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.

FECHA: 05-10-2025	**HORA DE INICIO:** 11|:00 a.m	**HORA FIN:** 12:00 p.m

LUGAR: 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: Linda Natacha González – CC: 66846425

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 Linda Natacha, 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 un enfoque étnico, de género y de derechos.

El encuentro con la señora Linda Natacha se desarrolló en un ambiente tranquilo, cálido y de confianza, propiciando un diálogo cercano donde se promovió la escucha activa, la reflexión personal y el reconocimiento de sus experiencias de vida. Durante la conversación, se abordaron los aprendizajes adquiridos tanto en las sesiones grupales —que han favorecido la creación de vínculos solidarios entre mujeres— como en los espacios individuales, donde ha podido profundizar en su historia personal, reconocer emociones y fortalecer su autoestima. Estos escenarios han sido claves en su proceso de empoderamiento, bienestar emocional y desarrollo de habilidades para la vida.

Durante la jornada, se llevó a cabo una actividad de respiración guiada utilizando un pitillo, como estrategia sencilla y accesible para el manejo de la ansiedad y el estrés. A través de esta práctica, Linda Natacha fue invitada a realizar respiraciones lentas y profundas, concentrándose en el ritmo de la inhalación y exhalación, con el objetivo de propiciar la relajación corporal, la calma mental y la autorregulación emocional. Esta experiencia le permitió reconocer la importancia de cuidar su salud emocional, incorporar pausas conscientes en su día a día y mantener un equilibrio entre sus responsabilidades familiares y su bienestar personal.

En coherencia con el enfoque étnico–afro, se incluyeron saberes ancestrales relacionados con el uso de plantas medicinales, esencias naturales y remedios caseros afrodescendientes como herramientas de cuidado tradicional. Se destacó el rol de las abuelas y mayores como portadoras de estos conocimientos, que representan formas de sanación emocional y espiritual profundamente ligadas a

la cosmovisión afrocolombiana. Linda Natacha compartió que muchas de estas prácticas hacen parte de su vida cotidiana, ayudándole a mantener una conexión constante con sus raíces, su identidad cultural y su sentido de pertenencia.

Durante el diálogo, se evidenció la participación activa, compromiso y constancia de Linda Natacha dentro del proceso formativo. Manifestó sentirse acompañada, escuchada y valorada dentro de los espacios de la red, destacando que las herramientas aprendidas le han permitido manejar el estrés, fortalecer la comunicación familiar y mejorar la convivencia en su hogar. Además, expresó su interés en seguir compartiendo estos conocimientos con otras mujeres de su comunidad, contribuyendo al fortalecimiento del liderazgo femenino afrodescendiente y al tejido de redes solidarias.

Como parte del cierre del encuentro, se socializaron las rutas institucionales y comunitarias de atención, orientación y promoción para la prevención de las violencias de género, enfatizando la importancia de identificar señales de riesgo, activar mecanismos de protección y acceder a los servicios de apoyo disponibles en el territorio. Se reafirmó el empoderamiento de la mujer como sujeto de derechos, con capacidad para reconocer, prevenir y denunciar situaciones de violencia que afecten su bienestar o el de otras mujeres de su entorno.

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

CONCLUSIONES

La visita domiciliaria realizada a la señora Linda Natacha permitió evidenciar un proceso de crecimiento personal, emocional y comunitario sólido, reflejado en su participación activa y compromiso dentro del proceso formativo “Redes de Mujeres para la Prevención de las Violencias desde un Enfoque Étnico y de Género”. Su disposición para aplicar las herramientas aprendidas, cuidar su bienestar emocional y compartir los conocimientos adquiridos con otras mujeres demuestra un alto nivel de empoderamiento y liderazgo. Asimismo, el fortalecimiento de su identidad étnica y el reconocimiento de los saberes ancestrales como parte fundamental del autocuidado refuerzan su

sentido de pertenencia y conexión con la cultura afrodescendiente. Este acompañamiento confirma la relevancia de continuar promoviendo espacios de formación y apoyo que impulsen el bienestar integral, la equidad de género y la construcción de comunidades libres de violencias.		
COMPROMISOS		
ACTIVIDAD	**RESPONSABLE**	**FECHA**
Aplicar las herramientas brindadas.	Linda Natacha González	No Aplica
ASISTENTES		
NOMBRE	**CARGO/DEPENDENCIA/ ENTIDAD**	**FIRMA**
María Camila Peña Hernández.	Trabajadora Social	
Joan Valentina Ocampo Herrera.	Coordinadora PIC	
Linda Natacha Gonzalez	Mujer NARP	

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

Siendo las __12:00 pm___, se da por terminada la reunión