

UNA MIRADA HACIA LA SALUD MENTAL DE LAS MUJERES VÍCTIMAS DEL CONFLICTO ARMADO EN VIOTÁ CUNDINAMARCA

Jenny Jazmín Forero Bernal¹
Dennis Rodríguez Pérez²
Zully Alexandra Arias Amaya³
David González Giraldo⁴
Jessica Alejandra López Cruz⁵
Shirley Julieth Quiroga Obregón⁶

Resumen

En medio de los vestigios del conflicto armado en Colombia, Las mujeres han sido víctimas directas e indirectas de múltiples formas de violencia: desplazamiento forzado, violencia sexual, violencia psicológica y la pérdida de seres queridos en masacres y homicidios lo que ha dejado profundas cicatrices en su salud mental y en su cotidianidad, en este artículo se logra identificar un complejo tejido de sus experiencias, que permiten explorar el impacto en la salud mental de las mujeres específicamente de Viotá- Cundinamarca, que enfrentan realidades permeadas por el miedo y la incertidumbre, reconociendo su accionar posterior a los hechos victimizantes y a su vez identificar los efectos a largo plazo que contribuyeron a la reconstrucción del tejido social y al fortalecimiento de su resiliencia a través del tiempo.

Palabras clave: Mujer, Conflicto armado, Salud Mental.

¹ Trabajadora Social, Corporación Universitaria Minuto de Dios

² Administradora Ambiental, Universidad Piloto de Colombia

³ Trabajadora Social, Corporación Universitaria Minuto de Dios

⁴ Abogado, Universidad Libre

⁵ Trabajadora Social, Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca

⁶ Psicóloga Clínica, Universidad Católica de Colombia

Abstract

In the aftermath of the armed conflict in Colombia, women have been direct and indirect victims of multiple forms of violence: forced displacement, sexual violence, psychological violence, and the loss of loved ones in massacres and homicides, leaving profound scars on their mental health and daily lives. This article identifies a complex web of their experiences, allowing for an exploration of the impact on the mental health of women specifically from Viotá, Cundinamarca, who face realities permeated by fear and uncertainty. It recognizes their actions following victimizing events and, at the same time, identifies the long-term effects that contributed to the reconstruction of the social fabric and the strengthening of their resilience over time.

Keywords: Women, Armed conflict, Mental health.

1. Introducción

La mujer, en el contexto del conflicto armado, ha sido identificada como un grupo especialmente vulnerable y afectado en gran medida por la violencia en el país. Viotá, en el departamento de Cundinamarca, ha sufrido de manera significativa debido su historia de conflicto, el cual fue escenario de enfrentamientos constantes entre diferentes grupos armados, situaciones que generaron desplazamientos forzados y afectaron gravemente la vida cotidiana de sus habitantes, a esto se suma la pérdida de parejas, hijos o familiares. Viotá fue nombrado como “el pueblo rojo” por su constante presencia de Guerrilla, lo que incentivo a los grupos paramilitares de ejercer presión y actos bélicos que dieron como respuesta múltiples afectaciones sociales, culturales y políticas dando como resultado un impacto profundo en su salud mental, generando miedo y una cotidianidad marcada por la violencia, lo que ha alterado significativamente la forma de relacionarse en comunidad.

En el conflicto armado, las mujeres han sido consideradas como símbolos de poder y conquista, lo que ha perpetuado situaciones violentas y con perspectiva de género, siendo estas en muchos casos pilares fundamentales de cuidado y de construcción familiar, lo anterior lleva a construir el interrogante en este trabajo: ¿Cuáles fueron los impactos en la salud mental experimentados por las mujeres víctimas del conflicto armado en Viotá (Cundinamarca) durante el periodo de 2003 a 2006? basado en la identificación de los impactos en la salud mental de las mujeres víctimas del conflicto armado, se realizará un análisis de las modalidades de violencia utilizadas contra estas mujeres en Viotá. Asimismo, se reconocerán las diferentes medidas o mecanismos de atención dirigidos a la salud mental de las mujeres víctimas del conflicto armado en esta región.

Este documento, presentará inicialmente la delimitación del problema de investigación, seguido de una revisión de la literatura relevante a la pregunta de investigación, exponiendo así la perspectiva teórica que llevo al establecimiento de los objetivos del estudio, identificando la importancia de esta investigación. La metodología empleada se describirá detalladamente para exponer así los resultados obtenidos. Finalmente, se expondrán las conclusiones obtenidas de la investigación.

2. Delimitación problema de investigación

La historia de Colombia ha estado marcada por más de 60 años en el conflicto armado, una problemática que ha afectado a todas las regiones del país y ha ocasionado tanto daño a miles de personas, entre ellas las mujeres sin importar su raza, creencias, dejando a su paso dolor, desplazamiento, muerte, pobreza y una brecha de desigualdades que se ha profundizado a través de la historia. Viotá ha sido el epicentro de diferentes luchas y situaciones que han permeado la guerra y la realidad del conflicto armado en Colombia, con la Guerra de los Mil Días,

la reforma agraria, entre otras situaciones que aportaron a la realidad del municipio, así como lo sostiene el autor Cepeda, J (2017)

Esta combinación de factores socio-históricos ocasionó un resurgimiento de la violencia sociopolítica en Viotá y en general en las Provincias del Tequendama y Sumapaz. El conflicto armado interno afectó intensamente al Departamento de Cundinamarca en los decenios de 1990 y 2000. El Frente 42 de las FARC fortaleció su presencia a finales de la década de 1990 gracias al declive de la economía local y regional en torno al café, además de su posicionamiento estratégico alcanzado para rodear la ciudad de Bogotá. Por su parte, las Autodefensas Campesinas de Casanare concentraron su actividad entre 2003 y 2005 con una serie de acciones contrainsurgentes tendientes a debilitar la influencia guerrillera y comunista en la zona. Mientras que la XIII Brigada del Ejército, junto a las Brigada FUDRA-, lideraron las operaciones militares Libertad I y II durante el primer Gobierno de Uribe Vélez (2002-2006), logrando alejar a las FARC de Bogotá y Cundinamarca

pero llevando en este periodo vulneración de derechos de los habitantes entre ellos las mujeres de este municipio, ocasionando afectaciones no solo físicas sino psicológicas para obtener el control del territorio.

En cuanto a las modalidades de violencia ejercidas en contra de las mujeres víctimas del conflicto, se identifica que la mayoría de ellas han sufrido daños en su integridad personal, como aporta la investigación de Cudris et al (2019) se han evidenciado *trastorno obsesivo compulsivo, trastornos del sueño, episodios de tristeza y depresión, ideación suicida e intento suicida y el comportamiento violento*. Por lo anterior, el rastro emocional de la guerra en las víctimas se caracteriza principalmente por el miedo. De acuerdo con el informe Basta Ya (2013) del Centro de Memoria Histórica el miedo es el sentimiento característico que predomina en las víctimas,

miedo a padecer nuevamente actos de violencia, miedo y temor a que sus familiares vivan hechos similares a los de las víctimas principales, miedo incluso a las instituciones que representan al Estado por ausencia e ineficiencia en la reparación y la justicia, así mismo, sentimientos de culpa, tristeza, vergüenza, rabia y odio se acumulan y persisten en la vida de las víctimas e incluso llega a pasar generaciones ya que se pueden repetir patrones de violencia.

De acuerdo con lo anterior es importante reconocer el sufrimiento que experimentan las mujeres víctimas del conflicto armado del municipio de Viotá y el impacto de los hechos violentos tanto en su bienestar como en el desarrollo de su vida cotidiana, dando luces a procesos de atención integral que permitan responder adecuadamente a sus necesidades emocionales para facilitar así su recuperación y sentido de valía personal. Es por esto que los distintos actos de violencia y daños cometidos a lo largo del conflicto armado han generado diversas afectaciones tanto en lo moral, en lo sociocultural y político como en lo emocional y psicológico. El impacto de cada acto ha variado dependiendo del evento violento, del tipo, el lugar, el tipo de victimario y tipo de víctima, su edad, género y demás variables que forman parte de la complejidad de la violencia. Sin embargo, una de las mayores secuelas se puede evidenciar en los daños emocionales y psicológicos y quizá donde menos se han aunado esfuerzos de reparación por parte de la sociedad, las instituciones relacionadas y del gobierno, porque afecta en su totalidad la integridad de la víctima ya que deterioran las relaciones interpersonales y su salud física.

3. Revisión de la literatura

Para dar respuesta a nuestra pregunta de investigación se analizaron diferentes conceptos de autores que permitieran dar marco a nuestra pregunta problema, esta revisión la dividimos en tres apartados: mujer en el conflicto armado, salud mental en víctimas del conflicto y redes de apoyo.

3.1 Mujer en el Conflicto Armado

Hablar del rol de la mujer en el marco del conflicto armado, es abordarlo desde los periodos de violencia y los actos de violencia en su contra, desde los efectos sobre su cuerpo y su salud mental, desde su papel en el postconflicto y la importancia de sus aportes en los procesos de paz.

Las mujeres a lo largo del conflicto armado en el país, han sufrido el dolor que ha provocado la profanación de sus cuerpos como instrumentos de guerra, manifestando la posición dominante y hegemónica masculina de la sociedad (Pécaut, citado por Salazar et all 2017), evidenciando los niveles de superioridad, legitimidad del poder y el establecimiento de la vulnerabilidad de las mujeres visiblemente relacionados con la estructura patriarcal (Salazar et all., 2017). Esta es una forma de dominio sobre la población civil, atacando y destruyendo el tejido social, marcando la vida de las mujeres y sus familias, permeando así las estructuras comunitarias y sociales de las que ellas hacen parte. La mujer es vista como medio para impartir temor y demostrar poder por el hecho de dar vida; ser la guía de su familia; la que lidera a las comunidades, es decir, que permite reconocer cómo la mujer fue la principalmente afectada desde sus diferentes roles socioculturales por culpa del conflicto interno presentado en el país (Vellojin y González, 2020)

En el artículo de Salazar et all. (2017), se plantea la relación entre la vulnerabilidad a causa de ser mujer en contextos de guerra y como estas violencias de genero afectan la construcción de la realidad, identificando una multiplicidad de factores, que influyen de forma constante y estructural en la realidad de estas, identificar los patrones culturales permite una visión amplia de las consecuencias de la guerra en la cotidianidad de la mujer y su rol social a partir de las estructuras familiares y sociales dadas desde el patriarcado, lograr establecer una visión de la guerra con enfoque de género, permite reconocer las consecuencias históricas.

El conflicto armado ha causado daños irreparables en las mujeres dadas las diferentes modalidades de violencia que presenciaron, tales como, la violencia sexual, tortura psicológica,

desplazamiento forzado y homicidio, las masacres y las desapariciones forzadas, dejando consecuencias no solo físicas sino psicológicas, evidenciando que las modalidades de violencias realizadas por los grupos del conflicto armado (FARC-AUC) causaron daños en diferentes ámbitos en los que interactúa la mujer, pero principalmente en el área de la salud mental, ya que tuvieron que vivir durante mucho tiempo el flagelo y dolor de la guerra (Ruta Pacífica de las Mujeres [RPM], 2013, p.33).

Así mismo, los hechos de violencia de mayor remembranza por las mujeres, se destaca la victimización de las familias (por homicidio o reclutamiento de alguno de sus integrantes, generando una ruptura de hogar) y los hechos victimizantes dirigidos hacia personas con mayor vulnerabilidad, dejando mujeres viudas solas con los niños o cargando el dolor por la pérdidas de su hijos, mujeres que tuvieron que asumir el rol de proveedoras en espacios de conflicto armado y donde fueron victimizadas de nuevo por la explotación a la que fueron sometidas (Vellojin y González, 2020).

El RPM (2013), hace un análisis completo de la verdad y la memoria de las víctimas y recoge una serie de entrevistas de mujeres víctimas del conflicto armado, donde se obtuvo la siguiente conclusión: “casi la mitad de las mujeres expresó que la violencia tuvo consecuencias sobre su rol o participación en la vida privada y en la pública, además, tuvo incidencia en su entidad como mujeres”, información valiosa y relevante que aporta voz al sufrimiento de las mujeres a lo largo del conflicto armado.

En el documento “Re-construcción de memorias de mujeres víctimas del conflicto armado en Viotá, Cundinamarca; el abandono y despojo narrado a través de voces femeninas”, escrito por Gutierrez (2018), se reconoció como la subordinación al hombre, la obediencia y el silencio que ya tenía la mujer Viotuna por sus antepasados, siguió siendo reclamado, esta vez con mayor fuerza por los hombres a través de grupos insurgentes o armados que se consolidaron en su territorio, agudizando así, las violencias estructurales que un Estado con presencia indiferenciada

ocasiona, dificultando el acceso a servicios básicos, profundizando la exclusión y desigualdad por ser mujeres.

3.2 Salud mental en víctimas del conflicto

La Organización Mundial de la Salud (OMS), indica cómo ser mujer es un factor de riesgo que predispone a tener problemas de salud mental. “el género afecta de manera fundamental a la salud mental al determinar una posición de desigualdad social y económica y dificulta su atención y recuperación.

La salud mental en Colombia según la Ley 1616 de 2003, se define como: “estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción, que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana” (p.1)

En el estudio realizado por Amaris et al, (2019), en su apartado llamado la salud como un estado de bienestar, se destaca cómo las experiencias emocionales permiten interpretar el mundo y reaccionar de determinada forma ante los sucesos cotidianos, generando bienestar o malestar en la vida de las personas, en este contexto la salud mental se considera como un estado de bienestar. Aquí se plantean tres dimensiones fundamentales para la investigación realizada las cuales son bienestar subjetivo, bienestar psicológico y bienestar social, con características que se centran en la capacidad de desarrollar y mantener relaciones saludables y significativas, así como de experimentar una sensación de propósito y significado en la vida, este estudio permite una mejor comprensión del concepto de salud mental y cómo abordarlo de manera efectiva.

Además, examinando otros factores previos encontramos que la investigación realizada por Castañeda y Camargo, (2018), explora cómo la violencia, el desplazamiento forzado, la pérdida de seres queridos y otras experiencias traumáticas pueden impactar la salud mental. Por otro lado, Cudris y Barrios (2018) señalan que “el impacto de la violencia sobre las víctimas es

evidente y significativo”, y ha dejado huellas “invisibles y que atañen al daño moral, a los traumas psicológicos, al deterioro de los valores sobre los cuales se constituye la humanidad” (Cudris, Barrios, y Jiménez, 2018)

3.3 Redes de apoyo

Hobfoll y Stoke (1988) mencionan que las redes de apoyo social son las “interacciones o relaciones sociales que ofrecen a los individuos, asistencia real o un sentimiento de conexión a una persona o grupo que se percibe como querido o amado”

Las redes de apoyo son estructuras que brindan soporte, estabilidad y seguridad a una persona que atraviesa un mal momento. Estas pueden ser escucha activa, servicios familiares, orientación, saneamiento de necesidades básicas o Psicoeducación. El apoyo social, es un constructo con mucho potencial para entender el impacto que los sucesos acaecidos en el conflicto armado en Colombia producen sobre las víctimas (Campos, et al. 2018)

Migallón y Galvez, (1999), han realizado estudios de trabajo grupal donde han demostrado que una forma eficaz para iniciar el camino hacia la sanación y lograr el empoderamiento femenino son espacios grupales de mujeres, espacios seguros que ayudan a conectarse unas con otras, salir de la soledad, participando en espacios de escucha que permitan la reconstrucción de su ser.

4. Perspectiva teórica

El área de salud mental es una problemática que nace o se genera por afectaciones de modalidades de violencias dadas por el conflicto armado interno como se logra evidenciar en varios estudios como lo indica Cudris y Barrios (2018), estudios empíricos permiten asociar cómo el conflicto armado en Colombia y la violencia sociopolítica han generado agresiones tales como desapariciones forzadas, desplazamiento, masacres, homicidios, violencia sexual y exposición a

diferentes tipos de actos violentos. Además, esta investigación permite reconocer diversos autores encuentran que, la presencia de síntomas emocionales y mentales entre las mujeres víctimas del conflicto es bastante, reconociendo la intensidad del sufrimiento y el miedo. Investigaciones en las que han aplicado el cuestionario de los 90 síntomas para reconocer desde el mismo sentir de las víctimas, revelan como resultados puntuaciones altas en la ansiedad fóbica, ideación paranoide y psicoticismo indicando la presencia de daño psicológico incluso con alrededor de una década después de experimentados los hechos traumáticos.

Se puede reconocer que la violencia y sus modalidades han afectado a la población en especial a las mujeres su salud mental y que esto persiste con el pasar del tiempo, ocasionando afectaciones de interacciones en su entorno y en su desarrollo tanto personal como social.

Dado este contexto, en la investigación actual, se opta por el uso de entrevistas, esto nos permitirá obtener una interpretación más amplia y detallada de los datos recopilados, capturando las vivencias individuales y las emociones intrínsecas a cada una de ellas.

Por último, cabe destacar que la salud mental está relacionada directamente con el bienestar del individuo, de la comunidad y su relación con el ambiente que lo rodea. La afectación de la salud mental no solo radica desde el origen del hecho violento sino trasciende a los hechos y situaciones posteriores al evento, en cuanto al manejo de la situación, de la atención individual, desde la comunidad y desde la institucionalidad.

Es así, como desde su artículo de investigación, Salud Mental y Transformaciones del Mundo de la Vida en un escenario de Violencia Política y social, (Cardona, 2012) explora el miedo, la vergüenza, tristeza, silencio de los hechos violentos en la población de Viotá y cómo transformó la comunidad hacia los tiempos presentes.

5. Objetivos

5.1 General

¿Cuáles fueron los impactos en la salud mental presentadas en las mujeres víctimas del conflicto armado en Viotá (Cundinamarca) durante el periodo de 2003 a 2006?

5.2 Específicos

- Analizar las modalidades de violencia utilizadas en las mujeres víctimas del conflicto armado.
- Identificar los impactos en la salud mental en las mujeres víctimas del conflicto armado.
- Reconocer las instituciones o servicios a los que las mujeres víctimas del conflicto armado han tenido acceso posterior al hecho victimizante.

6. Justificación

El municipio de Viotá, Cundinamarca reconocido como la cuna del comunismo ha atravesado por diferentes luchas sociales, desde la defensa campesina hasta la consolidación del Partido Comunista Colombiano. Es reflejo del conflicto armado en Colombia y de la evolución en cuanto a las estructuras armadas; caracterizada por los hechos de violencia, por la ausencia del Estado para cubrir necesidades básicas y donde la población civil de las zonas rurales ha sido en gran parte la más afectada. Sin embargo, las diferencias en los ideales dentro del partido comunista, los distintos actos de violencia, persecución y desconfianza de la población hacia estos grupos, da lugar a la creación de grupos Paramilitares donde asesinan, desaparecen y empiezan a generar un nuevo terror y nuevas formas de violencia en el municipio y en el resto del país, así promoviendo siglos de violencia con múltiples víctimas.

Lo anterior, brinda un corto panorama de la situación por la que atravesó el municipio, reconociendo la realidad violenta de la cotidianidad de los y las habitantes; a partir de la revisión bibliográfica, experiencias personales y el interés principal por el reconocimiento de los factores

que afectan a las personas víctimas, se plantea la presente investigación, desde un enfoque de género, reconociendo el papel fundamental de la mujer en el conflicto, legitimando una cultura machista y patriarcal, que ha afectado el rol de la mujer, su cuerpo y su realidad cotidiana, por lo cual, es importante reconocer la realidad violenta que experimentan las mujeres víctimas del conflicto armado del municipio de Viotá y el impacto de los hechos violentos tanto en su bienestar como en el desarrollo de su vida cotidiana, dando luces a procesos de atención que permitan responder adecuadamente a sus necesidades emocionales para facilitar así su recuperación, sentido de valía personal y con esto legitimar el rol de la mujer en las estructuras sociales.

7. Metodología

El marco de la presente investigación se basa desde el método de investigación el cualitativo, el cual va a permitir analizar y comprender desde el saber y el sentir de las posibles afectaciones en su salud mental de las mujeres víctimas del conflicto armado, partiendo desde su propia perspectiva. Autores como Quevedo, R y Castaño, C (2002) afirman lo siguiente:

Estudios cualitativos dan énfasis a la validez de la investigación en asegurar un estrecho ajuste entre los datos y lo que realmente la gente dice. Observando a las personas en su vida cotidiana, escuchándolos hablar sobre lo que tienen en mente, y viendo los documentos que producen, además que el investigador cualitativo obtiene un conocimiento directo, no filtrado por conceptos, definiciones operacionales y escalas clasificatorias (p.8).

Esto con el fin de centrarnos en las participantes indagando el significado y la interpretación de estos hechos, como afecta el contexto y los procesos y cómo estos se traducen en afectaciones a la salud mental de las mujeres (de Gialdino, 2006).

Abordamos como tipo investigación la fenomenología, ya que se busca comprender los fenómenos sociales desde la propia perspectiva de las mujeres. Esto con el objetivo de

comprender en un nivel personal el impacto a nivel personal, familiar y social de las acciones cometidas por los grupos armados durante esta época.

A razón de esto se decide utilizar como diseño de investigación, la entrevista semiestructurada, “un instrumento para el descubrimiento e investigación a través de una hábil interlocución” (Webb, 1926, como se citó en de la Roche et al.,2020), la cual nos profundizar en las perspectivas de las mujeres y obtener información con preguntas abiertas en las que se pueden plasmar sus experiencias y sentimientos de las vivencias ocasionadas por ser víctimas directas del conflicto armado, por lo tanto, en la observación de las variables de estudio se evidencia cómo las mujeres han visto impacta su salud mental normalizando muchos eventos y situaciones dentro de las dinámicas individuales, familiares y sociales.

Para esta investigación la población objeto de estudio fueron mujeres que durante los años 2003 y 2006 eran mayores de edad, vivían en el municipio de Viotá y fueron víctimas directas del conflicto armado. La muestra de estudio está conformada por ocho mujeres habitantes del Municipio de Viotá Cundinamarca, las cuales vivieron y viven en el municipio, que durante los años 2003-2006, estos escogidos por que fueron los años donde se evidencia la inmersión más fuerte de paramilitares en Viotá eran mayores de edad y fueron víctimas directas del conflicto armado en ese momento de la historia. Estas mujeres fueron seleccionadas previamente para que la información que se suministrará permitiera dar respuesta y cumplimiento a los objetivos de la investigación.

Se realizó una entrevista semiestructurada con 14 preguntas abiertas que se prepararon previamente, teniendo en cuenta las tres dimensiones que se querían abordar: 1. Impacto, 2. Salud mental y 3. Redes de apoyo y que éstas dieran respuesta a los objetivos planteados como se muestra en el siguiente cuadro:

Objetivos Específicos	Dimensión/ Categoría	Preguntas
Analizar las modalidades de violencia utilizadas en las mujeres	IMPACTO	4. Se considera usted víctima de violencia dentro del marco del conflicto armado que vive el país. 5. En el marco del conflicto armado ¿De qué tipos de violencia es usted víctima?
Identificar los impactos en la salud mental en las mujeres víctimas del conflicto armado.	SALUD MENTAL	2. En la actualidad ¿Cómo afronta las situaciones desagradables y difíciles?
		3. Posterior al hecho victimizante ¿ha cambiado su estado de ánimo en su cotidianidad, situaciones conflictivas o que le generen algún tipo de inestabilidad emocional? Podría contarnos cuales
		6. ¿Qué emociones prevalecieron después del hecho victimizante?
		7. ¿Qué mecanismo o actividades utilizo en ese momento para sobrellevar sus emociones?
		10. ¿Qué aspectos de su vida considera que han cambiado desde la experiencia de ser víctima del conflicto armado?
		11. ¿Cuáles piensa que son los mayores desafíos que ha atravesado después del conflicto armado?
		12. ¿Qué entiende usted por salud mental?
Reconocer las instituciones o servicios a los que las mujeres víctimas del conflicto armado han tenido acceso posterior al hecho victimizante.	RED DE APOYO	8. ¿Recibió algún tipo de apoyo económico, salud, jurídico o atención psicosocial por parte de alguna entidad pública o privada después de las experiencias que vivió por el conflicto armado? Podría hablar sobre ello ¿Qué entidad o entidades?
		9. Pertenecer a algún grupo social, comunitario o religioso, indique cual.

Tabla 1.
Relación preguntas, objetivos y dimensiones
Fuente: Elaboración propia.

Para la socialización se planteó realizar recopilación de información de tipo cualitativa, por medio de una entrevista estructurada de aplicación individual, esta aplicación se realizó directamente en el municipio. Cada entrevista tiene una duración de alrededor de una hora por persona la cual será entrevistada por uno de los investigadores, las preguntas se encuentran previamente diseñadas. Este instrumento fue puesta a prueba con una mujer víctima del conflicto armado, la cual permitió realizar ajustes al mismo. Antes de iniciar con la aplicación se recordó el objetivo de la entrevista y se procedió a facilitar y explicar el consentimiento informado y finalmente se explicó cómo se socializarán los resultados y la importancia de contar con esta información.

Con el fin de organizar la logística del desarrollo del proyecto se realizó un cronograma de implementación del instrumento y procesamiento de la información (ver tabla 2).

Nombre de la actividad	Producto generado	Responsable	Fecha de inicio	Fecha de finalización
Diseño del instrumento de recolección de la información	Instrumento de recolección de la información	Todos	27 de mayo	12 de abril
Prueba Piloto del instrumento	Instrumento final validado	Jessi	14 de abril	14 de abril
Recolección de la información	Sistematización en Excel	David- Jenny	16 de abril	16 de abril
Análisis de la información	Matriz Cualitativa	Todos	19 de abril	26 de abril
Redacción y entrega del informe de resultados	Artículo de investigación	Todos	29 de abril	10 de mayo
Propuesta de Intervención	Infografía	Todos	8 de mayo	15 de mayo

Tabla 2

Cronograma de Implementación del Instrumento

Fuente: Elaboración Propia del Equipo de Investigación (2024)

Para el procesamiento y Análisis preliminares de información, de cada una de las entrevistas realizadas con las mujeres víctimas del conflicto armado en el municipio de Viotá Cundinamarca, estas utilizaron un lenguaje natural y estilo personal, en donde relataban por medio del lenguaje sus historias, sus vivencias particulares y de su entorno familiar.

El equipo investigador utilizó la matriz cualitativa de datos como una herramienta fundamental para la focalización y consolidación de la información recopilada a través de las entrevistas semiestructuradas. Esta matriz permitió organizar y analizar de manera sistemática los diversos elementos extraídos de las entrevistas, facilitando la identificación de patrones, tendencias y relaciones significativas dentro de los datos cualitativos.

Al utilizar la matriz de análisis, se logró comparar y contrastar la información recopilada de las diferentes participantes lo que facilita la identificación de similitudes, diferencias, patrones y relaciones significativas de los datos cualitativos, identificando la interrelación entre los diversos

elementos recopilados, lo que facilita la identificación de temas transversales, la detección de discrepancias y la generación de conclusiones fundamentadas en los datos.

8. Resultados

El impacto del conflicto armado frente a diferentes aspectos sociales, culturales y cotidianos en Colombia llevó a desarrollar la investigación, frente a la afectación de la salud mental de las mujeres víctimas del conflicto armado en el municipio de Viotá, Cundinamarca. A partir de lo anterior, se desarrolla procesos de verificación a través de la aplicación de entrevistas y observación participante; en cuanto a la validez del estudio, se verifica que las entrevistas estuvieran diseñadas de manera que capturan de manera precisa y completa las experiencias de las mujeres en relación con los impactos en su salud mental debido a los actos del conflicto armado vivenciados. Para lograrlo, se utilizaron preguntas abiertas y flexibles que permitieron a las participantes expresarse libremente sobre sus vivencias, emociones y percepciones. Además, se basa en teorías y estudios previos relacionados con el tema para garantizar que se está abordando aspectos relevantes y significativos de la salud mental en contextos de conflicto armado.

En cuanto a la confiabilidad del estudio, se implementan medidas para asegurar la consistencia y la estabilidad en los hallazgos, se lleva a cabo un análisis de acuerdo interevaluador para garantizar la coherencia en la interpretación de los datos entre los diferentes miembros del equipo de investigación. En resumen, tanto la validez como la confiabilidad de la investigación fueron aspectos primordiales que se tuvo en cuenta para asegurar la calidad y la robustez de los hallazgos. A través de un diseño cuidadoso, una implementación rigurosa y un análisis exhaustivo, buscando garantizar que los resultados reflejaran de manera precisa y confiable los impactos en la salud mental experimentados por las mujeres víctimas del conflicto armado en Viotá durante el período estudiado.

8.1. Impacto

Reconocimiento de las modalidades de violencias a las que fueron expuestas las mujeres víctimas del conflicto armado; luego de realizar las entrevistas a 8 mujeres víctimas del conflicto armado residentes del municipio de Viotá. Se lograron cumplir los objetivos planteados en el proyecto inicial; al realizar la pregunta acerca de **¿se considera usted víctima de violencia dentro del marco del conflicto armado que vive el país?**

Si, porque llegaron las autodefensas y quemaron las instalaciones de la alcaldía y me dieron un plazo para salir del municipio, razón por la cual viví fuera de mi municipio durante dos años (Entrevista M.G.)

Se debe tener presente, en la totalidad de las participantes se consideran víctimas del conflicto armado sufriendo hechos de violencia por grupos al margen de la ley como el desplazamiento forzado, masacres y amenazas, esto permitió reconocer las percepciones de las mujeres entrevistadas sobre su rol en las acciones cometidas por los grupos al margen de la ley. El hecho de que todas se consideren víctimas del conflicto armado y hayan sufrido hechos tan traumáticos como las anteriormente nombradas, resalta la magnitud del impacto que el conflicto tiene en la vida de las personas y en la comunidad.

En la siguiente pregunta, **En el marco del conflicto armado ¿De qué tipos de violencia es usted víctima?**

Violencia psicológica / Desplazamiento Forzado/ Amenaza / Masacre (Entrevista Y.E.).

Las modalidades de violencia más frecuentes fueron el desplazamiento forzado, ya que tuvieron que irse de sus fincas ubicadas en la zona rural en busca de un lugar que les brindara protección y amparo, con el fin de no sufrir más actos de violencia, seguido de la violencia psicológica por las amenazas y por último las masacres, sin embargo se resalta que la violencia

psicológica es transversal a las demás modalidades de violencia aunque no sea identificada por la totalidad de las participantes.

Es de destacar que el desplazamiento forzado es una experiencia profundamente traumática que puede tener efectos devastadores en la salud mental y emocional de las personas afectadas. Es comprensible que las mujeres víctimas del conflicto armado en Viotá identifiquen esta modalidad de violencia como una de las más frecuentes, ya que implica la pérdida de hogar, la ruptura de redes de apoyo y la exposición a situaciones de peligro y vulnerabilidad. Las masacres, como también lo mencionan, son una manifestación extrema de la violencia en el contexto del conflicto armado y pueden dejar cicatrices profundas en las comunidades afectadas, generando miedo, angustia y desconfianza, así como lo indica Vellojin y González (2020) las mujeres que han tenido que enfrentar las diferentes modalidades de violencia que les causaron, tales como, la violencia sexual, tortura psicológica, desplazamiento forzado y homicidio, han dejado consecuencias no solo físicas sino psicológicas, además reconocen que estas modalidades han conllevado a violaciones de derechos de las mujeres y de la comunidad en general.

8.1 Salud mental

En cuanto a la dimensión de Salud Mental, se lograron identificar tres variables las cuales permitieron desarrollar un análisis y un contraste entre los conceptos y la realidad sentida desde la postura de las mujeres entrevistadas, se logra establecer una correlación entre los hechos y las situaciones victimizantes que generaron una afectación en la salud mental de las mujeres. Es necesario entonces, retomar el concepto, planteado por Anna Freud, en el que reconoce la Salud Mental como un estado de bienestar en el cual la persona tiene la posibilidad de construir conciencia de las capacidades y con esta las diferentes herramientas de afrontar situaciones

cotidianas, así como las dificultades o tensiones que se presenten para finalmente contribuir a la comunidad y los entornos en los que se desarrolla (Freud,1954).

Lo anterior lleva a identificar las particularidades y las visiones personales que las entrevistadas tienen frente a este concepto a través de la pregunta **¿Qué entiende usted por salud mental?** En el que se buscaba dar respuesta a las percepciones y los imaginarios que ellas tienen, se concluye, la noción de salud mental se vincula estrechamente con la gestión de las emociones y la búsqueda de tranquilidad como medio para superar las experiencias que han dejado una huella significativa en sus vidas. Esta percepción sugiere que el restablecimiento del bienestar está ligado a la capacidad de manejar los desafíos emocionales y psicológicos, permitiéndoles recuperar un balance en sus vidas. Es importante resaltar que la salud mental no solo implica la ausencia de trastornos o dificultades psicológicas, sino también el desarrollo de un estado óptimo de bienestar que potencie sus habilidades y les permita interactuar de forma adecuada consigo mismas y con su entorno social. Este enfoque integral hacia la salud mental refleja la importancia de abordar no sólo los aspectos negativos, sino también de promover activamente el desarrollo personal en armonía con el entorno, así como una de las entrevistadas decía:

*Es estar emocionalmente bien, que me genere bienestar conmigo misma y con los demás, paz mental no tiene precio”
(Entrevista R, M)*

Esto permite evidenciar la necesidad de fortalecer la integralidad del concepto y lo que, en el desarrollo de acciones diarias y cotidianas, retroalimentan la construcción de espacios y situaciones que fortalecen la salud mental y permiten el fortalecimiento de una gestión emocional oportuna.

Durante el análisis de los resultados en las entrevistas desarrolladas, se evidenció la segunda variable sobre la manifestación de síntomas relacionados con la salud mental, frente a lo expuesto por las participantes, se identifican emociones como la angustia, el miedo, la ansiedad, la tristeza y la preocupación constante por el futuro que son experimentadas a diario posterior al hecho victimizante, es fundamental resaltar que al explorar los relatos de las víctimas, se observa que el miedo es la emoción predominante que permea cada experiencia vivida, este se manifiesta en diferentes formas que fueron representadas posteriores a estas situaciones, como por ejemplo de desplazamiento, amenazas directas, o la desaparición de seres queridos a causa de la violencia. Se reconoce que la combinación de estas emociones, generan una constante incertidumbre sobre su seguridad y cotidianidad. La sensación de vulnerabilidad y la preocupación constante por su propia supervivencia y la de sus seres queridos prolonga situaciones que afectan su salud mental, y en algunas su capacidad para proyectar un futuro estable y seguro. Es necesario reconocer que estas emociones no solo son el resultado directo del conflicto armado, sino que también influyen en la forma en que las víctimas interactúan con su entorno social, familiar y comunitario. La presencia constante del miedo y la incertidumbre afecta las relaciones interpersonales, la toma de decisiones y el desarrollo individual y colectivo. Para la pregunta ***¿Qué aspectos de su vida considera que han cambiado desde la experiencia de ser víctima del conflicto armado?***

"Haberme vuelto a ratos en ciertas situaciones indolente y poco empática. Volverme muy sola en mi vida diaria de mis espacios personales" (Entrevista D, M)

Se logra identificar cómo a través del hecho traumático se crean barreras y métodos de protección que dificultan desarrollar acciones cotidianas con normalidad, en resumen, el miedo, el temor y la angustia son emociones intrínsecamente ligadas a las experiencias de las víctimas del conflicto armado colombiano. Estas emociones muestran el impacto inmediato de este, sino que también revelan las secuelas duraderas que perduran en la vida cotidiana de quienes han sido afectados. Entender estas emociones permiten comprender la complejidad del proceso de

recuperación y reconstrucción emocional en el contexto del posconflicto. Lo anterior lleva a conceptualizar las acciones que el estado y la comunidad deberían realizar para dar atención psicosocial continua a las personas víctimas del conflicto.

La rehabilitación psicosocial le compete a la salud pública, en Colombia existe la política pública que se implementa desde 2013 el Programa de atención psicosocial y salud integral a víctimas del conflicto armado (PAPSIVI) lo anterior encamina a establecer un análisis de la pregunta **Posterior al hecho victimizante ¿ha cambiado su estado de ánimo en su cotidianidad, situaciones conflictivas o que le generen algún tipo de inestabilidad emocional?**

” Si claro, los cambios de ánimo están más marcados desde que ocurrió y viví todo lo que vivimos con la situación de mi padre, de mi hogar como hija en esa época y luego como ciudadana de mi municipio y también como profesional.” (Entrevista D, M)

Es necesario explorar las estrategias de afrontamiento que emplean estas mujeres para hacer frente a dichas situaciones, ya que esto puede tener un impacto significativo en su salud mental cotidiana, desde la academia se plantea que las estrategias de afrontamiento se definen como el conjunto de recursos y esfuerzos comportamentales y cognitivos orientados a resolver la situación amenazante o adversa, a reducir la respuesta emocional o a modificar la evaluación que se hace de dicha situación (Lazarus & Folkman, 1984, 1986), se observa que las interacciones sociales y familiares pueden afectar las formas en las que se afrontan las situaciones conflictivas. Según las respuestas de las entrevistadas se reconoció que el apoyo emocional y la comprensión por parte de la familia y la comunidad establecen un papel fundamental en el bienestar de las mujeres, finalmente la presencia de un entorno solidario contribuye en la capacidad de enfrentar y superar los desafíos cotidianos. Finalmente, para la pregunta **¿Qué mecanismo o actividades utilizó en ese momento para sobrellevar sus emociones?** se evidenció que las participantes establecieron redes de apoyo social, espiritual y familiar como un mecanismo para afrontar las situaciones conflictivas que ellas y sus familias atravesaron en el periodo de violencia que se vivió en Viotá. Entre estas alternativas, la formación educativa emerge

como un recurso fundamental, asimismo se establece la formación y educación como una forma de empoderar a las personas para comprender, analizar y enfrentar las situaciones vividas desarrollando capacidades que fortalecen su relación familiar y social. En lo expresado por las participantes se logra evidenciar que la espiritualidad y la religión son el punto de convergencia para afrontar las situaciones relacionadas con el conflicto, “la espiritualidad y la religiosidad pueden otorgar mecanismos de afrontamiento de la enfermedad de diversa índole: cognitivos, afectivos, psicológicos y comportamentales” (Puentes Silva p. 484) lo que respondería como la principal forma de superar y avanzar significativamente en sus procesos de resiliencia y manejo emocional, las prácticas espirituales proporciona un espacio de reflexión, esperanza y fortaleza interior que contribuye a la construcción de la resiliencia emocional. La conexión con lo espiritual brinda herramientas para manejar el estrés, la ansiedad y otras emociones difíciles, promoviendo así su bienestar emocional y psicológico.

8.2 Redes de apoyo

En referencia a la dimensión tres, cabe resaltar que según Gracia, Herrero y Musitu (como se citó en Méndez & Barra, 2008), "El apoyo social es un concepto que comprende varias dimensiones: (a) el apoyo emocional, que es la posibilidad de compartir sentimientos, pensamientos y experiencias personales; (b) el consejo, que tiene que ver con las guías necesarias que orientan las estrategias de afrontamiento emocional y conductual ante los requerimientos y demandas que hace el entorno y (c) el apoyo instrumental, que se entiende como la prestación de ayuda material directa o los servicios que las redes de apoyo le pueden proporcionar a las personas" (Echeverri Londoño et al., 2018). Teniendo en cuenta que estas redes son fundamentales en el proceso de recuperación de las mujeres víctimas del conflicto armado en Viota, puesto que proporcionan un respaldo a nivel emocional, social y en algunos casos económico, las cuales ayudan a afrontar los desafíos surgidos de estas experiencias de

violencia, se planteó la variable de redes de apoyo que permitieron enfrentar los desafíos de la vida surgidos por el conflicto armado.

De acuerdo a lo anterior y después de realizar las entrevistas a las mujeres seleccionadas para esta investigación, surge la necesidad de comprender cómo se han sentido durante el proceso posterior de ser víctimas del conflicto, es por esto que se indaga sobre los tipos de apoyos recibidos realizando la pregunta ***¿Recibió algún tipo de apoyo económico, salud, jurídico o atención psicosocial por parte de alguna entidad pública o privada después de las experiencias que vivió por el conflicto armado?***

Si, "Acción Social nos pagó a mi núcleo familiar bajo la ley 1290 lo cual hizo que el pago fuese una miseria, y aun cuando pasamos angustias económicas y familiares y de salud mental, jamás nos brindaron una ayuda económica cuando mi mamá nos tenía de edades de 16, 14, 11, 10, para mercados o para estudio y menos luego para educación superior, y menos vivienda. Y ni siquiera nos reconocieron como víctimas de desplazamiento aun cuando mi madre fue trasladada de su empleo como docente. Así como nunca nos ofrecieron garantías de seguridad, tuvimos que convivir en el mismo espacio del municipio con nuestros perpetradores, simplemente un psicólogo nos llenó una encuesta, pero atención jamás de parte del estado" (Entrevista M.D.)

En las experiencias reportadas se observan una serie de entidades que han contribuido a su proceso de recuperación entre estos apoyos, las participantes mencionan apoyo económico, procesos relacionados con orientación y asesoramiento y apoyo en salud, particularmente en atención psicosocial. A pesar de los apoyos reconocidos se observa que las participantes tienen percepciones variadas con respecto a esto puesto que, si bien muchas de ellas mencionan haber recibido cierto nivel de ayuda, en varios casos expresan sentir que esta ayuda no fue suficiente ni oportuna, donde se presentó un desajuste entre las necesidades reales y los servicios proporcionados, esto permite apreciar una sensación de insatisfacción en la forma en que llevaron sus procesos además de una percepción de desatención y en ciertos casos un trato injusto o negligente debido a su condición de víctimas.

Por otro lado, se considera necesario reconocer si las participantes forman parte de alguna organización o grupo comunitario, ya que estos espacios representan oportunidades de gran valor donde las mujeres pueden avanzar en su proceso de recuperación a nivel personal, compartiendo sus experiencias, expresando sus opiniones y necesidades, así como contribuir significativamente a la construcción de entornos que prevengan la violencia y promuevan la paz, razón por la cual se formuló la pregunta ***¿Pertenece a algún grupo social, comunitario o religioso?***

*“Si, Líder social, presidenta JAC, representante acueducto, asociación”
(Entrevista Y.E.). “No, porque me enfoco en la familia” (Entrevista U.O)*

Se observa que las participantes están divididas en sus respuestas, evidenciándose una variedad de motivos que influyen en la participación o no en este tipo de grupos, algunas por ejemplo expresan falta de interés o motivación para involucrarse en procesos de participación comunitaria, mientras que otras señalan no tener tiempo para actividades fuera del hogar o presentar barreras físicas, con dificultades de salud, que limitan la disposición, no obstante, la mitad de las participantes valoran la importancia de la participación en grupos comunitarios como una forma de fortalecer habilidades, aprender, empoderar y promover el desarrollo comunitario.

9 Conclusiones

Las entrevistas realizadas a las mujeres víctimas reflejan un panorama de lucha constante, miedo, inseguridades y un abandono de la sociedad. Esto se refleja en problemas mentales entendidos “como el malestar y las dificultades en la interacción con los otros, que se generan por la vivencia de eventos estresantes y no son tan graves como un trastorno mental.” (Política Nacional de Salud mental Colombia, 2018) En Viotá Cundinamarca, las mujeres fueron gravemente afectadas por el conflicto armado que ha empañado a nuestro País por décadas, no siendo estas ajenas a los padecimientos de otras mujeres y en otras latitudes de territorio nacional, caracterizándose contra ellas, la violencia de tipo sexual, psicológica, el desplazamiento

forzado, el homicidio y masacres. Para dar respuesta a la pregunta problema planteada en esta investigación se plantearon tres objetivos específicos, a continuación, planteamos conclusiones dando respuesta a cada uno de ellos.

En el objetivo específico número uno, analizar las modalidades de violencia utilizadas en las mujeres víctimas del conflicto armado, se encontró que las principales modalidades de violencia identificadas en las mujeres víctimas del conflicto en el municipio de Viotá en los años 2003 al 2006 fueron el desplazamiento forzado, violencia psicológica y masacres; cabe resaltar que la violencia psicológica es transversal a las demás modalidades aunque no haya sido resaltada como tal por las entrevistadas. Adicionalmente, también es de importancia mencionar que dentro de este tipo de preguntas se procuró que las preguntas no fueran tan invasivas o que pudiera revictimizar a las entrevistadas por el contexto del tema que se está trabajando. El desplazamiento forzado, fue indicado como la modalidad principal puesto que la mayoría de las víctimas entrevistadas tuvieron que salir de su territorio de origen por diferentes razones, tanto amenazas directas, por miedo a la repetición de hechos violentos contra sus familiares. Por otro lado, las masacres se identificaron como otra modalidad de violencia ya que algunas de ellas presenciaron la desaparición y asesinato de varios miembros de su comunidad. La violencia psicológica al ser transversal entre las demás modalidades identificadas genera en la mayoría de las víctimas sentimientos de miedo, inseguridad y temor.

Como se mencionó anteriormente, como entrevistadores nuestro deseo no era revictimizar a las afectadas por esta razón era un poco más complejo manejar el límite entre indagar más en sus respuestas y volver a revivir el dolor, sin embargo, consideramos que el objetivo se cumplió y nos permitió darle respuesta.

En el objetivo específico número dos, identificar los impactos en la salud mental en las mujeres víctimas del conflicto armado, encontramos que la mayoría de los impactos se relacionan

con la gestión de las emociones que les generó estas situaciones de violencia. La emoción que prevalece en la mayoría de las participantes es el miedo, combinado con temor, angustia e incertidumbre por la repetición de los hechos en un futuro. En la actualidad varias de las entrevistadas identifican que a pesar de las experiencias pasadas han logrado afrontar las situaciones diversas de la vida de forma asertiva sin que su pasado tenga mayor repercusión en el presente. Sin embargo, una entrevistada en específico fue clara en expresar que las afectaciones en su salud mental se vieron reflejados en afectaciones a su salud física, lo cual ha repercutido en la calidad de vida actual.

Es de destacar, que aunque la mayoría de las participantes identificaron la modalidad de violencia psicológica como consecuencia del conflicto armado y reconocen que la salud mental no es un tema al que se le haya dado prioridad en el pasado o presente para ser manejado y afrontado, algunas de las mujeres entrevistadas optaron por refugiarse en diferentes alternativas de resistencia, como la educación y la espiritualidad para fortalecer habilidades y encontrar una tranquilidad emocional necesaria para sus vidas. Así mismo manifiestan que se requieren espacios seguros que les permitan compartir sus vivencias y mayor presencia del Estado que les brinde herramientas de apoyo con acompañamiento-seguimiento de estos procesos. Por último, para mencionar algunos retos importantes respecto a esta parte de la investigación al momento de realizar algunas de las preguntas, ciertas entrevistadas permanecían en silencio o simplemente respondía con una palabra, esto dificultó un poco el proceso de la entrevista pues se les podía notar incomodidad al responder, por respeto preferimos avanzar a preguntas posteriores.

Con relación al último objetivo, que busca reconocer las redes de apoyo con el que han contado las mujeres desde el momento en que fueron víctimas de la violencia, nos permitió profundizar en las formas en que estas han tenido acceso a servicios gubernamentales y no gubernamentales, encontrando que han recibido apoyos para el restablecimiento de derechos

principalmente económicos como los realizados por la Unidad para la atención y reparación a las víctimas que ejerce presencia en los territorios y ha tenido un papel fundamental en la reparación y garantía de no repetición, estos esfuerzos se han quedado cortos en otras áreas como las atenciones psicosociales que juegan un papel crucial para la mitigación del impacto, la atención psicosocial “busca mitigar, superar y prevenir los daños e impactos a la integridad psicológica y moral, al proyecto de vida y la vida en relación, generados a las víctimas, sus familias y comunidades” que permitan la creación de herramientas de apoyo, validación emocional, expresión de historias de vida que posibiliten la creación de espacios seguros y tejido social. Algo que no se evidencia por lo encontraron en las preguntas relacionadas con la salud mental de estas mujeres.

El conflicto armado ha causado diferentes dimensiones de daño que repercuten tanto el cuerpo como el bienestar emocional y moral de las mujeres en Viotá, por ello es fundamental fortalecer el apoyo legal, psicosocial y material por parte de las autoridades competentes tanto del orden nacional, departamental y municipal, para así mitigar las consecuencias en la salud mental de la dicha población. También se deben reconocer y visibilizar las experiencias vividas, proporcionando así la recuperación emocional, social y moral de las mujeres afectadas. Sin embargo, los resultados obtenidos en la presente investigación sólo representan una pequeña parte de la complejidad y magnitud de la realidad que estas mujeres han experimentado.

A pesar del alto número de víctimas del conflicto armado establecidas en el municipio de Viotá Cundinamarca y en especial en las mujeres, es importante investigar a fondo e integralmente todos los aspectos relacionados con su salud mental y la atención psicosocial que han recibido a la fecha, enfocándose desde la evaluación realizada y el diagnóstico elaborado hasta los programas de atención integral recibidos principalmente con enfoque de prevención y promoción, a la vez que, se deben generar propuestas de asistencia psicológica que ayuden a la reparación y dignificación de las mujeres afectadas.

10 Referencias

- Castañeda, J. G., & Camargo, J. A. (2018). Salud mental en población víctima del conflicto armado en Colombia. *I+D Revista De Investigaciones*, 12(2), 19–26.
<https://doi.org/10.33304/revinv.v12n2-2018002>
- de Gialdino, I. V. (coord.) (2006). *Estrategias de investigación cualitativa*. Biblioteca de Educación Gedisa. Recuperado de https://www.centro-virtual.com/recursos/biblioteca/pdf/investigacion_cualitativa/unidad2_pdf1.pdf
- de la Roche, M., Valencia, A., Apraez, M. (2020). *Características e importancia de la metodología cualitativa en la investigación científica*. *Revista Semillas del Saber*, Vol. 1 - No. 1. Recuperado en <https://revistas.unicatolica.edu.co/revista/index.php/semillas/article/view/314/178>
- Echeverri Londoño, J., Moreno Correa, M., Carrasco Tapias, J., Ferrel Ortega, F. & Ferrel Ballestas, L. (2018). *El apoyo social percibido por las víctimas del conflicto armado en Colombia*. *El Ágora USB*, 18(2). 362-373. DOI: <http://dx.doi.org/10.21500/16578031.3387>
- Freud, Anna. (1954). *El yo y los mecanismos de defensa*. Buenos Aires, Argentina: Paidós. Recuperado de: <https://archive.org/details/anna-freud-el-yo-y-los-mecanismos-de-defensa/page/n7/mode/2up>
- Gutiérrez, J. A. (2018). *Re-construcción de memorias de mujeres víctimas del conflicto armado en Viotá, Cundinamarca: el abandono y despojo narrado a través de voces femeninas*. Recuperado de: <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/36107>
- Grupo de Memoria Histórica [GMH]. (2013). *Informe general ¡Basta ya! Colombia: Memorias de guerra y dignidad*. Imprenta Nacional.
- Hewitt Ramírez, N., Juárez, F., Parada Baños, A. J., Guerrero Luzardo, J., Romero Chávez, Y. M., Salgado Castilla, A. M., & Vargas Amaya, M. V. (2016). *Afectaciones psicológicas, estrategias de afrontamiento y niveles de resiliencia de adultos expuestos al conflicto*

- armado en Colombia. *Revista Colombiana de Psicología*, 25. Recuperado de <https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/49966/55330>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2018, 7 de noviembre). Política Nacional de Salud Mental. Colombia. recuperado de: https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%204886%20de%202018.pdf
 - Migallón, P. y Gálvez, B. (2012). *Los grupos de mujeres, metodología y contenido para el trabajo grupal de la autoestima*. (6ª). Madrid: Instituto de la Mujer.
 - Pécaut, D. (2003). *Violencia y Política en Colombia: Elementos de reflexión*. Medellín: Hombre Nuevo Editores. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=4910831&pid=S1657-8031201700010001800056&lng=en
 - Quecedo, R., Castaño, C. (2002). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. Redalyc N° 14. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17501402>
 - Ruta Pacífica de las Mujeres. (2013). *La verdad de las mujeres víctimas del conflicto armado en Colombia (Tomo II)*. Ruta Pacífica. <https://www.rutapacifico.org.co/descargue-los-libros/208-la-verdad-de-las-mujeres-victimas-del-conflicto-armado-en-colombia>
 - Salazar, J.A., Jiménez Ruiz, L., Redondo Marín, M., Rodríguez González, L. (2017). *La vulnerabilidad de la mujer en la guerra y su papel en el posconflicto*. Medellín: Ágora U.S.B. vol.17 no.1. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-80312017000100018
 - Santis Vellojín, V., & Mira González, C. M. (2021). *El cuerpo de la mujer y sus representaciones en el conflicto armado interno en Colombia*. *Ratio Juris UNAULA*, 15(31), 519–544. <https://doi.org/10.24142/raju.v15n31a10>

- Palacio Vargas, C. J. (2015). La espiritualidad como medio de desarrollo humano. Cuestiones Teológicas, 42(98), 459-481. Recuperado de <http://scielo.org.co/pdf/cteo/v42n98/v42n98a09.pdf>

11 Anexos

A continuación, se presentan los hipervínculos para acceder a los diferentes anexos de la investigación.

11.1 Instrumentos utilizados

https://drive.google.com/drive/folders/14jjNRZvFJXtwE1w2RdiEjuU2ed4SnrVq?usp=drive_link

11.2 Matriz de análisis

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1IG7XHnnxCWzi0hpus1KVmo2QZtcyZHo8/edit#gid=478263703>

11.3 Entrevistas

https://drive.google.com/drive/folders/1kfBzDleTKSvt IGgFT-Q0s3OiNQHjY-Q?usp=drive_link

11.4 Consentimientos informados

https://drive.google.com/file/d/17cBxleDh KIVLSUhCzmlYwHkABOYEx-l/view?usp=drive_link