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:** 6:00 p.m.	**HORA FIN:** 7:00 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: Manuela Ochoa Marín – CC: 1002593569

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 Manuela, 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 se enmarca en 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 Manuela se desarrolló en un ambiente cálido y de confianza, propiciando un diálogo cercano y respetuoso donde se promovió la escucha activa, la reflexión personal y el reconocimiento de sus experiencias de vida. Durante la conversación, se exploraron los aprendizajes adquiridos tanto en las sesiones grupales que han favorecido la creación de lazos solidarios con otras mujeres como en los espacios individuales, donde ha podido profundizar en su historia personal, identificar emociones y fortalecer su autoestima. Estos escenarios complementarios han contribuido significativamente a su proceso de empoderamiento, bienestar emocional y desarrollo de habilidades para la vida.

Durante la jornada, se implementó una actividad de respiración guiada con el uso de un pitillo, como herramienta sencilla, práctica y accesible para el manejo de la ansiedad y el estrés. A través de esta técnica, se invitó a Doralba a realizar respiraciones lentas y profundas, enfocando su atención en el ritmo de la inhalación y exhalación, con el fin de favorecer la relajación corporal, la calma mental y la autorregulación emocional. Esta práctica le permitió reconocer la importancia de cuidar su 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 caseros afrodescendientes como alternativas de cuidado tradicional. Se resaltó el papel fundamental que han tenido las abuelas y mayores en la

transmisión de estos conocimientos, los cuales constituyen estrategias de sanación emocional y espiritual profundamente arraigadas en la cosmovisión afrocolombiana. Manuela compartió que algunas de estas prácticas hacen parte de su cotidianidad y le permiten mantener una conexión con sus raíces, reforzando su identidad cultural y su sentido de pertenencia.

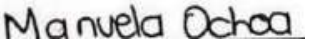
Durante el diálogo, se evidenció el compromiso, la participación activa y la adherencia de Manuela al proceso formativo. Manifestó sentirse acompañada, escuchada y valorada dentro de los espacios de la red, destacando que las herramientas aprendidas le han ayudado a manejar el estrés, fortalecer la comunicación familiar y mejorar la convivencia en su hogar. Además, expresó su disposición para continuar compartiendo estos aprendizajes con otras mujeres de su comunidad, contribuyendo al fortalecimiento del liderazgo femenino afrodescendiente y al tejido de redes de apoyo solidarias.

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 mecanismos de protección y acceder oportunamente a los servicios de apoyo disponibles en el territorio. Se reafirmó el empoderamiento de la mujer como sujeto de derechos, capaz de reconocer, prevenir y denunciar cualquier situación de violencia que afecte su bienestar o el de otras mujeres de su entorno.

Finalmente, la visita domiciliaria permitió consolidar los avances personales y comunitarios de Manuela, 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 articular los espacios grupales e individuales como estrategias complementarias que potencian el crecimiento personal, la salud emocional y la construcción de comunidades más justas, equitativas y libres de violencias.

CONCLUSIONES

La visita domiciliaria con Manuela permitió evidenciar su compromiso, crecimiento personal y apropiación de los aprendizajes adquiridos en el proceso “Redes de Mujeres para la Prevención de las Violencias desde un Enfoque Étnico y de Género”. Su reflexión sobre la importancia de abordar estos temas incluso en mujeres que no han vivido situaciones de violencia, resalta el valor preventivo, educativo y solidario del proceso. Esta experiencia reafirma la necesidad de continuar fortaleciendo los espacios de acompañamiento con enfoque étnico–afro y de género, que promueven el

autocuidado, el empoderamiento femenino y la construcción de comunidades conscientes, resilientes y libres de violencias.		
COMPROMISOS		
ACTIVIDAD	**RESPONSABLE**	**FECHA**
Aplicar las herramientas brindadas.	Manuela Ochoa Marin	No Aplica.
ASISTENTES		
NOMBRE	**CARGO/DEPENDENCIA/ ENTIDAD**	**FIRMA**
María Camila Peña Hernández.	Trabajadora Social	
Joan Valentina Ocampo Herrera.	Coordinadora PIC	
Manuela Ochoa Marín	Mujer NARP	

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

Siendo las __7:00 P.m.____, se da por terminada la reunión