INFORME DE EJECUCIÓN
SENSIBILIZACIÓN A CUIDADORES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

ACTIVIDAD 1:	SENSIBILIZACIÓN A CUIDADORES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD
Municipio:	IQUIRA (HUILA)
Responsable:	MAVY GISELLE QUINTERO BONILLA
Lugar:	MICROTERRITORIO 3 (Aranzazu)
Tiempo de la actividad:	20min
Objetivo:	Realizar jornadas de sensibilización a cuidadores y/o familias de personas con discapacidad abordándose los siguientes temas: 1. Promoción y prevención en asistencia técnica necesaria 2. Rehabilitación en el marco de la estrategia RBC 3. Relaciones interpersonales en el marco del autocuidado
Socialización de la actividad:	Tiempo: 5 minutos Descripción de la actividad: Se inicia la actividad saludando a los participantes de la jornada educativa; posteriormente se socializa la actividad que va dirigida a cuidadores, se explica que se abordarán tres temas en específico: Promoción y prevención en asistencia técnica necesaria, Rehabilitación en el marco de la estrategia RBC y Relaciones interpersonales en el marco del autocuidado. El objetivo de la actividad es buscar sensibilizar a las familias y cuidadores de personas con discapacidad. En la actividad, se desglosa tema por tema, con la intención de que cada persona logre participar de la jornada de

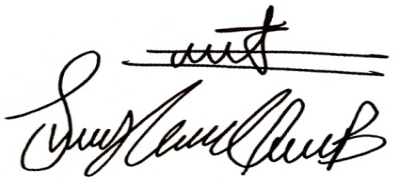
	manera activa, realizando sus respectivos aportes e interacción.
Actividad Central:	Tiempo: 10 minutos Materiales: • Cartelera ilustrativa. • Encuestas de satisfacción físicas. Descripción de la Actividad: Se inicia con la explicación de los temas propuestos: En el primer punto, se explicó de que la "Promoción" hace referencia a fortalecer las capacidades de las familias para brindar un cuidado digno y seguro. Incluyendo fomentar la comunicación afectiva, el respeto por la autonomía de la persona con discapacidad. En "Prevención" se habló sobre en cómo se busca reducir riesgos asociados al cuidado, tanto para la persona con discapacidad como para el cuidador. El siguiente tema abordado fue asistencia técnica necesaria, se explica su concepto, el cual consiste en brindar herramientas prácticas y adaptadas al contexto familiar. En pocas palabras se trató de que los cuidadores lograran entender, en este primer tema que: Promoción es empoderar Prevención es proteger, y la Asistencia Técnica es acompañar con soluciones prácticas. En el segundo tema abordado, **Rehabilitación en el marco de la estrategia RBC,** se explica que es una estrategia que busca la inclusión plena de las personas con discapacidad

	en la comunidad, promoviendo su participación activa y el respeto por sus derechos. Que la Rehabilitación Basada en la Comunidad, no se limita a terapias médicas, sino que abarca acciones sociales, educativas y laborales que fortalecen la autonomía y la calidad de vida. Posterior a eso, se explica el rol de las familias y cuidadores: ○ Aprender técnicas básicas de estimulación y acompañamiento. ○ Favorecer la independencia en actividades cotidianas. ○ Promover la integración en la vida comunitaria. ○ Buscar apoyo en redes locales, instituciones de salud y organizaciones sociales. En pocas palabras, la rehabilitación en RBC significa acompañar, incluir y empoderar, más allá del cuidado clínico, para que la persona con discapacidad sea protagonista de su vida en la comunidad. En el último tema de sensibilización que se aborda, es **relaciones interpersonales en el marco del autocuidado**, se explica que el autocuidado no solo implica atender la salud física y emocional propia, sino también cultivar relaciones positivas con quienes nos rodean. Cuando la familia, o cuidador se siente acompañado y valorado puede brindar un mejor apoyo. También sobre la importancia de expresar necesidades, emociones y límites de manera respetuosa para fortalecer la confianza y evitar conflictos. También se menciona la importancia de mantener vínculos con familiares, amigos, vecinos y grupos comunitarios,

	teniendo como ejemplo participar en espacios de encuentro y capacitación. Se finaliza profundizando sobre la importancia de estas jornadas, ya que son de gran ayuda emocional, física y mental, tanto para el cuidador como para la persona con discapacidad. Se resume toda la jornada en: La promoción, prevención y asistencia técnica, son la base para garantizar un cuidado digno, seguro y sostenible en el hogar. Empoderan a las familias y reducen riesgos físicos y emocionales. La Rehabilitación en el marco de la RBC, favorece la inclusión social y comunitaria, ampliando la mirada más allá de lo clínico hacia lo educativo, laboral y social. Promueve autonomía y participación activa, y las relaciones interpersonales en el autocuidado refuerza la salud emocional del cuidador y de la persona con discapacidad. Las redes de apoyo y la comunicación asertiva previenen el desgaste y fortalecen la convivencia.
Cierre de la actividad:	Tiempo: 5 minutos Descripción: Para finalizar la actividad, se realiza retroalimentación sobre los temas abordados, se resuelven dudas y se enfatiza en la importancia de la comunicación asertiva, redes de apoyo y participación comunitaria. Igualmente, se brinda un pequeño espacio de escucha y diálogo en el que las personas participantes comparten sus historias de vida, brindando así un espacio seguro de comunicación asertiva. Por último se les agradece su atención, participación y disposición durante el desarrollo de la actividad.

Conclusión:	El cuidado de una persona con discapacidad es un proceso integral que combina prevención, rehabilitación e inclusión social; para nadie es un secreto que la familia es el eje central, pero necesita acompañamiento técnico y comunitario para garantizar el bienestar mental y físico de las personas que requieren de sus cuidados teniendo presente que el autocuidado y las relaciones sanas son tan importantes como las técnicas de cuidado, porque sostienen la energía y la motivación del cuidador. En conjunto, estos tres temas promueven dignidad, autonomía y calidad de vida, tanto para la persona con discapacidad como para quienes la acompañan.

Responsable de la actividad:



MAVY GISELLE QUINTERO BONILLA
Líder comunitaria.
Plan de Intervenciones Colectivas (PIC).