

Fecha: Noviembre 17 - 2024

FUNDACIÓN MÉDICOS DE CORAZÓN

NIT: 900853053

Teléfono: 3108900099

Correo electrónico: fumdecor.info@gmail.com



Proyecto: Reencuéntrate con lo maravillosa que eres

Objetivo

Brindar un espacio de autocuidado, empoderamiento y conexión emocional para mujeres cuidadoras y pacientes con trastornos de la coagulación, reconociendo su rol fundamental en el sostenimiento familiar y comunitario, y fortaleciendo su salud mental y bienestar integral.

Descripción de la actividad

Este encuentro fue diseñado especialmente para 12 mujeres de nuestra comunidad —madres cuidadoras o pacientes— quienes, a diario, enfrentan enormes retos físicos, emocionales y económicos. Este espacio representó un acto de amor hacia ellas, quienes muchas veces posponen su propio cuidado por priorizar a sus hijos o familiares.

Se realizó un taller teórico-práctico de empoderamiento femenino y automaquillaje, donde no solo aprendieron herramientas de autocuidado estético, sino que se promovió una conversación profunda sobre el valor del rol femenino en contextos de enfermedad crónica, el reconocimiento del agotamiento emocional, y la importancia de priorizar su salud mental.

Cada mujer recibió:

- Un mensaje personalizado de gratitud y admiración.
- Un kit de maquillaje como símbolo de dignidad, amor propio y belleza natural.
- Un espacio seguro para compartir, reír, llorar y reconectarse consigo mismas y entre ellas.

Impacto social

- Visibilización de las mujeres cuidadoras como agentes esenciales del sistema de salud comunitario.
- Fortalecimiento del tejido social entre mujeres que comparten historias de vida similares, generando redes de apoyo mutuo.
- Promoción de la salud emocional y mental en una población altamente vulnerable y muchas veces invisible.
- Reconocimiento simbólico que ayuda a romper ciclos de autoabandono, resignación y aislamiento emocional.

Frase de cierre

"Cuando una mujer se reencuentra con su esencia, florece todo a su alrededor. Hoy, más que maquillaje, llevamos en el rostro la dignidad, el valor y el amor propio que nos define."

FUNDACIÓN
MÉDICOS DE CORAZÓN

