



Las mujeres de Yarumal cuidan de sí y de otros.

Mariana Yepes Lopera

Informe de práctica presentado para optar al título de Trabajadora Social

Asesora

Nora Eugenia Muñoz Franco, Doctor (PhD) en Salud Pública

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Trabajo Social
Yarumal, Antioquia, Colombia
2024

Cita

(Yepes Lopera, 2024)

Referencia

Yepes Lopera, M. (2024). *Las Mujeres de Yarumal cuidan de sí y de otros*. [Informe de práctica]. Universidad de Antioquia, Yarumal, Colombia.

Estilo APA 7 (2020)



CRAI María Teresa Uribe (Facultad de Ciencias Sociales y Humanas)

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Tabla de contenido

Resumen	6
Abstract	7
1 Contextualización.....	8
1.1 Antecedentes	9
2 Diagnóstico.....	21
3 Objetivos	34
3.1 Objetivo general	34
3.2 Objetivos específicos.....	34
5 Marco teórico	35
6. Justificación.....	37
7 Metodología	39
8 Resultados	40
9 Discusión.....	48
10 Reflexiones sobre el campo y los actores.....	54
Referencias	56
Anexos.....	58

Lista de tablas

Tabla 1 Construcción propia realizada a partir de la Constitución Política de Colombia y marco normativo de la Política Pública vigente del Municipio.	13
Tabla 2 Construcción propia a partir de las actividades realizadas.....	41
Tabla 3 Construcción propia a partir de las actividades realizadas.....	42
Tabla 4 Construcción propia a partir de las actividades realizadas.....	43

Lista de figuras

Figura 1 Tasa de Desempleo en Yarumal- Antioquia, Secretaría de las mujeres.	11
Figura 2 Construcción propia de composición de necesidades sociales	22
Figura 3 Construcción propia: mapa de actores	32

Resumen

El presente informe da cuenta del proyecto de intervención co-construido de la mano de las mujeres yarumaleñas pertenecientes a los diferentes grupos de participación de la Casa de las Mujeres del municipio de Yarumal alrededor del cuidado de sí y de otros, a manera de dar cuenta de las brechas de género que se han conservado en el cuidado a pesar de los cambios sociales a través de la historia. Con este proyecto de intervención, el trabajo social actúa como un agente mediador para la potenciación de habilidades aportando a la transformación de sus realidades por medio de estrategias socioeducativas y preventivas. Así, junto los conocimientos previos de las participantes se trabajan en todas las dimensiones del cuidado: físico, mental, social, psicológico e institucional, apoyándose de trabajo interdisciplinario con las diferentes entidades estratégicas para hacer de Yarumal un lugar donde se cuide de sí y de otros. El trabajo social en pro del cuidado de sí y de otros aporta a la deconstrucción de estereotipos de género alrededor del servicio del otro, a la difusión, garantía y acceso a los derechos humanos, que reconozcan la fuerza social que tienen las mujeres rurales y urbanas, sin excluir a los hombres del diálogo para la transformación.

Palabras clave: cuidado de sí y de otros, género, trabajo social, informe de práctica trabajo social, mujer, participación

Abstract

This report gives an account of the intervention project co-constructed by the Yarumaleña women belonging to the different participation groups of the Women's House of the municipality of Yarumal around the care of themselves and others, in order to account of the gender gaps that have been preserved in care despite social changes throughout history. With this intervention project, social work acts as a mediating agent for the enhancement of skills, contributing to the transformation of their realities through socio-educational and preventive strategies. Thus, together with the participants' prior knowledge, they work on all dimensions of care: physical, mental, social, psychological and institutional, supported by interdisciplinary work with the different strategic entities to make Yarumal a place where they take care of themselves and others. Social work in favor of caring for oneself and others contributes to the deconstruction of gender stereotypes around the service of others, to the dissemination, guarantee and access to human rights, which recognize the social strength that rural and urban women have. , without excluding men from the dialogue for transformation.

Keywords: care of self and others, gender, social work, social work practice report, woman, participation.

1 Contextualización

El campo que a este trabajo compete es la Casa de las Mujeres y Equidad de Género, como dependencia de la Administración Municipal de Yarumal Antioquia y secretaría de salud, es una estrategia para la atención de las necesidades de la mujer yarumaleña y comunidad diversa. Este ejercicio además va a estar orientado por una asesora institucional de la oficina de la mujer: Luisa Fernanda Jiménez Vergara y la asesora académica: Nora Eugenia Muñoz Franco.

La inserción en el campo de prácticas es fundamental a la hora de comenzar este trabajo, porque es allí donde se verbaliza los principales problemas que hay en la institución, la raíz de los procesos a realizar, pero posteriormente se espera que se conviertan en los resultados del proyecto.

La postura del profesional inicial deberá ser con una mirada integral, basada en principios éticos que permitan la articulación de teoría y práctica, con una fundamentación coherente y útil para el contexto donde se habita, que incluye además de lo teórico, lo epistemológico, metodológico y ético, durante los tres semestres.

Se inicia entonces, con los acuerdos establecidos dentro de la institución, que permiten que el proceso sea completo y pueda tener una buena respuesta tanto en las prácticas como en lo académico, claridades sobre las responsabilidades, tiempo y enfoque que se requiere desde trabajo social, es así como quedan los siguientes acuerdos:

- Enfoque en proyecto hada-empoderada
- Acompañamiento al proceso de mujeres emprendedoras
- Medio tiempo de apoyo en las instalaciones físicas de la oficina de lunes a miércoles y jueves tiempo completo, que podrá ser flexible y además usar de este espacio y tiempo para el avance en lo teórico de este proyecto
- Involucramiento con otras estrategias como: programa radial, televisivo, club sororo, mujeres en movimiento, talleres, gestión de cursos, día naranja, etc. La información a detalle de estos acuerdos puede ser vistos en el acta de práctica, que estará en los anexos de este trabajo.

Adicional a estos acuerdos institucionales y de formación, es importante como estudiante de trabajo social, ya con responsabilidad profesional se tome decisiones sobre las herramientas, estrategias y maneras de intervenir la población en específico de las mujeres yarumaleñas.

Las mujeres, históricamente han participado en doble vía en las cuestiones sociales del contexto; por un lado, como las que debido al riesgo que es sometida por una cultura patriarcal, violenta y que desprestigia el papel, derecho y poder que tienen en la sociedad; participando, así como las solicitantes de la intervención; pero también por la historicidad de la profesión como esa cuidadora que brinda el servicio social.

Es de esta manera, que los trabajadores sociales tienen un papel fundamental en la intervención con las mujeres, en especial en casa de mujeres para atender sus necesidades y co-construir con ellas mismas para que se apropien de su realidad y potencialidades, por su apropiación con la cuestión social, la defensa de los derechos humanos y la capacidad de mirar más allá de lo visible, teniendo en cuenta su contexto y habilidades.

1.1 Antecedentes

Las mujeres, en su paso por el mundo y la historia han sido sometidas a unas relaciones de poder desde las que la subordinación es su principal muestra de una sistema patriarcal transmitido de generación en generación que las somete a una desigualdad y diferencias por el hecho de ser mujeres con respecto a los hombres, de esta manera, se han perpetuado prácticas que dañan a las mujeres, que son violentas y atentan contra los derechos humanos; la lucha social para defender los derechos de las mujeres han sido constantes, pero es en la contemporaneidad cuando se logra que estos tengan presencia en la agenda estatal.

Yarumal no está alejado de este paso de las mujeres por la historia, por el contrario, hace muy poco se empezó a hablar de las necesidades de las mujeres como un requerimiento político y social, es así como en el 2011 algunos estudiantes de la Universidad de Antioquia estudiantes del curso del programa de Trabajo social

Gobierno y Políticas Públicas y de un grupo de Mujeres de la Sede Norte en Yarumal para presentar el trabajo de “la Mujer en la vida social y política del municipio, hacia la formulación de una política pública que fomente la participación”. En este texto, las mujeres

presentaron entre sus necesidades, la falta de formación política con miras al desarrollo integral, empoderamiento personal, derechos humanos, derechos de las mujeres, promoción de la convivencia, cuidado del medio ambiente y demás temas (Yarumal con rostro de mujeres, 2021, p.24)

Desde allí las yarumaleñas han tenido más participación y lugar en las cuestiones políticas para revisar las necesidades, posibles maneras de intervención e impacto sobre ellas. En el 2015, en el mismo municipio como continuaron expresando, en Yarumal con Rostro de Mujeres, sus luchas internas hallaron lugar en la agenda pública, reconocen sus necesidades particulares y se genera la política pública para mujeres en búsqueda de la garantía de sus derechos. Y solo hasta el año pasado vuelve a ser revisada y adaptada según el contexto actual y sus exigencias particulares.

Este rol social que ejerce la mujer yarumaleña, implica un desempeño político que requiere la participación, y las mujeres en el municipio participan desde diferentes asociaciones que tienen para emprender, recrearse, trabajar con otras, luchar por un territorio, etc. pero no sólo participan de manera organizada, también está esa participación indirecta que va ejerciendo presión desde redes sociales, el diálogo con los pares, desde la intencionalidad que le dan a sus acciones para la existencia de un manifiesto de necesidades.

Algunas asociaciones ya organizadas dentro del municipio están: mesa de víctimas, instituciones educativas, juntas de acción comunal, ASOPANORTE (Asociación de paneleras), AMY (Asociación de Mujeres de Yarumal), en microempresas como Corazones de Milú, que su empleabilidad es de mujeres, que hayan sido víctimas del conflicto armado o madres cabezas de hogar; y desde la Casa de las Mujeres, se crea redes con mujeres emprendedoras, estrategia del Club Sororo, Mesa de la mujer y equidad de género, Mesa contra la erradicación de las violencias de las mujeres y por medio de los cursos de formación que desde la misma se ofertan.

En esta misma línea, las mujeres de Yarumal, siguen dentro del municipio con una menor participación política con respecto a los hombres, no han estado a cargo de una alcaldía y dentro del Concejo Municipal, de trece concejales, únicamente dos son mujeres, sólo una ha llegado a participar como Senadora lo que imposibilita que se tomen decisiones por voz y voto equitativo de las necesidades específicas de las mujeres, sobre este punto en específico se habló en uno de los proyectos de grado de Trabajo Social, con unos hallazgos dentro de la investigación, pero quedaría sobre la mesa una intervención consciente desde la profesión.

Yarumal, tiene una alta tasa de desempleo, pero la diferencia entre hombres y mujeres es mucho más alta, como se puede observar en el registro de la secretaría de mujeres del gobierno

Figura 1

Tasa de Desempleo en Yarumal- Antioquia, Secretaría de las mujeres.



Los ingresos de las mujeres yarumaleñas suelen venir entonces de sus parejas sentimentales, que podría tener relación, con una dependencia económica, riesgo de sufrir violencia del mismo tipo o patrimonial; y las mujeres se observan más en el campo laboral en almacenes de ropa, de detalles, tareas domésticas, “Las mujeres de Yarumal emplean alrededor de 8 horas diarias en tareas relacionadas con el trabajo doméstico y el cuidado no remunerado, mientras que los hombres destinan alrededor de 3 horas diarias a la ejecución de las mismas” (Yarumal con rostro de Mujeres, 2021, p. 42)

Por lo anterior, “Entrando ahora a la esfera local, en Yarumal la brecha laboral entre ambos sexos es del 20%, desembocando en la dependencia económica y la feminización de la pobreza.” (Yarumal con rostro de Mujeres, 2021, p. 42), con pocos ingresos propios y una subordinación de parte de los demás, así se aumenta entonces la brecha entre hombres y mujeres, dejando a las segundas en desventaja para adquirir una calidad de vida y un proyecto de vida realizado.

Otro factor fundamental a la hora de analizar la situación actual de las mujeres del municipio es ese componente de creencias, valores y tradiciones que se dan a lo largo de sus vidas; Yarumal, siendo un municipio conservador y tradicional, parte desde los lineamientos que da la

religión católica de una imagen de mujer delicada, enfocada a las tareas del hogar, sumisa e inocente. Estas creencias fortalecen el rechazo y la discriminación hacia aquellas que no respondan a las imposiciones sociales.

No obstante, esas mujeres a lo largo de su vida van forjando su carácter, principios y valores que dan respuesta a sus experiencias de vida así, valores fortalecidos, propios del trabajo junto con mujeres, “ como la sororidad y la empatía, permiten desarrollar un trabajo más humano, y por ende fortalecer lazos entre la comunidad, la institución y la sociedad entre sí” (Arenas y Echavarría, 2022, p.19), es allí desde donde el trabajo social interviene en esas dinámicas de poder para fomentar una equidad de género, corresponsabilidades que generen mayor incidencia en la construcción en conjunto de esas implicancias.

Por otro lado, la mujer yarumaleña también ha ido adquiriendo espacios y movimientos creados por y para ellas, entre esos está la oficina de la mujer y equidad de género que, aunque reciente (2016), es un espacio específicamente para ellas y aliados para conversar y tener sus espacios de debate según sus necesidades; de allí también emergen las mesas de mujeres, equidad de género y las de erradicación de violencias contra las mujeres; logran un espacio educativo con este enfoque llamado “Sexualidad con amor”, liderado por una mujer, están las carreras por la mujer guerrera, clubes, entre otros que han ido forjando un componente de juntanza entre las mismas.

Las mujeres además, dentro del municipio para sus actividades o solución de las necesidades tienen cierta accesibilidad a medios tecnológicos que facilitan o imposibilitan el completo desarrollo de los componentes que consideren necesarios; entre estos están un hospital de segundo nivel, aún muy bajo para la atención de una población tan grande; además de eso tienen acceso a La Casa de la Cultura, que tiene computadores, material bibliográfico digital con red de conectividad y, en general el municipio, tiene una cobertura de red 4G, posibilidad de acceso al laboratorio de innovación de la Universidad de Antioquia, entre otras posibilidades facilitadores.

Otro de los recursos a los que las mujeres tienen el acceso, pero poca participación es al componente ambiental, este está liderado por mujeres víctimas que crean un proyecto llamado “Mujeres sembradoras de paz” como estrategia rural para cuidado del medio ambiente y conversar sobre las necesidades específicas de esta zona rural, con las madres por la vida en la formación de conciencia a la infancia sobre el cuidado del medio ambiente, pero en específico no hay una estrategia que sea para el fortalecimiento de la relación naturaleza-mujer.

Y, por último, pero no menos importante está ese respaldo normativo legal que obtienen las mujeres de manera internacional, nacional y local para la garantía del cumplimiento de sus derechos sociales, civiles, reproductivos y personales, este punto permite que se tenga una seguridad de deberes y responsabilidades y hacen camino para una sociedad más justa y equitativa.

De manera internacional han existido lineamientos a partir de la declaración de los derechos humanos, centrados en la necesidad de una clarificación específica en mujeres por la constante subordinación de la misma, tratos diferenciales que la dejan en situación desigual con respecto a sus pares masculinos. Se presenta las leyes más importantes para el ejercicio de la profesión en este campo de práctica en el siguiente cuadro:

Tabla 1

Construcción propia realizada a partir de la Constitución Política de Colombia y marco normativo de la Política Pública vigente del Municipio.

Mujeres libre de violencia	2008	LEY 1257	La presente ley tiene por objeto la adopción de normas que permitan garantizar para todas las mujeres una vida libre de violencia, tanto en el ámbito público como en el privado, el ejercicio de los derechos reconocidos en el ordenamiento jurídico interno e internacional, el acceso a los procedimientos administrativos y judiciales para su protección y atención, y la adopción de las políticas públicas necesarias para su realización.
----------------------------	------	----------	--

Garantía de Derechos Sexuales	de 2010	Decreto Número 2698	Por el cual se crea la Comisión Nacional Intersectorial para la promoción y garantía de los Derechos Sexuales y Reproductivos.
Actualización de la norma para planificación familiar a hombres y mujeres	de la 2008	Resolución número 0769 de 2008	Adopta la actualización de la Norma Técnica para la Atención en Planificación Familiar a Hombres y Mujeres, la cual tiene por objetivo brindar a estos y a las parejas en edad fértil, la información, educación y métodos necesarios para dar respuesta a sus derechos reproductivos y ampliar el abanico de opciones anticonceptivas apropiadas para sus necesidades y preferencias, así como contribuir a la disminución de gestaciones no deseadas, la cual hace parte integral de la presente resolución.

<p>Protocolo y Modelo de Atención Integral en Salud para Víctimas de Violencia Sexual</p>	<p>2012</p>	<p>Resolución 0459</p>	<p>Por medio de la Resolución 459 de 2012 el Ministerio de Salud y Protección Social, adopta el Protocolo y Modelo de Atención Integral en Salud para Víctimas de Violencia Sexual. Se deja explícitamente claro, que su cumplimiento es obligatorio para Entidades Promotoras de Salud e Instituciones Prestadoras de Servicios de Salud.</p>
<p>ONU</p>	<p>1975</p>	<p>Primera Conferencia Internacional sobre las Mujeres</p>	<p>igualdad plena entre hombres y mujeres y erradicar la discriminación por razones de género, e integrar a las mujeres al desarrollo mundial</p>
<p>ONU</p>	<p>1979</p>	<p>Convención Internacional sobre la Eliminación de Todas las Formas de Violencia contra las mujeres (CEDAW)</p>	<p>Obliga a los Estados a adoptar todas las medidas para el logro de la igualdad entre hombres y mujeres, y señala que se deben adoptar medidas tendientes a eliminar violencias en ámbitos como el económico, el sanitario, familiar y en términos de salud sexual y reproductiva</p>

ONU	1993	Declaración sobre la Eliminación de Violencia contra las Mujeres	a violencia contra las mujeres constituye una violación contra los derechos humanos
Congreso de la república	2000	LEY 599	Por la cual se adopta el Código Penal. Establece reglas de agravación punitiva en varios delitos por el hecho de cometerse contra las mujeres
CONPES	2002	CONPES SOCIAL	Se adopta la Política Pública de Mujeres Constructoras de Paz y Desarrollo
Congreso de la república	2006	LEY 1009	Crea el observatorio de Asuntos de Género
Congreso de la república	2010	LEY 1413	Ordena medir el peso de la economía del cuidado (trabajo del hogar no remunerado) en la economía del país. Reconoce el aporte de la mujer al desarrollo económico y social a través de tareas de cuidado doméstico

Congreso de la república	2010	LEY 1434	Crea la comisión de equidad de género en el Congreso de la República
Presidencia de la República	2011	Decreto 4798	Obliga a las Instituciones educativas y demás actores del sistema educativo a vigilar, prevenir, reportar y atender los casos de violencia contra las mujeres en el contexto escolar
Presidencia de la República	2012	Decreto 2734	Adopta una ruta de atención para las mujeres víctimas de violencia de género
CONPES	2013	CONPES 161	Por medio del cual se adoptan los lineamientos de la Política Pública de Equidad de Géneros del país
Congreso de la república	2015	LEY 1761	Crea el feminicidio como tipo penal autónomo con una pena mayor al del homicidio
Presidencia de la República	2019	LEY 1630	Establece una ruta de acción integral para atender a las mujeres víctimas de violencia de género
Presidencia de la República	2020	DECRETO 455	Crea mecanismos para lograr la paridad de género en los empleos públicos
Corte Constitucional de Colombia	2022	Sentencia C-055	Despenaliza el aborto hasta la semana 24 de gestación

Además de esto, de manera local en el municipio “en el año 2015 se adoptó mediante acuerdo 006 el Honorable Concejo Municipal adoptó la Política Pública de Mujeres Urbanas y Rurales de Yarumal, y posteriormente se creó mediante decreto municipal las mesas de mujeres y erradicación de violencia contra las mujeres.” (Yarumal con rostro de mujeres, 2021, p. 17) y apenas en el 2016 una autoridad de género liderada por la Oficina de la Mujer y Equidad de género como es nombrada en Yarumal.

Así y contrastando la indagación del marco legal, es claro que el municipio se tarda más en adoptar las medidas nacionales de las instancias específicas para las mujeres, además que las rutas, leyes y derechos han sido poco conocidos por la comunidad, dando por resultado una desorientación a la hora de acudir a la institución correcta, desde dónde iniciar si soy víctima o conozco a alguien. Sin embargo, desde la Casa de las mujeres y diferentes estrategias radiales y televisivas se ha hecho la difusión con diferentes metodologías.

La estrategia desde esta práctica profesional de Trabajo Social, partirá del análisis documental, y contextualización de la realidad que es lo que el presente texto nos expone y que va perfilando las posibles problemáticas a intervenir, necesidades, dudas, potencialidades para hacer un diagnóstico situado en la comunidad, donde con ellas mismas se converse sobre cuál es la prioridad, continuar con un plan metodológico y posteriormente la intervención.

Es fundamental expresar y que el ejercicio profesional se realice de manera dialógica con la comunidad, entendiendo que son seres de derechos y conocimientos, que viven en su realidad, que tienen experiencias específicas y compañeros de la construcción que se planea realizar por medio de la intervención.

Además de esto, tener claridad que no solo se interviene con la población de mujeres del municipio, sino que también existen otros actores sociales que participan dentro del proceso y son fundamentales para una mirada holística, trabajo paralelo con aliados para fortalecer la intervención.

La Casa de las Mujeres, al ser parte de una dependencia de la Secretaría de salud de la alcaldía municipal, responde al llamado del cien por ciento de la población, tiene actores directos como lo son mujeres y hombres interesados en construir desde el género una igualdad, pero también están las instituciones educativas, población civil en general, organizaciones sociales, empresas del municipio, centros de salud, entre otros, que tienen la obligación de respaldar con una teoría de género su ejercicio e ir dejando huella generacional sobre el tema.

Las casas de la mujer u oficinas de la mujer en Colombia suelen surgir como respuesta a la necesidad de abordar cuestiones relacionadas con la equidad de género, la violencia de género y la promoción de los derechos de las mujeres. Estos espacios buscan ofrecer apoyo, recursos y servicios específicos para mujeres, con el objetivo de empoderarlas y protegerlas.

En la primera fase de prácticas, se ha tenido la oportunidad de tener contacto con hombres y mujeres interesados en género, en cumplimiento de derechos y deberes, dentro de los talleres, clubes, mesas de mujeres y erradicación de violencias, en centros educativos rurales, donde se guía el tema, pero son ellos quienes lo desarrollan y dentro de su discurso y/o necesidades se hallan las principales problemáticas, narradas por ellas mismas y también en relación con análisis profesional. Estas fueron:

- Aumento de los embarazos no deseados en adolescentes, especial característica con hombres mucho mayores que ellas.
- Tasa elevada de desempleo en mujeres, poco acceso a recursos monetarios, con hipótesis relacionada con la dependencia económica a sus parejas.
- Nulo enfoque de género en las instituciones educativas.
- Bajo grado de escolaridad en la mujer rural.
- Falta de conciencia del cuidado de sí mismas por tener el foco en el cuidado de otros.
- violencias basadas en género presentadas y no reportadas, poco conocimiento de la ruta de atención.
- Deserción escolar de mujeres
- Poca presencia de mujeres como líderes políticas
- Poco reconocimiento del género masculino como aliado en las luchas de género
- Poco conocimiento de masculinidades alternativas ni espacio para ellas.

A partir de estas principales problemáticas y/u objetos de intervención, se genera también una posible estrategia para su abordaje que, además de lo ya mencionado sobre la postura del paradigma y teoría, también necesita tener más claridad para continuar trabajando, planteando de primera mano un tipo de intervención educativa, para modificar lo ya establecido con lo que se

necesita ahora según el contexto y de la mano con el modelo educativo, para co-construir junto con los sujetos una intervención completa y enfocada.

Las herramientas técnico-instrumentales también son importantes porque se deberán ajustar a la receptividad, edad, tipo de población para establecer confianza y armonía en los encuentros, entre ellos están: revisión documental, talleres de siluetas, árbol de problemas, soluciones, fotolenguaje, bola de nieve, juegos, talleres de introspección, reflexivos, actas administrativas, bitácoras, etc.

Por último, es fundamental aclarar que esta fase de la práctica es inacabable, pues se retroalimenta a lo largo de la misma, con información actualizada, datos que nos den las personas, más documentos analizados, pero que requiere una planeación e ir plasmando lo encontrado para el enfoque, objetivos y avance de la práctica académica.

2 Diagnóstico

A través del acompañamiento al colectivo femenino desde el lugar de prácticas de la Casa de las Mujeres y Equidad de Géneros del municipio de Yarumal, se propone como componente fundamental en el ejercicio práctico del trabajo social realizar un diagnóstico que, equiparado con el contexto analizado anteriormente, permita comprender qué es lo que pasa con las mujeres en el municipio respecto a los hallazgos principales y así, con una teoría bien fundamentada, poder guiar el accionar.

El diagnóstico se utiliza principalmente para co-construir junto a la población elegida, la problemática que requiere más atención, la misma comunidad es quien prioriza sus propias necesidades, puesto que son ellos en sus contextos quienes las experimentan y por consecuencia, el que tendrá las herramientas para transformarlas. Esto, con las acciones de Trabajo Social, será más completo, por la mirada profesional, teórica y las estrategias que se pueden aplicar para potenciar sus capacidades de resolución y cambio.

De esta manera, el diagnóstico social permite

conocer la realidad del contexto y a la vez facilita la realización de un análisis que determine una situación dada, permitiendo realizar una correcta intervención en la problemática detectada, con la finalidad de mejorar la condición en la que se encuentra una persona, familia, grupo o comunidad. (Feijoo & Patiño, 2020, p.20)

Para esto, es importante tener en cuenta que a la hora de poner sobre la mesa las necesidades en compañía de la población, es importante comprender las necesidades sociales, vista en la orientación docente por medio de la siguiente pirámide:

Figura 2

Construcción propia de composición de necesidades sociales



Y con esta herramienta poder y poner a conversar la creada y sentida para llegar a la real, con una postura y consciencia del trabajador social sobre las herramientas que se tienen o capacidades, los actores que influyen y su papel con la comunidad, las condiciones, entre otras que permiten tener una problemática y posterior objetivo más realista y posible para la intervención.

Ahora, con una intencionalidad y claridad en lo que es un diagnóstico social, se prepara el tema central elegido que fue el cuidado, del cual tuvimos en cuenta la definición y los tipos que existen, que son:

Cuidado de sí: Entendido como un accionar que se logra cuando hay una consciencia de su ser, es una actitud con respecto a sí mismo que lo orientan a una verdadera libertad humana. Es así, como en uno de los documentos se dice que,

uno no puede ocuparse de sí mismo sin conocerse. El cuidado de sí es sin duda el conocimiento de sí —es el lado socráticoplatónico—, pero es también el conocimiento de un cierto número de reglas de conducta o de principios que son, a la vez, verdades y prescripciones. (Garcés & Giraldo, 2013, p. 189)

Y, este mismo, “El cuidado de sí expresa una actitud consigo mismo, pero también con los otros, con los otros y con el mundo” (Garcés y Giraldo, 2013, p. 190). Pero, para poder tener ese cuidado completo, es fundamental que antes que a otros, pase por sí mismo, puesto que no es posible cuidar del otro, sin ocuparse de uno.

Por esto, se decide, además de tener estas claridades de término, dividir ese cuidado en las dimensiones de la vida en las que se puede presentar: físico, mental, psicológico, familiar y social o comunitario; porque son en estas en las se dinamiza la vida misma.

En la física se incluyen acciones como: asearse, dormir, alimentarse, protegerse de enfermedades con seguimiento médico y correctos tratamientos, practicas nocivas o adictivas. En el mental, el estado de ánimo, cargas que se traigan, prácticas de liberación de emociones, pensamientos, identificación de metas y sueños, etc. En el psicológico si han ido o pensado en asistirá terapia, si se preocupan por enfermedades como la depresión, ansiedad, bipolaridad, autoconocimiento de cualidades y defectos. En el familiar donde se analiza las redes de apoyo y maneras de sentirse cuidado por otros, y en el comunitario o social para identificar las instituciones que se reconocen como agentes protectores de la integridad de ellas mismas y cuáles, junto con actividades que realizan que disfrutan con el tiempo para sí mismas.

La claridad de términos es fundamental para el desarrollo de la práctica, sin embargo, más allá de eso, está un interés por el tema de género y prácticas de cuidado de las mujeres, ahondar en este tema y trabajar con y para la población incrementa la posibilidad de impacto por la conexión que se tiene con ellas y su disposición. Toda esta descripción de cuidados hacia sí mismas, ayudaron a orientar la planeación del taller diagnóstico y de el propósito del mismo que es *Identificar las prácticas de riesgo y posibilidades de cambio que tienen las mujeres en cuanto al cuidado de sí en dimensiones físicas, mentales, psicológicas, familiares o comunitarias en el Municipio de Yarumal.*

Sin embargo, no es suficiente con el interés particular sobre el tema y el rastreo que se hizo del contexto del municipio, sino que se vuelve fundamental conversar con ellas sobre sus experiencias cotidianas con las prácticas de cuidado, conocer si es de su interés preguntarse o hacer más por el tema y cuál de ellas les preocupa más y podrían hacerse cargo según sus capacidades y preferencias.

Resulta importante preguntarnos por el cuidado de sí en mujeres porque, de generación en generación, bajo una lógica patriarcal, han sido sometidas a unas dinámicas de poder entre hombres

y mujeres, donde las segundas quedan silenciadas por el respaldo que tienen los primeros culturalmente. Desde esta mirada, ellas abandonan el poder de su palabra, de su verdad y prefieren esconder su dolor, se ocupan del de otros como hijos, hermanos, padres, y ponen en segundo plano el propio, con un riesgo mayor a padecer enfermedades y expresar sentirse insatisfechas con la vida que llevan.

Incoherente con esto, los discursos “machistas” afectan tanto a mujeres como a hombres, sometiendo a los varones a un descuido y exigiéndole a la mujer la pulcritud, la serenidad y orden en todos los ámbitos de su vida; ignorando que el cuidado debe ser consciente (como lo afirman las categorías del presente trabajo) y para todo ser humano, porque posibilita una salud constante.

Avanzando con este proyecto, hablar de cuidado de sí y generar estrategias propias del trabajo social, posibilitará una consciencia mayor en la población, una ocupación del ser y una mirada más amplia y crítica para poner en marcha prácticas de cuidado en las diversas esferas y una transformación paulatina.

Entonces... ¿A quiénes afecta? Tanto hombres como mujeres, no obstante, por la población de la institución de prácticas, enfocado más en mujeres con estrategias de juntanza como: club sororo, emprendimientos, hada empoderada, manejo de emprendimientos, etc. resulta de más acceso a la participación, además de los vínculos ya establecidos con ellas que permiten que la conversación sea más abierta; sin dejar a un lado que involucrar a los hombres en el diálogo es importante desde reflexiones hacia el mismo sistema patriarcal y lograr un cambio significativo

Pero... ¿por qué se le debe dar una solución? Las manifestaciones de libertad, de cuidado y de aumento de la dignidad humana

El cuidado de sí se dirige al alma, pero envuelve al cuerpo en una infinidad de preocupaciones de detalle. Se convierte en un arte de vivir para todos y a lo largo de toda la vida; el cuidado de sí es un modo de prepararse para la realización completa de la vida (Giraldo, como se citó en Garcés y Giraldo, 2013, p. 189)

De esta manera, el cuestionamiento crítico hacia discursos, políticas y exigencias del municipio se verán confrontadas gracias a esa consciencia de sí misma, una necesidad de ser tema en la agenda pública y ser respaldado desde una instancia administrativa como lo es el lugar de prácticas: la casa de las mujeres del municipio de Yarumal.

La estrategia planteada para concretar la problemática y, a su vez la priorización, se realiza bajo la técnica interactiva de cartografía corporal

su propio cuerpo, lo visualicen y puedan ubicar experiencias, sentires o deseos. “El cuerpo humano es como una cartografía viviente, en él, hay marcas, símbolos y formas que dicen de nosotros” (Quiroz, et al, s.f., p.93), lo que permite hablar más libremente de lo que se experimenta

El objetivo de esta estrategia está orientado a Generar un espacio donde las mujeres puedan ubicar en su cuerpo las experiencias con respecto al cuidado que tienen, con preguntas orientadoras como:

- ¿Cómo me siento hoy?
- ¿Qué cualidades tengo?
- ¿cuál es mi mayor sueño?
- ¿Han asistido alguna vez a terapia?, ¿han buscado ayuda con un profesional como psicólogo?
- ¿Qué es lo que más te gusta de tu personalidad?
- ¿Qué es lo que más te gusta de tu cuerpo?
- ¿Hago alguna actividad física como caminar, correr, gimnasio?
- ¿Me alimento de manera saludable, equilibrada?
- ¿Cada cuánto voy al médico, me hago los exámenes, si estoy enferma me hago el tratamiento completo o mientras me siento mejor?
- ¿Tengo algún hábito nocivo como fumar, beber?
- ¿Descanso lo suficiente?
- ¿Hago las actividades que realmente disfruto?, con qué frecuencia
- ¿cómo te cuida tu familia, cómo te demuestran ese afecto? ¿quiénes? ¿cómo?
- ¿Quiénes te apoyan en tu círculo cercano de amigos, compañeros de trabajo, vecinos, cómo?
- Nuestro mayor logro
- ¿Las instituciones como la alcaldía, la policía, la iglesia, la oficina de la mujer ofrecen espacios para cuidarse o las cuidan?
- ¿Dentro de las compras que realizas, te compras algo para ti, para cuidarte?

- ¿Una palabra o hecho que dolió, dónde dolió en el cuerpo?
- ¿Qué tanto tiempo le dedicas a pensar en ti, en lo que te gusta?
- ¿A qué me comprometo conmigo misma?

De la misma manera, se va a tener el espacio para el análisis de esas respuestas que van a ser transversalizada por la Teoría de Género y por la Teoría del cuidado de sí, estas dos, fundamentales en el contexto y en la problemática a ahondar, esto después de la transcripción de los datos hallados en los encuentros, la retroalimentación tanto de la asesora institucional como la académica para tener una mirada más amplia y clara de lo hallado.

El diagnóstico social como parte fundamental del proceso de intervención del trabajador social, debe estar caminando junto a la contextualización tanto de las personas con las que se va a trabajar, como del lugar, sus prácticas, tradiciones y valores que forman todo el sistema de creencias y acciones con respecto al cuidado y cotidianidades expresadas mediante el diálogo, enseñanzas o acciones que tengan repercusiones.

Yarumal es un municipio que por tradición tiende a tener prácticas machistas, guiadas por un sistema heteropatriarcal, subestimando y maltratando a las mujeres desde expresiones “chistosas” hasta la presencia de feminicidios en el mismo municipio; esto hace que como territorio tenga unos retos aún mayores para vencer las violencias y adquirir un modo de vida más equitativo, respetuoso y responsable de las mujeres.

Este lugar, si bien ha presentado cambios significativos a la hora de hablar sobre las necesidades de las mujeres, aún tiene mucho por trabajar, para que desde las políticas se le dé una garantía para el goce pleno de sus derechos, aún más cuando se es consciente de la presencia del conflicto armado en el municipio y que esto significa la instrumentalización de la mujer como carnada para quitar o poner valía a los oponentes, hechos que implícita y explícitamente cargan a la mujer de responsabilidades con los hombres que las rodean y quitándole la oportunidad de un desarrollo de su propio proyecto de vida.

Haciendo un rastreo sobre estudios que se han hecho sobre las mujeres yarumaleñas, hallamos varias problemáticas ya analizadas y planteadas en la sección anterior de contexto como: falta de presencia en asuntos públicos de interés de mujeres, liderazgo, conflicto armado, etc. todas estas transversalizando su propio ser, autorreconocimiento, libertad; en sí, el cuidado de ellas mismas.

Se propone hacer taller con las mujeres dispuestas a participar y que tengan alguna de estas características: mujeres yarumaleñas, que hayan hecho parte de algún proceso con la casa de las mujeres y equidad de género y que estén dispuestas a participar en talleres de encuentro sensoriales y/o descriptivos para un proyecto de prácticas en la misma, donde el termómetro de las principales problemáticas sea calificado por ellas mismas y en otros casos logren describir en qué aspectos quieren trabajar por la urgencia del mismo.

Se realizan dos talleres con mujeres: el primero con mujeres de la vereda Montebello, con una particularidad que permite una reorganización de la información a plasmar en la cartografía corporal, al no ser tan fácil sistematizar, se orienta hacia una plantilla prediseñada de un cuerpo con subdivisiones a las dimensiones de cuidado para así, en el segundo encuentro que fue con la organización ASOPANORTE, tener más facilidad de sistematización de la información.

Dentro del diálogo en los encuentros se dan temas importantes, como la falta de redes de apoyo, el doble trabajo, la desvalorización, la falta de autoestima y la sobrecarga de ellas para con los otros; sumado a eso alertas importantes como la conversación con una de las participantes que dice que se automedica cuando está muy triste para poder dormir más de tres días y no levantarse a nada; se hace una orientación sobre lo que puede significar y la invitación a hacer trabajo interdisciplinar con psicología. Y la manifestación constante de otra de las integrantes sobre su descontento con la vida y la necesidad de una atención profesional, esta petición motiva a otra participante a solicitar internamente también la interconsulta.

Pero... ¿Qué es lo que causa todas estas ideas?, Marcela Lagarde en su libro, habla de una servidumbre voluntaria que ellas tienen adquirida con los hombres culturalmente, donde “Las mujeres deben “entregarse en el servicio” a los hombres que les son próximos, de distintas maneras, para obtener de ellos lazos invisibles y concretos de reconocimiento conyugal” (Lagarde, 2005, p.445). Esta idea es el imaginario que guía la cotidianidad, puesto que la mujer no es mujer suficiente si no está al servicio de los demás, sin importar si eso implica su descuido.

Esto lo podemos experimentar en Yarumal, cuando constantemente están reforzando la idea de la mujer de casa, obediente y sometida no solo por los hombres más cercanos, sino por el mismo pueblo, sus rumores típicos de un territorio conservador y machista, por eso lo vemos en los resultados con expresiones que a las mujeres participantes aún le duelen: “no eres capaz”, “no sirves para nada”, “mantenida”; (Mujer 1, comunicación personal, 12 de diciembre, 2022). expresiones que refuerzan esa relación de poder que existe entre hombres y mujeres, al querer una

mujer que cuide de los hijos, sin estudios, que se encargue de todo en la casa; pero que confronta por la idea de “darle todo, sin que haga nada”, ignorando el trabajo doméstico o familiar, y con la premisa del hombre trabajador y proveedor económico que también ha lastimado a los mismos varones imposibilitándoles el exteriorizar sus sentimientos, dar muestras de afecto, reconocerse vulnerables o incluso hasta el juego, categorizándolos de una manera que no se identifican.

Además de esto, expresan con frecuencia “no tener tiempo para mí”, lo que en la conversación se vuelve fundamental, porque se les pregunta si en el día logran hacer algo que ellas disfruten, que les guste y la respuesta es no, por sus oficios en la casa, por el trabajo, por estar siempre prestas al cuidado de los hijos, del esposo, del padre, de la madre, sin ponerse ni a pensar en qué les gustaría hacer y dejar de hacer para lograr una libertad desde el cuidado de sí como lo plantea Foucault.

El espacio se amplía para el reconocimiento de sí en cuanto posibilita a las participantes pensar en ellas mismas, tener preguntas guiadas y un diálogo abierto para conversar sobre lo que van pensando e identificando de su día a día; pueden de esta manera describir sus cualidades, defectos, acciones con ella misma y con los otros, sueños y pesos que cargan; encontrando desde “terminar mis estudios” hasta la misma idea de servir al otro con “tener casa para que mis hijos puedan vivir”, pero que sin duda alguna ayuda a expresar y mirar qué temas se pueden trabajar junto con ellas.

Sin embargo, la técnica utilizada le permite a las mujeres identificar otro tipo de cuidados que ellas pueden tener consigo mismas por medio de las preguntas, que vamos a organizar por recurrencia o diferencias por cada dimensión puesta en la mesa, además de finalizar por algunas posibles estrategias de intervención:

1. Cuidado social / Comunitario: Recurrente la organización ASOPANORTE en su taller, y en general está la presencia de un cuidado por “Dios”, solo en dos ocasiones mencionan la casa de la mujer como institución cuidadora y en dos mencionan a amigos como esa red de apoyo, el resto está vacío o solo mencionan a Dios; en el mismo dialogo, se pudo notar que lo que es la policía, la administración, los vecinos no son generadoras de esa confianza.

Así, se da la “relación hacia el cuidado de los otros, en la medida que el cuidado de sí se vuelve capaz de ocupar, en la ciudad, en la comunidad o en las relaciones interindividuales, el lugar

que conviene” (Foucault, *La ética* 263 como se citó en Garcés & Giraldo, 2013), teniendo una posibilidad de mejora en este problema, con el fortalecimiento de redes de apoyo, la sensibilización del cuidado al cuidado, la expresión asertiva de las emociones y los límites.

1. Cuidado Familiar: La constante presencia del cuidado familiar es la madre y los hijos, solo en dos ocasiones aparece el esposo o padre de los hijos a apoyar y hermanos.

Este cuidado es fundamental, puesto que es donde más ellas sienten que dan, pero poco que reciben, lo que genera una tensión emocional y por ser el círculo social más cercano, si se fortaleciera se incrementaría las relaciones sanas y el apoyo; podría ser desde estrategias como vínculos familiares, reuniones en conjunto para hablar sobre la protección familiar, etc.

1. Cuidado psicológico: Mencionan no haber asistido al psicólogo, una persona que fue y no consideraron pertinente un seguimiento y dos personas que internamente solicitan la conexión con uno por cómo se estaban sintiendo. En este aspecto ubican muertes que les generan afectaciones. Mencionan además que su capacidad de resolución la hacen desde la fuerza de sí mismas.
2. Cuidado mental: Logran identificar, verbalizar y plasmar sus cualidades, algunas con inseguridad le preguntan a sus amigas o compañeras, pero lo logran; no plasman prácticas de recreación ni esparcimiento; en sus sueños las mujeres más jóvenes tienen ser profesionales, estudiar y, las de más edad tienen por objetivo una vida más estable económicamente hablando o una vivienda para estar con sus hijos.

De esta manera, es imposible hablar de cuidado de sí, sin pensar en autocuidado, pues vela por la salud de las personas y la estabilidad psicológica y mental hace parte de ella; se hallan falencias en estas, pudiendo resolverse con un trabajo interdisciplinar, trabajar con las psicólogas que colaboran con la oficina en caso de ser necesario.

1. Cuidado Físico: Se encuentran prácticas de cuidado como el aseo personal, algunas prácticas de vanidad; pero ausencia de una alimentación saludable, prácticas de ejercicio ni de pausas activas, consumo de bebidas alcohólicas y, sobre todo, no hay un correcto

seguimiento de recomendaciones médicas, ni visitas constantes, sólo con remedios caseros y hasta que se sientan mejor.

El accionar del cuidado, según la teoría que nos compete podría trabajarse bajo la lógica de las tecnologías del yo, que permiten a los individuos efectuar por cuenta propia o con la ayuda de otros, cierto número de operaciones sobre su cuerpo y su alma, pensamientos, conducta, o cualquier forma de ser, obteniendo así una transformación de sí mismos con el fin de alcanzar cierto estado de felicidad, pureza, sabiduría o inmortalidad. (Foucault, *Tecnologías* 49 como se citó en Garcés & Giraldo, 2013)

De esta manera, se hace un trabajo holístico teniendo en cuenta a sí mismos para posteriormente el trabajo con el otro, puesto que se habla de la imposibilidad de la transformación y/ o cuidado del otro sin antes transitar el interior personal, estas tecnologías incluyen:

- 1) Tecnologías de la producción, que nos permiten producir, transformar o manipular cosas,
- 2) tecnologías de sistemas de signos, que nos permiten utilizar signos, sentidos, símbolos o significaciones;
- 3) tecnologías de poder, que determinan la conducta de los individuos, los somete a cierto tipo de fines o de dominación, y consisten en una objetivación del sujeto; 4) tecnologías del yo (Foucault, *Tecnologías* 49 como se citó en Garcés & Giraldo, 2013).

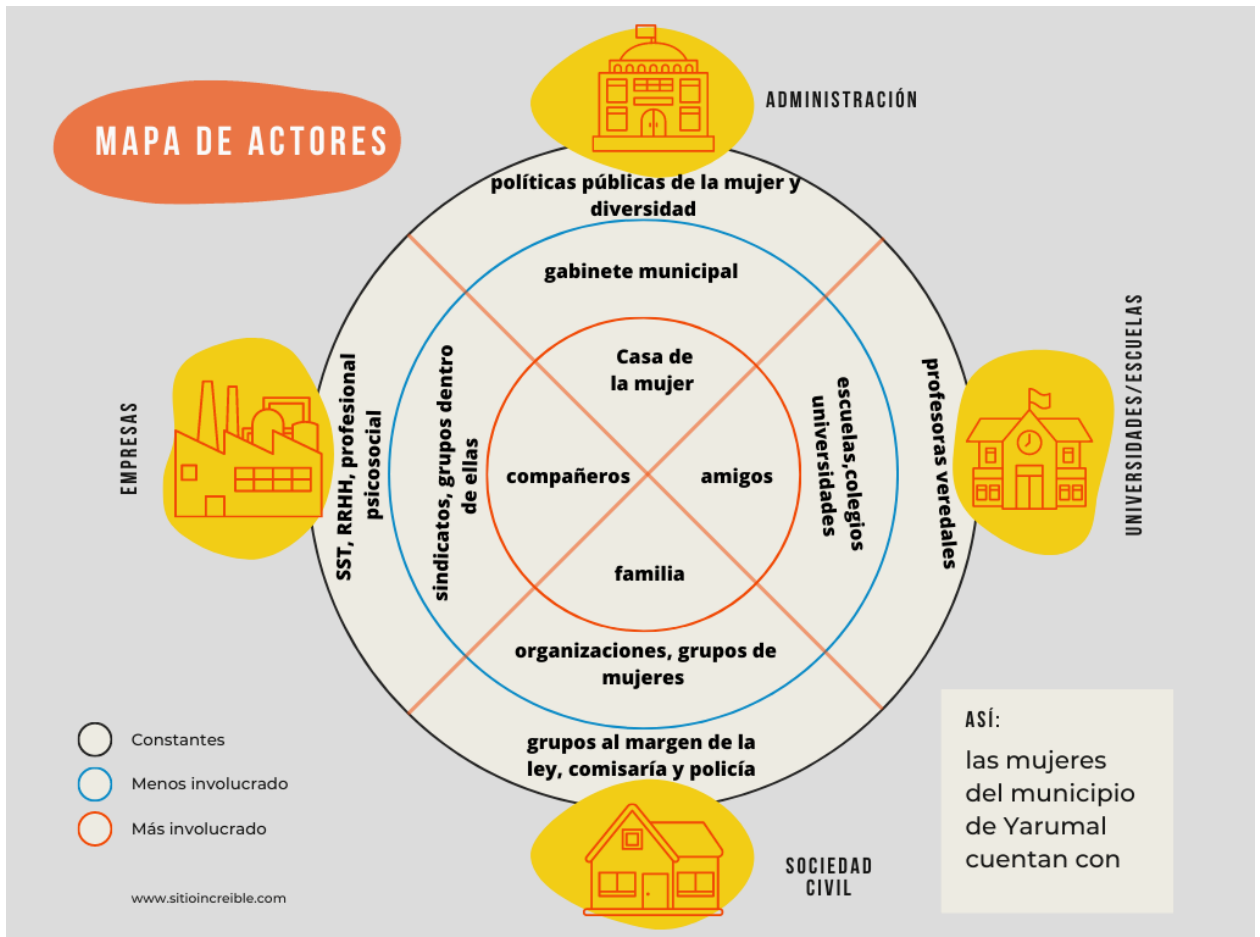
Es muy común que el discurso de las mujeres participantes esté cargado de principios morales, propios de la actitud del ser humano, estas guían sus conductas y decisiones en la vida, pero se logra junto con ellas que creen un compromiso para con ellas mismas que, a propósito de la temporalidad del desarrollo del encuentro, fue muy oportuno para que ellas visualizaran la mujer que querían ser para el presente año. De esta manera podemos identificar las siguientes posibilidades o capacidades para la intervención:

- A. Humanos: con el apoyo de la profesional de la Casa de las Mujeres, la psicóloga de la secretaría de salud del municipio y líderes sociales para el encuentro de la población. Además, la disposición de los participantes de continuar hablando y trabajando con el tema.

- B. Monetarios: Limitación en cuanto a los recursos económicos y de desplazamiento que puedan tener los talleres dentro de la intervención, puesto que la oficina no cuenta con presupuesto asignado para su funcionamiento.
- C. Saberes: Conocimientos adquiridos en la formación académica y experiencias, y saberes que tiene la población sobre sus necesidades y posibles soluciones

Además de analizar estas posibilidades, también es importante prever obstáculos u oportunidades que se puedan presentar durante el desarrollo de la intervención, estas pueden ser de orden público, ambientales en el acceso a veredas y/o corregimientos, desinterés de la comunidad o rechazo a las estrategias o técnicas propuestas, que será un reto para afrontar en caso de que se presente y tener más opciones como la virtualidad, cambio de técnica, diálogo de intereses, entre otros.

De la misma manera, los actores que influyen en el acercamiento con las comunidades abren o cierran puertas debido a su capacidad de persuasión sobre ellas, confianza y tiempo en el vínculo; por esto se hace necesario analizar los actores presentes y su nivel de influencia de esta manera:

Figura 3*Construcción propia: mapa de actores*

Los actores más involucrados tienen una relación directa con las mujeres del municipio, una corresponsabilidad para el bienestar de las mismas, como red de apoyo en caso de amigos, compañeros y familia y como deber municipal con la casa de las mujeres en la protección y garantía de sus derechos, y aunque la única constante es la oficina de la mujer.

Los actores menos involucrados o que ellas mencionan menos presentes y de confianza son: el gabinete municipal, instituciones educativas, puesto que no hay una posibilidad centrada en la necesidad de las mujeres en educación del municipio y pocas oportunidades para adultas mayores para culminar sus estudios, los sindicatos en las empresas porque son limitados, pero inciden en la manera que velan por derechos de ellas como mujeres trabajadoras y las organizaciones de mujeres porque no tienen una convocatoria que incluya rurales y urbanas.

Y las siempre presentes serían el interés de las mujeres en general, las políticas públicas y leyes que las respaldan, el profesorado que exprese las necesidades de las mujeres, la comisaría y policía que ahora atienden sus casos de violencias y dentro de las empresas los profesionales en salud y seguridad en el trabajo, recursos humanos o psicosociales por velar por su integridad. Y no está de más mencionar a los grupos armados ilegales porque limitan el orden público y sus actividades diarias.

Para concluir, ¿por qué la importancia de realizar esta intervención, ¿qué aporta o dejaría de aportar?, el trabajo social, al ser una profesión y disciplina con un enfoque principal en la intervención, sin dejar a un lado la investigación la puede realizar de manera holística y dinámica, que permita la co-construcción de saberes y prácticas que protejan y cuiden de las mujeres del municipio, reconociendo su papel e importancia en la toma de decisiones, potenciación de prácticas ya existentes e influencia en la agenda pública.

Además de esto, la integridad total en todas las esferas de la vida posibilita una mejor calidad de vida, unos derechos respaldados y cumplidos por la ley y de naturaleza en la cotidianidad y un cambio de perspectiva para la mirada que día a día le damos a la labor de la mujer en casa, en lo público y en lo personal, sus aportes y la unión que se puede tener entre hombres y mujeres para tener una sociedad más justa e igualitaria.

Sin embargo, si no se realiza la intervención, imposibilitaría la solidaridad, el cuidado de sí y de otros de manera consciente, de verlo como un ser de posibilidades, de vulnerabilidades, pero como par en este recorrido reflexivo en búsqueda de la libertad y dignidad humana.

3 Objetivos

3.1 Objetivo general

Construir junto con las mujeres pertenecientes a grupos de participación de la Oficina de la Mujer y equidad de géneros del municipio de Yarumal, una nueva concepción de cuidado de sí y de otros a través de una intervención socioeducativa

3.2 Objetivos específicos

1. Acompañar a las mujeres yarumaleñas mediante un proceso socioeducativo en el cambio de actitud consciente frente a las prácticas de cuidado de sí mismas y de otros
2. Generar espacios de reflexión donde por medio de diversas estrategias socioeducativas se adquieran herramientas de autocuidado para las mujeres de Yarumal
3. Propiciar un apoyo interinstitucional para fortalecer la participación voluntaria y consciente de las mujeres del municipio de Yarumal en espacios seguros, de disfrute y cuidado de sí mismas

5 Marco teórico

El trabajar con las mujeres, no basta con trabajar con ellas de manera lineal, sino que también debe estar acompañada de una teoría de género que permita interconectar la relación que tiene las formas de cuidado de sí y de otros con las relaciones de poder culturalmente impuestas de generación en generación, entre hombres y mujeres, donde las últimas ejercen una especie de servidumbre “natural” hacia los varones. Los hombres también son parte de la conversación, tanto como aliados, como víctimas, pues el sistema heteropatriarcal que nos orienta, no les permite el ejercicio de prácticas de cuidado hacia ellos mismos diferentes a la de producción. Así, esta teoría

intenta estudiar la construcción social de la diferencia sexual. En este caso, nos interesan ciertos conceptos claves que -dentro de la teoría feminista- se han asociado al trabajo doméstico y, particularmente, a las prácticas del cuidado. Nos parece que con el correr del tiempo sí que hallamos algunas transformaciones, aunque también podemos observar prácticas genéricas tradicionales que aún se mantienen. De cualquier manera, tenemos la intención de sugerir algunas propuestas que puedan servir para la (re)educación colectiva y para el surgimiento de nuevas prácticas en torno al cuidado. (Martínez et al. 2011, p. 182).

La interconexión de estos componentes epistemológicos debe estar en constante relación con los principales conceptos o categorías de análisis que son:

- a. Cuidado: Según Foucault, el cuidado de sí “es una actitud con respecto a sí mismo, con respecto a los otros y con respecto al mundo.” (Garcés y Giraldo, 2013, s.p), pero también es aquella que mide las acciones conscientes del ser humano y permite también su cambio
- b. Autocuidado: Tomado desde cinco dimensiones: el cuidado social, comunitario, el cuidado familiar, mental, psicológico y físico; con acciones que respondan a las necesidades de cada ámbito favoreciéndolas o perjudicándolas.
- c. Participación: Entendida como la toma de espacios con disposición donde se pueda conversar, generar debates y posibilidades de solución alrededor del tema principal, el cuidado de sí, porque son ellas las que poseen las capacidades de transformarlo y cuestionar lo que existe ahora.

- d. Redes de apoyo: Es ese conjunto de personas, instituciones o prácticas que suplen ese papel protector en las diversas problemáticas que se puedan presentar en la vida de las personas.

6. Justificación

Luego de estas bases tan importantes para saber desde dónde y cómo mirar, ¿Por qué es importante entonces hacer esta intervención social? Debido a los hallazgos del trabajo contextual y diagnóstico, el objeto de la intervención: Falta de prácticas de cuidado de sí en las mujeres del municipio; se convierte en una necesidad; debido a la sobrecarga que en este momento ellas están manifestando, su descontento con las relaciones desiguales para con los otros.

Así mismo, hablar sobre el cuidado, es hacer una consciencia colectiva sobre lo que pasa y a su vez acciones afirmativas para su transformación, logrando que se ponga en la agenda pública, se creen estrategias que garanticen el cuidado para y entre todos y todas. A pesar de no existir aún una política pública que lo respalde, existen unos referentes y menciones al tema en la actualidad.

En primer lugar, a nivel nacional, existe La Mesa Intersectorial de Economía del Cuidado (MIEC), que basado en políticas ya aplicadas en argentina, están supliendo el papel de conversar con los gobiernos sobre el cuidado estatal que se le debe ofrecer a la población, más específicamente

La creación de un Sistema Nacional de Cuidado estatal, con enfoque territorial, de género y feminista, que articule la economía del cuidado en los ámbitos de mercado, comunitarios y no remunerados, en concertación con las organizaciones sociales, la academia y el sector privado. (MIEC, sf, párr. 5)

Esta mesa fue creada con este objetivo, pero también para los diálogos para el cumplimiento de la ley que existe en Colombia sobre el cuidado

(Ley 1413 de 2010, noviembre 11, párr. 1). Por medio de la cual se regula la inclusión de la economía del cuidado en el sistema de cuentas nacionales con el objeto de medir la contribución de la mujer al desarrollo económico y social del país y como herramienta fundamental para la definición e implementación de políticas públicas.

Y así, se empieza a tener en cuenta en la justicia, sin embargo, esta ley no es muy conocida, ni promulgada para su cumplimiento y conocimiento en la población general; es entonces desde

allí donde la generación de espacios para conversar sobre cuidado de sí, en este proceso de intervención en lo social, se vuelve aún más importante. Convertida también en una línea estratégica o pacto en plan de desarrollo nacional llamado *Pacto por la Equidad: Alianza por la seguridad alimentaria y la nutrición: ciudadanos con mentes y cuerpos sanos*

7 Metodología

Se debe tener en cuenta qué metodología se va a utilizar, comenzando por el tipo de intervención proyección de la intervención y darle características más concretas al plan en búsqueda a aplicar: la socioeducativa, dado que esta permite generar un proceso. Para avanzar con la de la consciencia de los sujetos con los que se va a construir para transformar lo que antes ya estaba establecido. Esto, sumado a la educación popular, permitirá que la población participe activamente y sea la generadora de estrategias que transformen su realidad.

Este tipo de intervención permite ver a los sujetos participantes como seres con capacidades, saberes y experiencias que mediante unas herramientas adquiridas poseen una consciencia de la situación y son ellos mismos quienes las transforman y ayudan a cambiar también de la misma manera su contexto.

Y poniendo a conversar el tipo de intervención junto con el enfoque se va a sustentar de mejor manera el proyecto, desde la acción; por eso se plantea que se una con el enfoque de acción sin daño

Aquel que parte de la premisa de que ninguna intervención externa, realizada por diferentes actores humanitarios o de desarrollo, está exenta de hacer daño (no intencionado) a través de sus acciones. Su incorporación implica la reflexión por parte de los y las profesionales sobre aspectos como los conflictos emergentes durante la ejecución de las acciones, los mensajes éticos implícitos, las relaciones de poder y el empoderamiento de los participantes (Comisión de la Verdad, 2022, párr. 1).

Y este, junto con el interaccionismo simbólico, anteriormente mencionado, va a posibilitar el diálogo de saberes e intercambio de significados para una construcción colectiva.

8 Resultados

Para hacerle seguimiento a este proyecto de intervención se realizaron informes de gestión que tenían por objetivo dar cuenta del cumplimiento de metas, incluyendo actividades que han servido de recurso de aprendizaje y llegada a la comunidad con la que se está construyendo este proceso, además de los obstáculos que se han presentado en medio del plan de intervención en la Casa de las Mujeres del municipio de Yarumal.

Para avanzar el análisis del cumplimiento de este proyecto, se hará por criterio y metas planteadas en la formulación, donde se podrá ver en qué porcentaje queda, las posibilidades de continuidad y cómo queda el objetivo formulado.

Se empezará con el criterio *Prácticas de Cuidado* que, "más que procesos de liberación. Las prácticas de sí: a) prácticas de liberación mediante la eliminación de discursos y, en dependencia de las anteriores, b) prácticas de libertad que nos exigen creatividad." Foucault, tomando de esta manera las prácticas de cuidado, se aporta al análisis de la meta número uno y dos.

La primera meta por evaluar es *Mujeres con actitud de cuidado de sí y de otros fortalecido*, con una línea promocional, desde allí se planearon actividades que aportaran desde la autorreflexión a una actitud consciente sobre el cuidado en sus diferentes esferas, porque el cuidado de sí "es una actitud con respecto a sí mismo, con respecto a los otros y con respecto al mundo." (Garcés y Giraldo, 2013), en la medida que permite la transformación de la realidad desde sí mismo y que involucra a los demás. Así se ve el cumplimiento de esta meta de manera más organizada, donde se puede evidenciar que:

- Se logra el cumplimiento al 100% en tres de cuatro de las estrategias implementadas por medio de actividades intencionadas. Con lo que se vincula a toda la comunidad en reflexiones alrededor de la misma y se invita a la participación de las demás estrategias, la sensibilización aporta "a aumentar el grado de control y el compromiso mutuo sobre su propia salud", generar conversaciones sobre sus experiencias particulares.
- La socialización de resultados deja un compromiso instaurado en cada encuentro la continuidad sin depender de administraciones o personas, sino de los participantes, además de responder a un respeto con ellos, darles cuenta de lo que se ha hecho.

- La única estrategia, si bien no pudo cumplirse por dificultades de apertura de espacios, sobreoferta institucional e incluso transporte, tuvo buena acogida por parte de la comunidad, pues la didáctica aplicada con el “hada empoderada” llegaba de una manera diferente y visibilizaría la importancia de trabajarlo constantemente con los niños y niñas por su potencial en la construcción de sociedad

Gráficamente se puede ver así:

Tabla 2

Construcción propia a partir de las actividades realizadas

CUMPLIMIENTO DE METAS			
META 1: Mujeres con actitud de cuidado de sí y de otros fortalecido			
LÍNEA ESTRATÉGICA: Promocional			
ACTIVIDADES	NÚMERO DE ACTIVIDADES	ACTIVIDADES REALIZADAS	PORCENTAJE DE CUMPLIMIENTO
Campaña masiva de sensibilización sobre el cuidado de sí y de otros	1	2	100%
Encuentros autorreflexivos sobre su propio concepto de cuidado	78	25	32.05%
Diálogo de experiencias alrededor del cuidado	2	2	100%
Difusión de logros	1	1	100%

Para avanzar con el razonamiento está el concepto de Herramientas de autocuidado, que si bien para cada sujeto son diferentes, cambiantes y que se pueden construir de acuerdo a las habilidades adquiridas en cada etapa de la vida, se pudo observar su transformación y contribución

a las actividades ya planeadas. De esta manera se pudo ver el cumplimiento de las mismas gracias al apoyo y disposición de la población participante, donde:

- Cinco de seis actividades fueron cumplidas con un 100%, algunas de ellas con actividades de más pero que seguían aportando a la consciencia de estas herramientas que ya tenían y otras más para el cuidado de sí y de otros.
- La estrategia hada empoderada, así como se mencionó anteriormente no abarcó la población y actividades estipuladas, pero aportaba en la discusión de cada encuentro una herramienta para el autoestima, autocuidado, autoconcepto y autopercepción que servía de ideas para cada persona aplicarlo donde quiera que estuviera.

De manera gráfica esta meta se puede ver así:

Tabla 3

Construcción propia a partir de las actividades realizadas

CUMPLIMIENTO DE METAS			
META 2: Mujeres con herramientas de autocuidado			
LÍNEA ESTRATÉGICA: socioeducativa			
ACRTIVIDADES PROPUESTAS	NÚMERO DE ACTIVIDADES	ACTIVIDADES REALIZADAS	PORCENTAJE DE CUMPLIMIENTO
Hada empoderada	78	25	32.05%
Encuentro reparando ventanas cuidadoras de personas en situación de discapacidad	1	1	100%
Menstruación Consciente mujeres adultas	1	3	100%
Curso Automaquillaje rural y urbano	2	3	100%

Encuentros con madres lactantes y gestantes con el tema de tareas de cuidado y cuidado de sí	4	4	100%
Cultivo de cuidado mujeres cedeño	1	1	100%

Y por último, están dos conceptos que se complementan entre sí Participación y Redes de Apoyo, como ejes centrales para garantizar un apoyo real entre las entidades públicas (que además poseen una obligación legal) y la población. Si las mujeres encuentran en la institucionalidad una verdadera red de apoyo y espacios de participación que les contribuya a la construcción personal, esto se mantendrá y crecerá al pasar del tiempo.

Esta meta, se cumple en cada una de sus actividades en un 100% haciendo vínculos interinstitucionales para garantizar espacios de participación liderado por personas con conocimientos en las esferas de lo psicológico, físico y de habilidades que posteriormente se convirtieron en ideas de negocio que con buen enfoque pueda tener un impacto a nivel de autonomía económica para ellas. Además de esto, se acude a cada instancia de la alcaldía municipal para fomentar el cuidado de las mujeres con la prevención de la violencia institucional que se puede presentar. Así se ve gráficamente esta meta:

Tabla 4

Construcción propia a partir de las actividades realizadas

CUMPLIMIENTO DE METAS			
META 3: Tejido social fortalecido			
LÍNEA ESTRATÉGICA: socioeducativa			
ACTIVIDADES PROPUESTAS	NÚMERO DE ACTIVIDADES	ACTIVIDADES REALIZADAS	PORCENTAJE DE CUMPLIMIENTO

Sensibilización prevención de violencias empleados del Centro Penitenciario	1	1	100%
Encuentro funcionarios públicos participantes de la Mesa de la Mujer, sobre las acciones afirmativas de cuidado desde la institucionalidad hacia las mujeres	1	2	100%
Programa radial "Es Con Hombres"	7	7	100%
Gestión talleres de formación	3	4	100%
Gestión apoyo interinstitucional INDERYAL "Mujeres en Movimiento"	5	6	100%
Gestión apoyo interinstitucional psicología para escuchadero	3	6	100%

De los logros generales está la vinculación activa con servidores públicos, porque eran alejados de las necesidades de las mujeres yarumaleñas, y con el proyecto de intervención se pudo gestionar espacios de co-construcción desde las diferentes áreas, facilitación de espacios y socialización de la importancia de ocuparnos de ello por la carga histórica que ha tenido una dinámica de opresión frente a las mismas. De esta manera, la vinculación

ha ido generando alianzas más o menos amplias y a la vez “un nuevo tipo de institucionalidad pública, que contribuye al desarrollo de un discurso democrático, cuyos

efectos revolucionarios han sido resultado de alianzas con fuerzas políticas y sociales, pero sobre todo de su capacidad de alterar las rutinas de la cultura patriarcal, a partir de cambiar las relaciones de poder, de modo tal que la igualdad entre los sexos se transforma en un dato de la realidad antes que en una reivindicación corporativa o gremial”(Montaño y Sanz, 2009, como se citó en Benavente y Valdés, p. 111)

Programa radial “Es con Hombres convoca a los hombres a cuestionarse temas alrededor de los problemas que emergen del patriarcado, llegando a la zona rural y urbana para cortar aún más las brecha urbano-rural y hacerlos parte de la conversación y el cambio.

En las mismas personas participantes, se ha observado una mayor apropiación y sentido de pertenencia hacia Casa de las Mujeres por parte de las participantes, lo que refleja un ambiente acogedor y seguro, ya hay un referente de dónde queda ubicado, qué encontrar allí y dónde acudir a una ayuda en caso de violencia. Las mujeres han demostrado un alto nivel de participación e involucramiento en las actividades propuestas, evidenciando un interés genuino en su propio bienestar y en el de su comunidad.

Además, través de los cursos formativos ofrecidos se han estimulado ideas innovadoras de negocio entre las participantes, fomentando así el empoderamiento económico y una posterior autonomía económica de las mujeres. Sin embargo, el camino hacia estos logros no estuvo exento de dificultades como:

- La falta de acceso a transporte adecuado y oportuno para la asistencia en las actividades programadas por la sobreoferta de instituciones que querían hacer parte de los encuentros, convirtiéndose así en una barrera para el acompañamiento constante a las comunidades más alejadas.
- La escasez de recursos propios ha sido un desafío constante, afectando la calidad y cantidad de los servicios ofrecidos en Casa de las Mujeres, al depender de recursos ajenos y no facilitar la recompensa a formadoras que con sus conocimientos ayudan a la orientación de diversas habilidades al resto de las participantes
- Se han identificado tensiones y privilegios entre instituciones colaboradoras, lo que ha obstaculizado la coordinación y el trabajo en red de manera efectiva.

- Algunos grupos participantes de grupos organizados presentan roles muy marcados, lo que ha dificultado la integración y la colaboración entre sus miembros, intercambio de saberes y fomento de diversos liderazgos.
- El personal encargado de la implementación del proyecto ha enfrentado una sobrecarga de trabajo, lo que ha afectado su capacidad para brindar un apoyo adecuado a las participantes, por no poder estar presente en el trabajo comunitario, de planeación y otras actividades administrativas.

Gracias a los hallazgos y experiencias obtenidas junto con las participantes, se formulan las siguientes recomendaciones para mejorar y fortalecer el proyecto:

- Es fundamental asegurar la continuidad de los procesos iniciados, garantizando así su sostenibilidad a largo plazo, apoyo constante y visualización del trabajo en la defensa de los derechos y necesidades de las mujeres yarumaleñas.
- Se recomienda realizar un análisis detallado y un reporte oficial sobre la cantidad de personas que se vinculan a Casa de las Mujeres, con el fin de evaluar el impacto del proyecto y orientar futuras acciones, así evaluar la cantidad de funcionarios que deben operar para garantizar una buena cobertura y de calidad a todos.
- Se sugiere crear redes y alianzas desde los beneficios compartidos por la mayoría, promoviendo así la inclusión y la colaboración entre diversos grupos y actores públicos y privados.
- Es necesario mejorar la comunicación y la difusión de información relevante para las mujeres de la comunidad, garantizando su acceso a recursos y servicios disponibles, en redes oficiales de la Alcaldía.
- Establecer horarios fijos de atención en Casa de las Mujeres facilitará el acceso de las participantes y promoverá una mayor regularidad en su participación.
- Continuar promoviendo la participación y la consciencia del cuidado de sí entre las mujeres, fomentando así su empoderamiento y bienestar integral.
- Es imprescindible adaptar las actividades y servicios ofrecidos a las necesidades y realidades específicas de las mujeres del municipio, asegurando así su relevancia y efectividad junto a los cambios de contextos de Yarumal.

Para cerrar el ciclo del proyecto, se realizó las siguientes devoluciones a la población participante:

- Videos de recopilación de experiencias: Se publican en redes sociales videos que recopilaron las experiencias compartidas por las participantes en las diferentes dimensiones del cuidado, destacando sus logros y aprendizajes y las acciones positivas que se lograron con ellas, como: tienda economía circular, apoyo interinstitucional con INDER y psicología para abarcar cada uno de sus cuidados, etc.
- Experiencias a modo de recordatorio: Se entregó a cada sector trabajado una experiencia a modo de recordatorio de sus capacidades de movilización y transformación, reforzando así su empoderamiento, sin que sus encuentros y herramientas de cuidado dependan de disposiciones de los gobiernos de turno, sino de ellas mismas y su vinculación.
- Socialización del cuidado institucional: Se llevó a cabo una actividad de socialización del cuidado institucional, donde se compartirán reflexiones y aprendizajes sobre la importancia del buen trato por parte del funcionario, la prevención de la violencia institucional, en pro el cuidado mutuo en el contexto de la equidad de género.

En conclusión, el proyecto de intervención en Casa de las Mujeres ha logrado avances significativos en la promoción del cuidado de sí y de otros entre las participantes, a pesar de enfrentar diversas dificultades. Con el compromiso y la colaboración de todos los actores involucrados, se espera que estas recomendaciones contribuyan a fortalecer y consolidar los logros alcanzados, promoviendo así el bienestar y la autonomía de las mujeres en la comunidad.

9 Discusión

La Casa de las Mujeres: Una fuerza con apuesta social fundamentada.

El objetivo del presente apartado es presentar un ensayo argumentativo que reflexione sobre la importancia del proyecto de intervención implementado en el campo de la Casa de las Mujeres del Municipio de Yarumal. De esta manera, se pretende tratar sobre: la vinculación de marcos teóricos y metodológicos de Trabajo Social, que responden y entienden la complejidad de los géneros, pues el contexto lo muestra como un marcador social, pero se convierte en un condicionante para el desempeño profesional hoy; esas posibilidades de una lectura más holística de las realidades.

Es importante iniciar presentando el campo de práctica ya desde la experiencia, con una mirada crítica. La Casa de las Mujeres es un campo de prácticas adscrito a la alcaldía municipal de Yarumal, desde la secretaría de salud. Nace como una dependencia denominada “Oficina de la Mujer y Equidad de Géneros”, que luego de ver la acogida y retos en cuanto a las necesidades de las mujeres y comunidad diversa, hace una alianza con la Gobernación de Antioquia para dotarla y convertirla en una Casa de las Mujeres, con mayor alcance y espacio físico.

Las diferentes situaciones emergentes del municipio, revelan la necesidad de una participación de profesionales psicosociales, “una perspectiva y/o un enfoque psicosocial incluyen principios como los de dignidad, apoyo mutuo, solidaridad, vida con calidad, enfoque de derechos, enfoque de género y desarrollo humano integral en salud mental” (Villa, 2012, p. 353), pues a este espacio acuden mujeres e integrantes de la comunidad lgbtiq+ que han sufrido de violencias, estaban en peligro y necesitan potenciar sus capacidades; así entra la coordinación de la oficina con una mujer profesional en trabajo social y dos practicantes más a orientar las acciones positivas para impactar realmente en ese contexto, sin embargo la ausencia de recursos propios empezó a convertirse en un obstáculo para el desarrollo de las actividades planeadas y abordaje de los requerimientos de estas poblaciones.

Y ahora, tres años después con la intervención que hoy compete este ensayo se siguen hallando necesidades muy marcadas que piden un presupuesto y más personas involucradas por la extensión de la población para llegar de manera oportuna y a los lugares donde más se lo necesita sin dejar a un lado las cuestiones administrativas que incluye la planeación, el acompañamiento y

presencia en caso de requerir la ruta de atención. No obstante, este ensayo se va a enfocar desde dos puntos fundamentales lo que sí se ha logrado con la metodología fundamentada de trabajadores sociales y estudiantes del mismo programa en este espacio y los limitantes que se van presentando.

Para comprender la importancia de la fundamentación teórica y metodológica que tuvo el proyecto de intervención con foco en el cuidado de sí desde el Trabajo Social en relación con los géneros, primero debemos reconocer la complejidad inherente del concepto de género. Los géneros son mucho más que etiquetas socioculturales; son identidades profundamente arraigadas que moldean la vida de las personas en todos los aspectos. Esta complejidad se manifiesta a través de una amplia variedad de identidades de género, orientaciones sexuales y roles de género que van más allá de la dicotomía tradicional hombre o mujer.

El Trabajo Social, como disciplina enfocada en la justicia social y el bienestar, debe ser sensible a esta complejidad y comprender que las experiencias de género son diversas y cambiantes. La fundamentación teórica y metodológica sólida proporciona a los trabajadores sociales las herramientas necesarias para abordar este reto de manera efectiva pues este permite una comprensión más amplia desde las teorías de género, la cual es la principal en el proyecto de prácticas ya implementado.

la fundamentación de la intervención en lo social, como saber y práctica especializada del trabajo social, es necesario que se formule la relación entre conocimiento y acción, que permita identificar, construir, y transformar en el campo profesional los diferentes objetos de intervención en objetos de conocimiento. En esa perspectiva la construcción de una propuesta o estrategia de intervención profesional, debe tener como referentes las siguientes dimensiones: identificación de problemas sociales y situaciones problemáticas complejas, lectura de los contextos particulares micro-estructurales y macro-estructurales, comprender y explicar los procesos sociales que se encuentran en curso y los sujetos sociales implicados con sus significaciones, representaciones sociales y sus imaginarios simbólicos. (Estrada, 2011, p. 3)

Desde lo anterior, se logró presenciar desde un análisis teórico las dinámicas de poder entre hombres y mujeres, imaginarios y estructuras que siguen reforzando la desigualdad entre los géneros, pero también los cambios que existen desde los encuentros con la estrategia Hada

Empoderada o lecturas de espacios donde lo que se habla, piensa y se concibe con respecto al género tiene lugar en la infancia, adolescencia y en la adultez.

Las posibilidades que dio la teoría en la metodología usada brindó los lentes con los que como trabajadora social se diseñó intervenciones específicas que se adaptaron a las necesidades individuales de las personas, reconociendo la diversidad de las experiencias de género. Y más específicamente en el tema de cuidado, ayudó en la práctica reflexiva, que incluyó imaginarios en labores de cuidado, acciones orientadas al autocuidado, sesgos, prejuicios, hasta la misma identidad que más que informar regresaban a las personas con una introspección hacia eso que se vivía en la cotidianidad.

El trabajo Social en esta oportunidad se enfocó en las diferencias que existían entre el cuidado ofrecido hacia otros por parte de las mujeres y el que era dado a ellas mismas, por eso desde este proyecto de intervención como trabajadoras sociales se abogó por la defensa de la política pública de las mujeres, con mayor énfasis en una de sus líneas llamada “Cultura del cuidado: las mujeres apostamos por una Yarumal cuidadora” pues promueve una igualdad de género y atención en las diversas violencias ejercidas que no solo afectan a las mujeres sino también a los hombres y esto se convierte en guía para la prestación de un servicio imparcial y no discriminatorio en todas las entidades involucradas directamente con género.

Las políticas públicas, son un documento válido creado con y por la comunidad, pero esto debería incluir la asignación de recursos financieros para el establecimiento, funcionamiento e implementación de programas de apoyo a las mujeres, situación que no es el caso de la política anteriormente mencionada. “Yarumal con rostro de mujeres” cuenta con una fundamentación suficientemente amplia para abordar las necesidades, pero no cuenta con las estrategias como el Plan de Igualdad de Oportunidades ni recursos para su ejecución.

El Trabajo Social necesita más que una fundamentación teórica y metodológica en su intervención, pues las realidades limitan el desempeño profesional en la actualidad. La sociedad demanda profesionales de Trabajo Social que puedan abordar la complejidad de los géneros de manera efectiva, con posibilidades en el acceso y ejecución de sus programas que respondan a las necesidades más latentes y en ese sentido ser financiados los proyectos sociales.

No obstante, la relevancia de la fundamentación teórica y metodológica en el Trabajo Social no puede subestimarse, especialmente cuando se trata de la complejidad de los géneros. Los géneros van mucho más allá de ser simples marcadores sociales; son identidades profundamente

arraigadas que influyen en la vida de las personas de manera significativa. Para abordar estas complejidades y promover la justicia de género, el Trabajo Social debe contar con una base teórica y metodológica sólida. Además, en un mundo donde valorar la diversidad y la inclusión se convierte en un aspecto innovador, el Trabajo Social en el campo de género y diversidad es más que una elección profesional, es una condición necesaria para un desempeño eficaz y significativo en la sociedad actual. Este campo atraviesa la propia identidad, la crianza, los prejuicios que nos permean y nos hace también cambiar con él.

Ahora nos iremos centrando en el proyecto implementado pues como trabajador social, es esencial destacar la importancia de la vinculación enfocado al cuidado de sí y de otros en el contexto de las mujeres correctamente fundamentado en su teoría y metodología por los siguientes motivos:

- a. Empoderamiento y Autonomía: Estos proyectos brindan a las mujeres las herramientas necesarias para cuidar de sí mismas, tanto física como emocionalmente, y les permiten desarrollar un mayor sentido de autonomía y autoestima. Esto es especialmente crucial en contextos donde las mujeres pueden haber experimentado vulnerabilidad o abuso, incluyendo la potenciación de actitudes positivas a la hora de establecer límites y toma de decisiones en sus vidas.
- b. Fomento de Relaciones Saludables: Al centrarse la mayor parte del tiempo en el cuidado de otros, estos proyectos promueven la consciencia de la importancia que tienen las relaciones interpersonales saludables, fomentando la empatía y la solidaridad dentro de la comunidad. Esto es importante para contrarrestar patrones violentos de unos con otros.
- c. Prevención de Problemas de Salud: Al proporcionar educación y recursos para el autocuidado, se pueden prevenir problemas de salud en las mujeres, reduciendo la carga en los sistemas de atención médica y mejorando la calidad de vida de las mujeres. La apertura de espacios donde el movimiento del cuerpo y la atención en salud preventiva sean base para el cuidado de sí, son apuestas sociales que trascienden un indicador, sino que impactan la vida de las personas.
- d. Roles y Expectativas: los roles específicos asignados a hombres y mujeres son camino en la división del trabajo, las responsabilidades familiares y las oportunidades educativas y laborales, generando una desigualdad, por eso se incluye dentro del mismo las reflexiones

en el programa radial “es con hombres” para desmitificarlos con temas en específico; la apuesta principal va a una cotidianidad sin expectativas donde se entiende más el ser desde sus posibilidades y capacidad que desde ideales sociales.

- e. Participación Política y Social: Las normas de género pueden afectar la participación política y social de las mujeres. Pueden enfrentar barreras para acceder a posiciones de liderazgo y participación en la toma de decisiones comunitarias, sin embargo, cuando tiene espacios de intercambio de saberes, participación y aprendizaje, adquieren una autonomía capaz de llevarla a puntos que antes no eran posibles.
- f. Violencia de Género: Los encuentros de mujeres, la circulación de la palabra y las habilidades fortalecen un aspecto fundamental como es la red de apoyo, esta se convierte en un espacio de sanación y prevención que obstaculiza las posibles violencias de género al sentir que un grupo te apoya, te escucha, te motiva a crecer y además te da una atención integral.

De esta manera, cuando el cuidado de sí se desplaza a todas sus dimensiones de cuidado como lo son el físico, social, comunitario, mental y psicológico puede ayudar a superar obstáculos y mejorar su calidad de vida. Estas estrategias, focalizadas en espacios que como La Casa de las Mujeres es importante que se establezcan como espacios seguros donde las mujeres pueden compartir sus experiencias, recibir apoyo de otras personas que han enfrentado desafíos similares y acceder a recursos de manera confidencial; aquí se quiere habitar, compartir y crecer de manera segura.

Para ir finalizando como trabajadores sociales, es esencial reconocer y abordar las complejas intersecciones entre el género, la organización social y la división del trabajo, cosa que es posible solo por medio de una correcta indagación contextual y teórica donde se oriente las estrategias a la promoción proyectos de intervención centrados en el cuidado de sí y de otros, donde ellas mismas se pueden empoderar y mejorar su bienestar, problematizando los limitantes que a los hombres les significa también los sesgos de género en el desarrollo de habilidades como adultos funcionales y el desarrollo libre de la personalidad.

De esta manera, el trabajo social toma un papel fundamental en la lucha por la igualdad de género y en la transformación de las normas sociales que perpetúan la desigualdad, pues se ha encargado que con su fundamentación cargue con las posibilidades y obstáculos que el trabajo con humanos respecta, siendo actores sociales activos que defienden y aportan a las luchas colectivas,

que promuevan la igualdad de género y aborden la violencia y la discriminación contra las mujeres e incluso aportan con su participación en mantener la existencia de espacios como la Casa de las Mujeres, los sujetos entonces son la base de posibilidades que existen en la transformación social.

Para finalizar con el tema, las iniciativas de oficinas de las mujeres y equidad de género, en específico funcionando con las Casas de las Mujeres en Colombia, se originan a partir de un marco legal que nace de necesidades identificadas con muertes de mujeres, violencias ejercidas hacia ellas y las denuncias; es de esta manera como el compromiso del gobierno se debe a la presión de la sociedad civil que se derivan en experiencias exitosas, que en su mayoría fueron liderada por grupos sociales de mujeres y trabajadores sociales que se unen a sus luchas.

Estas iniciativas como comunidad pues ofrecen apoyo, servicios y recursos a las mujeres con el objetivo de promover su empoderamiento, bienestar y la igualdad de género.

La Casa de las Mujeres se deben mantener como proyecto social fundamentado para la promoción de los diferentes cuidados de la sociedad entera, en estos espacios hay intercambio de saberes ya existentes, construcción colectiva de conocimientos, apoyo y formación para el cambio de realidades.

10 Reflexiones sobre el campo y los actores

Reflexionando sobre el proyecto, es evidente que se ha experimentado diversas experiencias positivas que han fortalecido el enfoque y la efectividad de la labor como trabajadora social. Los diferentes actores involucrados han desempeñado roles fundamentales, cada uno contribuyendo de manera única al éxito del proyecto, desde el espacio, las participantes, instituciones vinculadas como los materiales y el conocimiento base que todas compartíamos.

Las mujeres participantes han sido un pilar fundamental en este proceso. Su apertura a los temas propuestos, su disposición para el intercambio de saberes y la receptividad a nuevas propuestas han creado un ambiente enriquecedor. Esta actitud proactiva y participativa ha generado un tejido social sólido dentro del grupo, fomentando el apoyo mutuo y la construcción colectiva de conocimiento, lo que facilitará que el cuidado de sí esté presente siempre como tejido social y no como responsabilidad de una institución o coordinación de turno.

También, la Universidad de Antioquia ha desempeñado un papel crucial al proporcionar sólidos aportes académicos que han enriquecido la intencionalidad del proyecto. La calidad de la asesoría académica ha sido destacable, brindando claridad y comprensión en la aplicación de los conceptos teóricos en la realidad práctica. Este respaldo académico ha permitido que el proyecto se base en una fundamentación y contribuya a la construcción integral junto con las mujeres participantes.

La Casa de las Mujeres, como entidad de apoyo, ha sido un elemento valioso, pero también se han identificado áreas de mejora, pues podría haber un espacio para un mayor compromiso y apoyo continuo. Además, se ha evidenciado la necesidad de establecer conexiones más sólidas con otras instituciones para ampliar el alcance y los recursos disponibles para las mujeres. Sin duda alguna, en este espacio habitaron sentires, saberes, deseos y sueños que posibilitaron estos encuentros, pero al recibir tanta población y el poco personal, requiere un espacio más amplio y acompañamiento de más personas.

Como profesional a cargo del proyecto, he identificado tanto fortalezas como áreas de mejora. La necesidad de mejorar la inteligencia emocional se destaca como una prioridad, ya que esto fortalecerá la conexión no solo con los obstáculos sino la capacidad empática con las mujeres participantes. Además, reconocer la importancia de adquirir más teorías para guiar mi práctica y mejorar mis habilidades de escritura contribuirá a una ejecución más efectiva del proyecto. Y

trabajar en la construcción de mi seguridad personal será esencial para liderar con confianza y eficacia.

En general, estas reflexiones nos permiten reconocer el éxito del proyecto hasta ahora, así como señalar áreas de oportunidad para el crecimiento y la mejora continua. La colaboración entre la Casa de las Mujeres, la Universidad, las asesoras y las mujeres participantes ha creado un espacio enriquecedor y significativo, y al abordar las áreas de mejora identificadas, podemos fortalecer aún más el impacto positivo de nuestro trabajo en el cuidado de sí en las mujeres de Yarumal.

Referencias

- Arenas Giraldo, A.C, & Echavarría Cuartas, S.M. (2022). *Mujeres en acción: liderazgos que transforman*. [Informe de práctica]. Universidad de Antioquia, Yarumal, Colombia.
- Benavente R., M. C. & Valdés B., A. (2014). *Políticas Públicas Para La Igualdad De Género: Un Aporte A La Autonomía De Las Mujeres*. Comisión Económica para América Latina y el Caribe (Cepal) Santiago de Chile 136 pp. ISBN 978-92-1-121865-7
- Comisión de la Verdad. (2022). *Enfoque de acción sin daño, definición*. <https://bit.ly/3OYdFH0>
- Estrada Ospina, V. M., (2011). Trabajo social, intervención en lo social y nuevos contextos. PROSPECTIVA. *Revista de Trabajo Social e intervención social*, (16), 21-53. <https://www.redalyc.org/pdf/4077/407736376005.pdf>
- Feijoo Mora, Y. y Patiño Bernal, G. (2020). *Intervención del Trabajo Social en el bienestar de los adultos mayores del hospital Teófilo Dávila de la ciudad de Machala*. [trabajo de titulación]. Universidad Técnica de Machala. Machala-Ecuador. <http://repositorio.utmachala.edu.ec/handle/48000/15627>
- Garcés Giraldo, L. F., y Giraldo Zuluaga, C. (2013). El cuidado de sí y de los otros en Foucault, principio orientador para la construcción de una bioética del cuidado. *Discusiones Filosóficas*, 14(22),187–201. <https://bit.ly/3uTSY8o>
- Lagarde, Marcela. (2005). Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas. Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad Universitaria. Coyoacán-México. <https://bit.ly/49O22dR>
- Colombia. Ministerio de Justicia y del Derecho. (2010). Ley 1413 de 2010 (noviembre 11): por medio de la cual se regula la inclusión de la economía del cuidado en el sistema de cuentas nacionales. DO n. 47890. <https://www.suinjuriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/1679611>
- Martínez, L. M.; Araiza, A.; Garay, A. I.; Peñaranda, M. d. C. (2011). Género, Espacio Doméstico Y Socialización Del Cuidado: Algunas Perspectivas De Cambio. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, vol. 5, núm. 1, 2011, pp. 181-186. Asociación

Nacional de Psicología Evolutiva y Educativa de la Infancia, Adolescencia y Mayores Badajoz, España.

Miranda Beltran, S. y Ortiz Bernal, J. (2020). Los paradigmas de la investigación: un acercamiento teórico para reflexionar desde el campo de la investigación educativa. *Revista Iberoamericana para la investigación y el desarrollo educativo*: Vol. 11, Núm. 21, 2 113. <https://www.scielo.org.mx/pdf/ride/v11n21/2007-7467-ride-11-21-e064.pdf>

Naranjo-Hernández, Y., & González-Bernal, R. (2021). Investigación cualitativa, un instrumento para el desarrollo de la ciencia de Enfermería. *Revista Archivo Médico de Camagüey*, 25(3), e7324. Epub 01 de junio de 2021. <https://bit.ly/49rj6Xf>

Natera-Gutiérrez, S.I., Guerrero-Castañeda, R.F., Ledesma-Delgado, M.A.E., & Ojeda-Vargas, M.G. (2017). Interaccionismo simbólico y teoría fundamentada: un camino para enfermería para comprender los significados. *Cultura de los Cuidados (Edición digital)*, 21(49). <http://dx.doi.org/10.14198/cuid.2017.49.21>

Quiroz Trujillo, A., Velásquez Velásquez, A.; García Chacón, B. y González Zabala, S. (s.f). *Técnicas interactivas para la investigación social cualitativa*. <https://bit.ly/3wsVNho>

Secretaría de Mujeres de Antioquia. (s.f). *Tasa de desempleo Yarumal Antioquia*. [Imagen]. https://mujeresantioquia.gov.co/observador/chart_ae_tasa_desempleo/

Villa Gómez, J. D., (2012). La Acción Y El Enfoque Psicosocial De La Intervención En Contextos Sociales: ¿Podemos Pasar De La Moda A La Precisión Teórica, Epistemológica Y Metodológica?. *El Ágora USB*, 12(2), 349-365. <https://bit.ly/48Ewy9i>

Yarumal con Rostro de Mujeres. (2021). Documento técnico de la Política Pública de las Mujeres y la Equidad de Géneros del Municipio de Yarumal.

	<p>Programa radial “Es con Hombres” paternidad responsable</p>
	<p>Curso formativo diseado de flores</p>
	<p>Hada empoderada, cuidado de sí, prevención del bullying cuento “Todos somos únicos”</p>
	<p>Programa de tv “Luces, cámara y mujeres” grupo de cuidadoras</p>



Cuidado físico,
vinculación con INDER