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: 30-09-2025	**HORA DE INICIO:** 7:00 P.m.	**HORA FIN:** 8:00 p.m.

LUGAR: Los naranjos– 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: Jeni Alexandra Ochoa Marín – CC: 24397156

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 Jeni, 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 las sesiones grupales y continuar fortaleciendo sus capacidades de autocuidado y bienestar integral. Este espacio busca afianzar la confianza y el vínculo establecido con la participante, generando un diálogo cercano y respetuoso en el que se promueve la escucha activa, el reconocimiento de sus experiencias de vida y la valoración de sus aportes como punto de partida para la transformación personal y comunitaria.

Durante el desarrollo de la visita, se implementa una actividad de respiración guiada con el uso de un pitillo, orientada a brindar una herramienta sencilla, práctica y accesible para el manejo de la ansiedad y el estrés. A través de esta técnica, se invita a Jeni a realizar respiraciones lentas y profundas, concentrando la atención en el ritmo de la inhalación y la exhalación para promover la relajación corporal, la calma mental y la autorregulación emocional. Esta práctica no solo facilita el manejo de tensiones cotidianas, sino que también fortalece la capacidad de reconocer las propias emociones y responder ante ellas de manera consciente y positiva.

En coherencia con el enfoque étnico–afro, se integran saberes ancestrales relacionados con el uso de esencias naturales y remedios caseros afrodescendientes como alternativas de cuidado tradicional. Se resalta la importancia de estos conocimientos transmitidos por las abuelas y mayores, que históricamente han sido parte fundamental de las estrategias comunitarias de sanación emocional y espiritual. Jeni comparte cómo algunas de estas prácticas forman parte de su historia familiar y cómo le generan bienestar y conexión con su herencia cultural. En este sentido, se refuerza la idea de que el cuidado del cuerpo, la mente y el espíritu son elementos inseparables dentro de la cosmovisión afrocolombiana, y que los saberes tradicionales representan una fuente de fortaleza identitaria frente a las adversidades.

Durante la conversación, se evidencia una alta adherencia al proceso formativo y una actitud positiva frente a las estrategias implementadas en el marco de la red de mujeres. La participante manifiesta sentirse motivada, valorada y acompañada; expresa que las herramientas aprendidas le han permitido enfrentar con mayor serenidad las situaciones de estrés y mejorar su comunicación familiar. Asimismo, demuestra su disposición para continuar replicando los aprendizajes en otros espacios

comunitarios, aportando al fortalecimiento del liderazgo femenino afrodescendiente y a la construcción de redes solidarias de apoyo entre mujeres.

Como parte del proceso de cierre, se socializan nuevamente 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 los mecanismos de protección y acceder de manera oportuna a los servicios disponibles en el territorio. Se promueve el empoderamiento de la mujer como sujeto de derechos, capaz de reconocer, prevenir y denunciar cualquier situación de violencia que afecte su integridad o la de otras mujeres de su entorno.

Finalmente, la visita domiciliaria permitió consolidar los avances del proceso personal y comunitario de Jeni, 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 el valor de las acciones territoriales con enfoque diferencial, donde la articulación entre la salud emocional, los saberes ancestrales y la participación activa de las mujeres afrodescendientes se constituye en un eje esencial para la transformación social, el bienestar colectivo y la promoción de una vida libre de violencias.

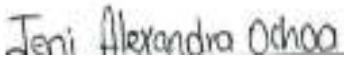
CONCLUSIONES

La visita domiciliaria realizada a Jeni permitió evidenciar avances significativos en su proceso de fortalecimiento personal y comunitario. A través del acompañamiento psicoemocional, la integración de prácticas ancestrales afrodescendientes y la promoción del autocuidado, se consolidó un espacio de confianza que favoreció la reflexión, la autorregulación emocional y el reconocimiento de la identidad étnica como fuente de bienestar. Jeni demuestra un compromiso activo con la prevención de las violencias y con la multiplicación de los aprendizajes adquiridos en su entorno, reafirmando el papel transformador de las mujeres afrodescendientes en la construcción de comunidades más conscientes, solidarias y libres de violencias.

COMPROMISOS

ACTIVIDAD	**RESPONSABLE**	**FECHA**
Realizar las herramientas brindadas.	Jeni Alexandra Ochoa Mrin	No Aplica

ASISTENTES

NOMBRE	CARGO/DEPENDENCIA/ ENTIDAD	FIRMA
María Camila Peña Hernández.	Trabajadora Social	
Joan Valentina Ocampo Herrera.	Coordinadora PIC	
Jeni Alexandra Ochoa Marín	Mujer NARP	

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

Siendo las __8:00 P.m.____, se da por terminada la reunión