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: 09-10-2025	**HORA DE INICIO:** 4:00 p.m.	**HORA FIN:** 5:00 p.m.

LUGAR: Cra 6 – 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: Myriam Castro Posada– CC: 25212964

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 Lucero, 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 alcanzados durante las sesiones grupales y fortalecer sus capacidades de autocuidado, bienestar integral y empoderamiento femenino. Esta acción se enmarca en 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 se desarrolló en un ambiente de confianza y apertura, propiciando un diálogo cercano, reflexivo y respetuoso. Durante la conversación, doña Lucero manifestó que considera de gran importancia abordar los temas de violencias, ya que en ocasiones las mujeres podemos ser víctimas sin darnos cuenta, y estos espacios ayudan a identificar las señales de alerta y a actuar de manera oportuna. Su reflexión permitió resaltar la relevancia de la prevención y del fortalecimiento de la conciencia colectiva frente a las diferentes formas de violencia que pueden presentarse en la vida cotidiana.

Como parte de la jornada, se realizó una actividad de respiración guiada con el uso de un pitillo, orientada a promover la relajación corporal, la calma mental y la autorregulación emocional. A través de respiraciones lentas y profundas, se invitó a la participante a concentrar su atención en el ritmo de la inhalación y la exhalación, brindándole una herramienta sencilla y práctica para el manejo del estrés y la ansiedad. Esta técnica permitió reforzar la importancia de incorporar pausas conscientes en la rutina diaria como parte del autocuidado emocional y físico.

En coherencia con el enfoque étnico–afro, se integraron saberes ancestrales relacionados con el uso de plantas medicinales, esencias naturales y remedios caseros afrodescendientes, valorando su papel dentro de las prácticas tradicionales de cuidado y sanación. Se destacó cómo estos conocimientos, transmitidos por las abuelas y mayores, han sido una fuente de fortaleza, identidad y resiliencia en las comunidades afrodescendientes. Doña Lucero compartió que algunas de estas

prácticas forman parte de su cotidianidad y le generan bienestar y conexión espiritual con sus raíces, reafirmando el valor de la herencia cultural como pilar del bienestar integral.

Durante la conversación, se evidenció el compromiso y la adherencia de la participante al proceso formativo, así como una actitud positiva frente a las estrategias implementadas. Expresó sentirse acompañada, valorada y escuchada, destacando que los aprendizajes adquiridos le han permitido gestionar mejor el estrés, fortalecer los vínculos familiares y asumir una postura más consciente y reflexiva frente a su entorno. Además, manifestó su disposición para seguir compartiendo los conocimientos aprendidos con otras mujeres de su comunidad, contribuyendo al fortalecimiento del liderazgo femenino afrodescendiente y al tejido de redes solidarias de apoyo. En el cierre de la visita, se socializaron las rutas institucionales y comunitarias de atención, orientación y promoción para la prevención de las violencias de género, resaltando la importancia de reconocer señales de riesgo, activar los mecanismos de protección y acceder de manera oportuna a los servicios disponibles en el territorio. Se reafirmó el empoderamiento de las mujeres como sujetas de derechos, con la capacidad de prevenir, identificar y denunciar cualquier forma de violencia que afecte su bienestar o el de otras mujeres.

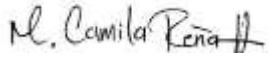
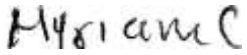
La visita domiciliaria permitió consolidar los avances personales y comunitarios de doña Lucero, fortaleciendo sus herramientas de autocuidado, su sentido de pertenencia étnica y su compromiso con la prevención de las violencias desde la identidad afrodescendiente. Este acompañamiento reafirma la importancia de continuar desarrollando acciones territoriales con enfoque diferencial, donde la salud emocional, los saberes ancestrales y la participación activa de las mujeres afro se articulan como ejes fundamentales para la transformación social, el bienestar colectivo y la construcción de una vida libre de violencias.

.

CONCLUSIONES

La visita domiciliaria a la señora Myriam permitió fortalecer el proceso de acompañamiento psicoemocional y reafirmar los avances obtenidos dentro del espacio formativo. A través de la integración de herramientas de autocuidado y prácticas ancestrales afrodescendientes, se promovió el bienestar integral y el reconocimiento de la identidad étnica como fuente de fortaleza y equilibrio emocional. Myriam evidenció motivación, compromiso y apropiación de los aprendizajes adquiridos, manifestando su disposición para replicarlos en su entorno familiar y comunitario. Este

acompañamiento resalta el valor de las acciones territoriales con enfoque étnico y de género, que contribuyen al empoderamiento femenino, la cohesión social y la construcción de entornos protectores y libres de violencias.		
COMPROMISOS		
ACTIVIDAD	**RESPONSABLE**	**FECHA**
Aplicar las herramientas dadas.	Myriam Castro Posada	No Aplica

ASISTENTES		
NOMBRE	**CARGO/DEPENDENCIA/ ENTIDAD**	**FIRMA**
María Camila Peña Hernández.	Trabajadora Social	
Joan Valentina Ocampo Herrera.	Coordinadora PIC	
Myriam Castro Posada	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