocando su atención en el ritmo de la inhalación y exhalación, con el objetivo de promover la relajación corporal, la calma mental y la autorregulación emocional. Esta práctica permitió reflexionar sobre la importancia de cuidar la salud emocional, incorporar pausas conscientes en su rutina diaria y mantener un equilibrio entre sus responsabilidades familiares y su bienestar personal.

En coherencia con el enfoque étnico–afro, se integraron saberes ancestrales relacionados con el uso de plantas medicinales, esencias naturales y remedios tradicionales afrodescendientes como alternativas de cuidado y sanación. Se resaltó el papel fundamental de las abuelas y mayores como

portadoras de estos conocimientos, los cuales representan estrategias de equilibrio espiritual y emocional profundamente arraigadas en la cosmovisión afrocolombiana. Ana Dolores compartió que algunas de estas prácticas forman parte de su vida cotidiana y le ayudan a mantener un vínculo con sus raíces, reforzando su identidad cultural y su sentido de pertenencia comunitaria.

Durante el diálogo, se evidenció el compromiso, la participación activa y la constancia de Ana Dolores dentro del proceso formativo. Expresó sentirse acompañada, escuchada y valorada dentro de los espacios de la red, destacando que las herramientas aprendidas le han permitido mejorar la comunicación familiar, fortalecer la convivencia y manejar mejor el estrés. Además, manifestó su interés en seguir compartiendo estos aprendizajes con otras mujeres de su entorno, contribuyendo al fortalecimiento del liderazgo femenino afrodescendiente y a la construcción de redes de apoyo solidarias y sostenibles.

Como parte del proceso de cierre, se socializaron las rutas institucionales y comunitarias de atención, orientación y promoción para la prevención de las violencias de género, resaltando la importancia de identificar señales de riesgo, activar los mecanismos de protección y acceder oportunamente a los servicios de apoyo disponibles en el territorio. Se reafirmó la importancia del empoderamiento femenino desde el reconocimiento de la mujer como sujeto de derechos, capaz de prevenir y denunciar cualquier forma de violencia que afecte su bienestar o el de otras mujeres de su comunidad.

Finalmente, la visita domiciliaria permitió consolidar los avances personales y comunitarios de la señora Ana Dolores, fortaleciendo sus herramientas de autocuidado, su sentido de pertenencia étnica y su compromiso con la prevención de las violencias desde la identidad afrodescendiente. Este acompañamiento reafirma la relevancia de articular los espacios grupales e individuales como estrategias complementarias que impulsan el crecimiento personal, la salud emocional y la construcción de comunidades más justas, equitativas y libres de violencias.

CONCLUSIONES

La visita domiciliaria realizada a la señora Ana Dolores permitió evidenciar un proceso de fortalecimiento personal, emocional y comunitario basado en el reconocimiento de su identidad étnica y el empoderamiento femenino. Su participación activa en el proceso formativo “Redes de Mujeres para la Prevención de las Violencias desde un Enfoque Étnico y de Género” ha contribuido al

desarrollo de habilidades de autocuidado, manejo emocional y comunicación asertiva, fortaleciendo su bienestar integral y su rol como mujer líder dentro de la comunidad. Asimismo, la integración de saberes ancestrales afrodescendientes en su cotidianidad refleja una conexión profunda con sus raíces culturales, las cuales representan una fuente de equilibrio espiritual y fortaleza emocional. Ana Dolores ha mostrado disposición para continuar compartiendo los aprendizajes adquiridos, promoviendo el liderazgo femenino y el tejido de redes solidarias entre mujeres.

COMPROMISOS

ACTIVIDAD	**RESPONSABLE**	**FECHA**
Aplicar las recomendaciones dadas.	Ana Dolores Machado	No Aplica

ASISTENTES

NOMBRE	**CARGO/DEPENDENCIA/ ENTIDAD**	**FIRMA**
María Camila Peña Hernández.	Trabajadora Social	
Joan Valentina Ocampo Herrera.	Coordinadora PIC	
Ana Dolores Machado Machado	Mujer NARP	

(Se adjunta firma de asistentes o formato de asistencia en pdf)

Siendo las _5:00 p.m._____, se da por terminada la reunión.