ACTA No. 001

NOMBRE DEL COMITÉ O DE LA REUNIÓN: Intervención Breve Individual 2

CIUDAD Y FECHA: Risaralda 20-11-2025	**HORA DE INICIO:** 10:25 am	**HORA FIN:** 11:25 am
LUGAR:	Resguardo Indígena La Albania	

TEMAS:
Acompañamiento emocional y orientación en autocuidado frente a situaciones de violencia

OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN:
Realizar intervención individual de seguimiento posterior al desarrollo de los grupos de apoyo, con el fin de profundizar en las manifestaciones de riesgo emocional identificadas y fortalecer estrategias de afrontamiento frente a situaciones de violencia presentes en la relación de pareja

DESARROLLO DE LA REUNIÓN

La sesión inició retomando los compromisos de la intervención anterior. La participante compartió que puso en práctica la recomendación de observar sus emociones durante momentos de discusión y reconoció que, en una ocasión reciente, sintió incomodidad y presión en el pecho tras un portazo. Esto permitió explorar cómo su cuerpo le alerta sobre situaciones que afectan su tranquilidad, incluso si no existe agresión directa.

Se profundizó en la comprensión de la **violencia psicológica ambiental**, explicando cómo acciones como golpes a objetos, tonos elevados de voz o movimientos bruscos pueden impactar emocionalmente y generar un ambiente de tensión. La participante expresó que no había interpretado estas situaciones como violencia, pero que ahora reconoce que sí le producen malestar.

Se abordaron técnicas sencillas de autocuidado emocional: retirarse del espacio en un momento de tensión, tomar aire de forma profunda, buscar un lugar tranquilo y retomar la conversación cuando el ambiente sea más calmado. La participante manifestó que estas estrategias le parecen útiles y que se siente más consciente de su bienestar emocional.

También se reforzó la importancia del apoyo comunitario y se resaltó el papel de las mujeres mayores y de las autoridades propias como acompañantes en la resolución de conflictos. La participante compartió que habló con una mujer mayor de confianza y que esta conversación le permitió sentirse acompañada y escuchada.

Posteriormente, se explicó nuevamente de forma verbal, debido a las barreras de lectura, cómo funciona la ruta institucional y en qué situaciones sería necesario acudir a ella. Se aclaró que si llegara a sentir miedo, afectación emocional persistente o si los episodios de agresividad aumentan, puede recurrir a salud, comisaría o fiscalía, complementando el apoyo del resguardo.

La participante mostró comprensión e interés en continuar fortaleciendo su autocuidado.

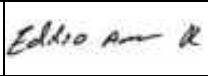
CONCLUSIONES

Se observan avances significativos en el reconocimiento de señales tempranas de violencia psicológica ambiental. La participante demuestra mayor conciencia de sus emociones, identifica su red de apoyo y comprende cómo articular la protección comunitaria con la institucional.

COMPROMISOS

ACTIVIDAD	RESPONSABLE	FECHA
Continuar realizando procesos de fortalecimiento de la salud mental en el territorio desde un enfoque étnico y cultural.	Psicóloga Ejecutora PIC	20-11-2025
Mantener comunicación con su red de apoyo comunitaria	Participante de la actividad	20-11-2025

ASISTENTES

NOMBRE	CARGO/DEPENDENCIA/ENTIDAD	FIRMA
Angie Franciny González Valencia	Psicóloga Ejecutora PIC	
Edilio Arcila Ramos	Agente Comunitario	
Beneficiaria de la estrategia “Acompañamiento a mujeres que viven violencia”	Integrante Comunidad del Resguardo la Albania	Ver asistencia

INVITADOS (Opcional)

NOMBRE	CARGO/DEPENDENCIA/ENTIDAD

(Se adjunta registro de asistencia de participantes)

Siendo las 11:25 am se da por terminada la reunión