

**EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES EN COMUNIDAD COMO  
FACTOR PROTECTOR CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO**

**Autor: Natalia Carolina Agudelo Correa**

**Universidad El Bosque  
Facultad de Medicina  
Especialización en Salud Familiar y Comunitaria  
Bogotá  
2019**

**EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES EN COMUNIDAD COMO  
FACTOR PROTECTOR CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO**

**Natalia Carolina Agudelo Correa**

**Directora: Irene Parra García**

**Trabajo de grado para optar por el título de Especialista en salud familiar y  
comunitaria.**

**Universidad El Bosque  
Facultad de Medicina  
Especialización en Salud familiar y Comunitaria  
Bogotá  
2019**



La Universidad EL BOSQUE no se hace responsable de los conceptos emitidos por los investigadores en su trabajo, solo velará por el rigor científico, metodológico y ético del mismo en aras de la búsqueda de la verdad y la justicia

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco profundamente la inspiración para la realización de este trabajo al grupo de mujeres pertenecientes a la red comunitaria MUTA, la cual tuve la fortuna de liderar por un año con el apoyo del Hospital Nuestra Señora del Carmen de Tabio y su departamento de salud comunitaria. Así como todas las mujeres cercanas, pacientes, amigas que se han visto sujetas a escenarios de violencia de género. Espero que el presente ensayo de investigación sirva como alimento o inspiración para la formulación de estrategias de cambio reales a este flagelo que aún se encuentra vigente.

## RESUMEN

El maltrato hacia las mujeres ha estado presente por siglos en todos los continentes, culturas, etnias, clases sociales, religiones y edades. Este fenómeno es consecuencia de la expresión de dominio y poder de los hombres sobre las mujeres, fruto de una estructura social patriarcal y los estereotipos planteados sobre masculinidad y feminidad (1).

Un programa orientado en la disminución de violencia de género debe generar herramientas para su detección temprana, visibilidad por parte de las mujeres y la sociedad, fortalecimiento de redes de apoyo y empoderamiento personal y comunitario. Es necesario dotar a las mujeres de estrategias para detectar precozmente situaciones abusivas y de control, además de potenciación de desarrollo de relaciones saludables y toma de decisiones (2).

El empoderamiento en la mujer permite una participación social activa que la lleva a experimentar un desarrollo positivo de su autoconcepto, autoconfianza, persistencia, empatía y coraje. El empoderamiento pone énfasis en sus fortalezas, promoviendo una nueva imagen de ellas como ciudadanas con derechos, minimizando la imagen tradicional en el imaginario social como necesitadas y vulnerables (3)

### **Palabras Clave:**

Violencia de género, empoderamiento personal, empoderamiento femenino, capital social.

## **WOMEN'S EMPOWERMENT IN COMMUNITY AGAINST GENDER VIOLENCE**

### **ABSTRACT**

Violence against women has been present for centuries on all continents, cultures, ethnic groups, economic status, religions, and ages. This phenomenon is a consequence of the expression of domination and power of men over women, it is the result of a patriarchal social structure and stereotypes raised about masculinity and femininity (1).

A program aimed to reduce gender violence must generate tools for early detection, strengthening support networks, and personal and community empowerment. It is necessary to provide women with strategies to detect abusively and control situations early, as well as promoting the development of healthy relationships and decision-making (2).

Empowerment in women allows active social participation that leads them to experience a positive development of their self-concept, self-confidence, persistence, empathy, and courage. Empowerment emphasizes their strengths, promoting a new image of them as citizens with rights, minimizing the traditional image in the social imaginary as needy and vulnerable (3).

#### **Key words:**

Gender violence, Personal empowerment, Womens's empowerment, Social capital

## **EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES EN COMUNIDAD COMO FACTOR PROTECTOR CONTRA LA VIOLENCIA DE GENERO**

El maltrato hacia las mujeres ha estado presente por siglos en todos en diferentes, culturas, etnias, clases sociales, religiones y edades. Este fenómeno es consecuencia de la expresión de dominio y poder de los hombres sobre las mujeres, fruto de una estructura social patriarcal y los estereotipos planteados sobre masculinidad y feminidad, lo que conlleva a la creación de mandatos de género en la sociedad que aparecen desde la primera infancia y se van reforzando durante toda la vida (1).

La violencia contra la mujer no solo es ejercida por hombres con rasgos singulares o patológicos, sino que influyen fuertemente condiciones culturales que asignan roles diferentes e inequitativos a hombres y mujeres, generando estereotipos marcados de feminidad y masculinidad. Estas características sociales condicionantes favorecen la existencia de violencia de hombres contra mujeres y, lo que es más significativo, que la sociedad lo tolere (1).

En la perpetuación de violencia contra la mujer, hay que tener presente la importancia que ejercen los mandatos de género impuestos social y culturalmente. El estereotipo tradicional de la feminidad trae implícitos rasgos emocionales como el apego, el cuidado y la creación de relaciones interpersonales, hasta el punto en el que muchas mujeres se sienten vacías si su relación de pareja fracasa, sintiéndose obligadas a soportar cualquier tipo de agresión y tomando la figura de mártir culturalmente aceptada (1).

Este fenómeno de inequidad dificulta la ruptura de ciclo de violencia de género por parte de las mujeres agredidas, ya que por un lado no se devela socialmente la magnitud del problema y por el otro, no se brindan herramientas individuales para que ellas mismas logren

tomar el control de su vida y sus decisiones de una forma libre y sin miedo (3). Por esta razón si lo que se desea es obtener resultados duraderos para romper con la violencia de género, habrá que incidir en factores sociales y culturales que modifiquen pensamientos y valores de la población (4).

El término de violencia de género adoptado a lo largo de este escrito se toma del planteamiento establecido por las Naciones Unidas (Conferencias de las Naciones Unidas sobre la Mujer, 1995). El cual refiere que “violencia contra la mujer significa cualquier acto basado en el género que resulte en daños psicológicos, sexuales, físicos, incluyendo amenazas de tales actos, privación de la libertad” (5).

En el ámbito nacional. la ley 1257 de 2008 del Congreso de la República de Colombia, define los tipos de violencia de género como los podemos observar en la tabla 1 y define violencia de género como (6):

“Cualquier acción u omisión, que le cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico o patrimonial por su condición de mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, bien sea que se presente en el ámbito público o en el privado” (p1).

La gran mayoría de discursos sobre violencia de género se han centrado en la violencia de pareja. Sin embargo, existen otras formas de violencia que han sido invisibilizadas como lo son prostitución forzada, matrimonios forzados, acoso sexual en el entorno laboral, negligencia, entre otros (7). En la sociedad en general, y en la de América Latina y el Caribe por mucho tiempo más, hasta los años noventa, la violencia contra las mujeres era considerada como asunto privado, limitado a la familia y en el cual el Estado no debía

intervenir. Por tal razón se conocía muy poco sobre la magnitud de esta problemática y no se tenía presente en el ámbito legislativo, ejecutivo y judicial (8).

En las últimas décadas, dado el pobre impacto de políticas públicas y programas orientados a disminución de violencia de género, se ha visto la importancia generación de estrategias que permitan realizar actividades colectivas para fortalecer la generación de redes de apoyo. Estos procesos permiten el empoderamiento de la mujer, es decir: el proceso por el cual las personas a quienes se les ha negado la posibilidad de tomar decisiones de vida adquieren tal capacidad (9).

*Tabla 1 Tipos de violencia de género contemplados en la ley 1257 de 2008*

<b>TIPO DE VIOLENCIA</b>	<b>DEFINICIÓN</b>
<b>VIOLENCIA FÍSICA</b>	Riesgo o disminución de la integridad corporal de una persona.
<b>VIOLENCIA PSICOLÓGICA</b>	Consecuencia proveniente de la acción u omisión destinada a degradar o controlar las acciones, comportamientos, creencias y decisiones de otras personas, por medio de intimidación, manipulación, amenaza, directa o indirecta, humillación, aislamiento o cualquier otra conducta que implique un perjuicio en la salud psicológica, la autodeterminación o el desarrollo personal.
<b>VIOLENCIA SEXUAL</b>	Consecuencias que provienen de la acción consistente en obligar a una persona a mantener contacto sexualizado, físico o verbal, o a participar en otras interacciones sexuales mediante el uso de fuerza, intimidación, coerción, chantaje, soborno, manipulación, amenaza o cualquier otro mecanismo que anule o limite la voluntad personal. Igualmente, se considerará daño o sufrimiento sexual el hecho de que la persona agresora obligue a la agredida a realizar alguno de estos actos con terceras personas.

Fuente: (6)

### **Situación de la mujer en el mundo. Análisis estadístico de la violencia de género**

La violencia contra la mujer alcanza cifras inimaginables alrededor del mundo pese al ajuste en políticas públicas y creación de programas para su minimización. Tal acontecimiento tiene serios efectos psicológicos sobre las familias, especialmente sobre la forma de pensar y ver el mundo de los niños pequeños quienes son espectadores de estas escenas desde sus hogares.

Según el informe de la ONU titulado “Las Mujeres del Mundo” realizado en 2015, se estima que una tercera parte de las mujeres en el mundo han experimentado situaciones de violencia física o sexual por parte de su compañero íntimo, tanto en países desarrollados, como en países en vía de desarrollo. Alrededor de dos tercios de los casos de violencia severa, que culminan en homicidios, corresponde a mujeres y menos del 10% de las mujeres que víctimas de violencia acuden a instituciones gubernamentales o legales para solicitar apoyo (10).

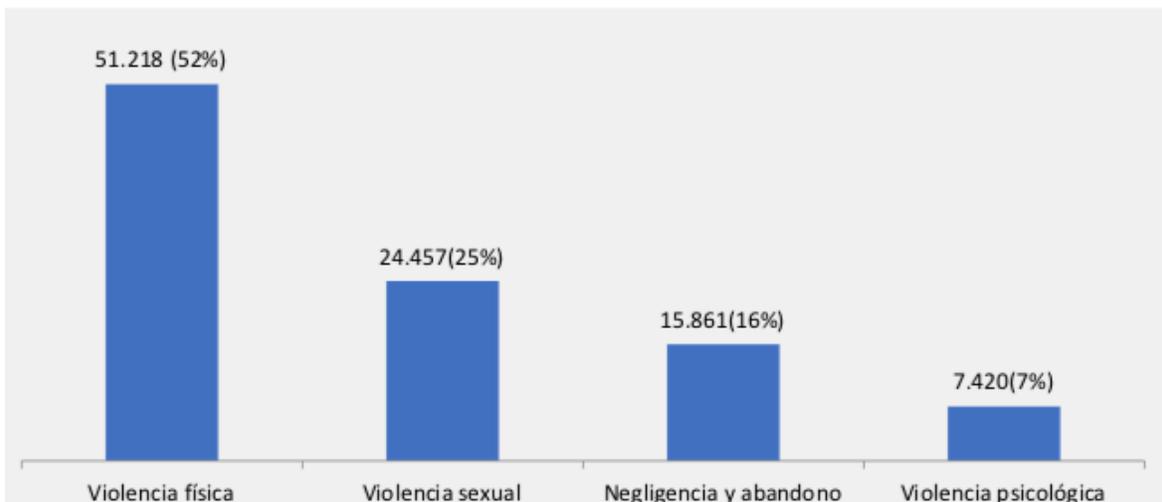
Según cifras de Naciones Unidas, el costo de la violencia intrafamiliar en América Latina y el Caribe equivalen al 2% del PIB de la región, México (44%), Colombia (41%), Perú (41%) y Chile (40%) son los países con índices más altos de violencia contra la mujer. Del mismo modo, en el estudio del Banco Interamericano de Desarrollo en América Latina publicado en 2016, denominado: “Fin a la violencia en América Latina: una mirada a la prevención desde la infancia hasta la edad adulta”, se encontró una relación directa entre la violencia doméstica y la afectación de la salud de la mujer y sus hijos a corto plazo teniendo una gran repercusión en el ámbito de salud familiar y comunitaria. Razón por la cual, dentro

del Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021 se priorizó la violencia interpersonal e intrafamiliar (11).

El Sistema Nacional de Vigilancia en Salud Pública SIVIGILA en Colombia, en el cual se registran datos de fichas epidemiológicas diligenciadas en centros de atención tales como hospitales o centros de salud, para el año 2017 se reportaron 98.956 casos de violencia de género e intrafamiliar. Como se evidencia en el gráfico 1, el tipo de violencia que más se notificó corresponde a la violencia física (52%), seguido de la violencia sexual (25%). Se observa además que el tipo de violencia con menor notificación corresponde a violencia psicológica (7%), se infiere que este fenómeno puede explicarse por un subregistro del mismo, ya que al existir violencia física es probable que previamente existiera intimidación.

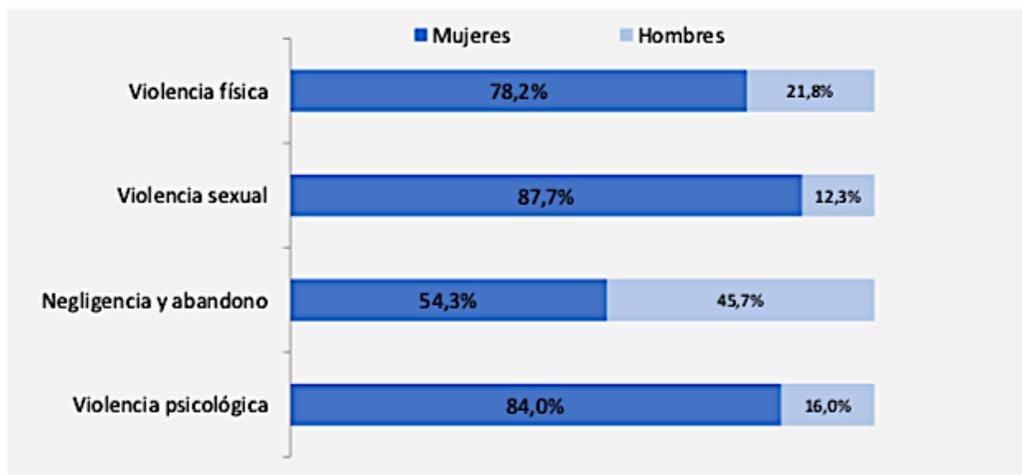
Acorde con lo anterior, discriminando los datos de acuerdo al sexo, encontramos en el gráfico 2 que el 78,2% de casos de violencia física presentados corresponde a mujeres y en el 87,7% de casos de violencia sexual, las víctimas fueron mujeres también. Teniendo en cuenta este panorama desalentador para el género femenino, nace la necesidad evidente de identificación de factores que perpetúan tal comportamiento tanto por parte de la víctima como el agresor para generar estrategias de cambio reales.

*Gráfico 1 Número de casos y porcentaje de tipos de violencia registrados en SIVIGILA 2017*



Fuente (12)

*Gráfico 2 Porcentaje de tipos de violencia registrados en el SIVIGILA, según sexo de la víctima. 2017*



Fuente (12)

## **Normatividad orientada a la protección de la familia y la mujer contra la violencia de género**

En 2016 Los Objetivos Desarrollo Sostenible incluyeron dos objetivos relacionados con la violencia (11):

- Objetivo 5: Lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas, donde se incluye como unas de las metas, eliminar todas las formas de violencia contra las niñas y las mujeres.
- Objetivo 16: Promover sociedades pacíficas e inclusivas para el desarrollo sostenible, facilitar el acceso a la justicia para todos y crear instituciones eficaces, responsables e inclusivas a todos los niveles, donde podamos comenzar a disminuir las diferentes formas de violencia.

La política nacional de salud mental (resolución 4886 de 2018) señala a importancia de un abordaje integral de violencias tanto a víctimas como a quienes cometen los actos violentos, ya que pueden dejar secuelas psicológicas que deterioran la calidad de vida de las personas de forma significativa. Esta intervención debe tener gestión intersectorial; promoción de entornos resilientes, saludables y protectores; prevención de riesgo con el fortalecimiento de habilidades psicosociales para la vida; y manejo integral multidisciplinar con el fortalecimiento de una cultura propia como factor protector de la salud mental (11).

La ley 1257 de 2008, el artículo 11 de la Ley 906 de 2004 y el artículo 15 de la Ley 360 de 1997 enuncian una serie de derechos dirigidos a las víctimas de violencia de género recopilados en la tabla 2. Sin embargo, la Ley 575 de 2000 con el objetivo de lograr una atención oportuna y una descongestión de los juzgados de familia, otorgó una serie de

funciones a las comisarías de familias, entre las cuales se encuentra la conciliación entre las partes implicadas de manera opcional. Este fenómeno crea barreras en la denuncia por parte de las mujeres ya que muchas veces el temor a enfrentar al victimario es mayor que el temor generado a una nueva agresión (13).

Así mismo, mediante la Ley 1761 de 2015 se creó en Colombia el tipo penal de feminicidio, considerándolo como un delito autónomo e incluido en el Código Penal colombiano. Dicha Ley nace como respuesta del gobierno nacional a la violencia reiterada que se presentaba en el país en contra de la mujer y tiene como objeto evitar la impunidad de muertes de mujeres por el simple hecho de serlo (14).

*Tabla 2 Derechos de las víctimas de violencia de género contemplados en la ley 1257 de 2008, el artículo 11 de la Ley 906 de 2004 y el artículo 15 de la Ley 360 de 1997*

Recibir atención integral a través de servicios con cobertura suficiente, accesible y de la calidad.
Recibir orientación, asesoramiento jurídico y asistencia técnica legal con carácter gratuito, inmediato y especializado desde el momento en que el hecho constitutivo de violencia se ponga en conocimiento de la autoridad. Se podrá ordenar que el agresor asuma los costos de esta atención y asistencia.
Recibir información clara, completa, veraz y oportuna en relación con sus derechos y con los mecanismos y procedimientos contemplados en la ley.
Dar su consentimiento informado para los exámenes medicolegales en los casos de violencia sexual y escoger el sexo del facultativo para la práctica de estos dentro de las posibilidades ofrecidas por el servicio.
Recibir información clara, completa, veraz y oportuna en relación con la salud sexual y reproductiva.
Recibir asistencia médica, psicológica, psiquiátrica y forense especializada e integral en los términos y condiciones establecidos en el ordenamiento jurídico para ellas y sus hijos e hijas.
A decidir voluntariamente si puede ser confrontada con el agresor en cualquiera de los espacios de atención y en los procedimientos administrativos, judiciales o de otro tipo.

Fuente (6)

### **Aspectos psicológicos de la violencia de género**

Entendiendo el ser humano desde una perspectiva biopsicosocial, hay que considerar que la realidad de la violencia de género es compleja y nunca se puede llegar a comprender basándose exclusivamente en el episodio aislado de la agresión. Se trata de una interacción víctima-agresor y ambiente (social, familiar y cultural) (4). La violencia contra las mujeres no discrimina estrato socioeconómico, desempeño profesional, posición y reconocimiento social. Debido a esto es necesario realizar intervenciones dirigidas al fortalecimiento de la autoconfianza, autoestima, desarrollo individual, ya que cuando una persona se siente capaz y valiosa puede reconocer su derecho al respeto y a la defensa de sus necesidades, se siente dispuesta y capaz de afrontar los problemas (15).

Gelles, sociólogo investigador especializado en el estudio de los conflictos familiares, identificó en 1976 una serie de factores que podrían estar relacionados con la dificultad de la mujer víctima de abandonar y denunciar el agresor, los cuales se enuncian en la Tabla 3. El autor refiere que cualquier individuo razonable, habiendo sido golpeado y maltratado por otra persona, intentará evitar ser victimizado de nuevo. Por lo tanto, la permanencia en la relación, al ser una conducta opuesta al autocuidado, se debe estudiar de forma individual e identificar los pensamientos limitantes relacionados con dicha conducta (16).

Cuanto mayor sea la duración y la severidad del maltrato, menor será la probabilidad de romper la relación con el agresor. La mujer se vuelve cada vez más temerosa y dependiente y desarrolla sentimientos de culpabilidad, de baja autoestima y de pasividad ante el problema (4). La gratificación obtenida al establecer el control por medio de la violencia puede reforzar a los agresores y hacerlos persistir en esta actitud (1).

*Tabla 3 Variables relacionadas con la decisión de abandonar la relación con el agresor por parte de las mujeres.*

a) La severidad y la frecuencia del abuso.
b) La exposición y la experiencia de violencia en la familia de origen de la mujer.
c) La edad y el grado de autoestima de la víctima.
d) El número de hijos.
e) El nivel cultural.

Fuente (4)

Analizando a profundidad la psicología sobre violencia de género, especialmente la relacionada con la víctima, encontramos varios modelos de diferentes autores como lo son:

- Modelo de teoría del ciclo de la violencia.
- Síndrome de adaptación paradójico a la violencia.
- Síndrome de indefensión aprendida.

Vale la pena aclarar que pese a que dichos modelos tienen nombres diferentes, la esencia de la relación víctima agresor es la misma, como veremos a continuación:

- **Teoría del ciclo de la violencia**

Walker (Psicóloga norteamericana de filiación feminista y autora de referencia en el campo de estudio) propuso en 1989 un modelo de violencia de género cíclico, basándose en la relación víctima-agresor y el cual se ilustra en el Gráfico 3. De esta forma cada vez los episodios violentos son de mayor intensidad y las fases de calma en la pareja tienden a disminuir su duración conforme avanza el tiempo (4)

Las fases del ciclo de la violencia son las siguientes:

- a) Fase de acumulación de la tensión: Comprende los actos que permiten una escalada gradual de la tensión entre víctima y agresor, en esta fase priman sentimientos de angustia y miedo, la violencia psicológica aumenta.
- b) Fase de agresión: Se hace tangible la violencia, descarga de tensiones acumuladas en la fase previa. Es el momento donde la mujer agredida tiende a solicitar la ayuda y está presta a recibirla.
- c) Fase de luna de miel o reconciliación: Es evidente el arrepentimiento del agresor, el cual trata de compensar su conducta violenta con un comportamiento amable. La mujer trata de creer sus promesas de cambio y hace un intento por volver a confiar en él.

*Gráfico 3 Modelo de teoría del ciclo de la violencia de género.*



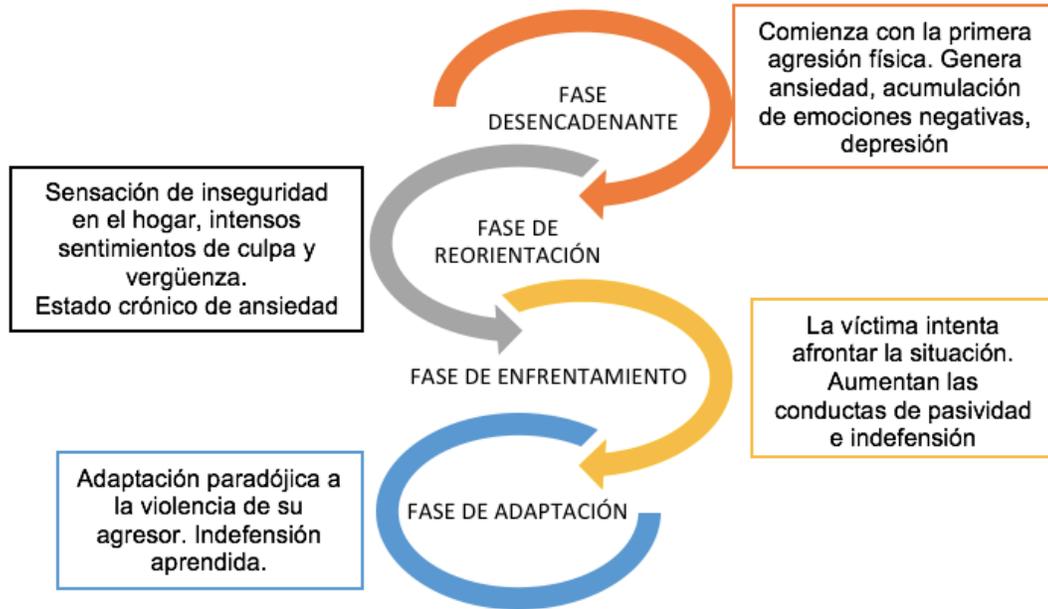
Fuente: (autor)

Detrás de este proceso cíclico se encuentra la pérdida de la individualidad de la mujer como el eje de su vida, abandonando sus rasgos, sus proyectos y sus ideas, para que otra persona ocupe totalmente ese lugar. Esto a su vez produce un desequilibrio y un vacío interior, la anulación de la personalidad y la gestación de una enorme dependencia, la cual general el escenario propicio para perpetuar la agresión (4).

- **Síndrome de adaptación paradójica a la violencia**

Se describe como un conjunto de procesos psicológicos que culmina en el desarrollo de un vínculo interpersonal de protección entre la víctima y el agresor. Es decir la mujer crea un vínculo afectivo con su agresor que impide que abandonarlo o denunciarlo. Se desarrolla por medio de cuatro fases las cuales podemos ver esquematizadas en el Gráfico 4. Con este nuevo modelo de pensamiento, la mujer agredida está en constante estado de alerta para satisfacer las necesidades de su agresor, pero además llega a sentir que es precisamente su agresor quien la protege (17).

*Gráfico 4 Fases del síndrome de adaptación paradójico a la violencia*



Fuente (autor)

- **Síndrome de la indefensión aprendida**

Este modelo de pensamiento se produce frecuentemente cuando los acontecimientos son incontrolables, es decir cuando la mujer agredida siente que no puede hacer nada para cambiarlos. El sentimiento de indefensión en mujeres agredidas dificulta la capacidad de solucionar problemas y la motivación para afrontarlos, favoreciendo de esta forma la permanencia en la mujer en la relación violenta. Las relaciones de violencia llevan a las víctimas a la depresión. Una mujer constantemente lastimada, sin perspectivas, caerá en un estado depresivo que la paralizará aun más para tomar acciones, y percibirá su capacidad para escapar de la relación como nula (15). Este modelo consta de tres componentes los cuales podemos evidenciar el Gráfico 5.

*Gráfico 5 Componentes del síndrome de indefensión aprendida*



Fuente: (autor)

## **EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES Y PROTECCIÓN CONTRA LAS VIOLENCIAS**

El concepto sociopolítico de *empowerment* o empoderamiento se originó en Estados Unidos durante los años sesenta en los movimientos de derechos civiles de la población afroamericana, vinculados a participación política y comunitaria (18). Aunque existen diversas definiciones de empoderamiento la más reconocida fue descrita por la teórica india Naila Kabeer, quien llegó a formular la base del *Human Development Index* (Índice de Desarrollo Humano). Para ella, empoderamiento significa (19): “La expansión de las habilidades de las personas para tomar decisiones estratégicas para sus vidas en condiciones en las cuales estas habilidades han sido rechazadas previamente” (p 121). La corriente académica *Gender and Development* (GAD) retomó el concepto y algunas autoras como Kate

Young y Maxine Molyneux avanzaron en la formulación de estrategias que trataron de invertir las relaciones de poder en el campo de los proyectos de desarrollo (19).

El empoderamiento va más allá de la comprensión de las causas y barreras a vencer, se relaciona profundamente con la potenciación del sentido de pertenencia, el sentido de compromiso consigo mismos y la comunidad, la sensibilidad social que facilita trabajar con el otro por un sueño conjunto, implica una transformación interna y un cambio de actitud que lleva a la empatía y a la búsqueda del bien común desde los fuertes cambios individuales. El empoderamiento lleva a las personas a ver los retos, no como problemas, sino como una posibilidad para la transformación (20). La ruptura con la percepción habitual de impotencia pueden ser el desencadenante de procesos de empoderamiento (19).

Por otro lado, el concepto de empoderamiento está ligado al concepto de liderazgo dado que se potencia la autoestima y la capacidad de auto representación. Las personas quienes ejerce el rol de líder deben potenciar en sí mismas cualidades personales especiales para influir en las personas de la comunidad, utilizando para ello estrategias que le permitan influenciar para lograr los objetivos trazados. Según Gibson y Donnelly en 2001, citado en el artículo de Erazo (18):

“Los líderes son agentes de cambio, personas cuyos actos afectan a otras personas más que los propios actos de estas. El liderazgo ocurre cuando un miembro del grupo modifica la motivación o las competencias de otros en el grupo” (p151).

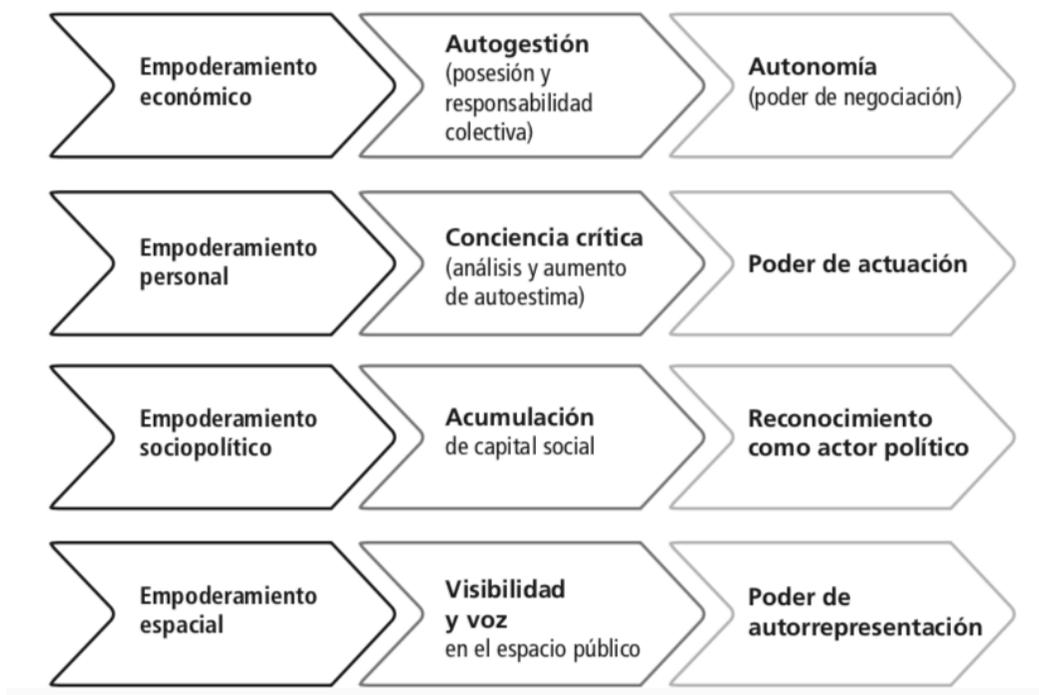
- **Dimensiones del empoderamiento:**

Foucault, filósofo, psicólogo y teórico social francés resalta la multidimensionalidad del poder el cual sirve como punto de partida para entender procesos multidimensionales en el empoderamiento (19):

- **Empoderamiento económico:** En esta dimensión se desarrolla la capacidad de la persona de autogestionar sus recursos, poder de negociación y merecimiento.
- **Empoderamiento personal:** Esta dimensión enfatiza en la importancia de fortalecimiento de autoestima, poder de actuación, confianza en sí mismo y en sus capacidades.
- **Empoderamiento sociopolítico:** Esta dimensión hace referencia a poder identificarse como un actor político, con la capacidad de gestionar en sus comunidades y hacer valer sus derechos.
- **Empoderamiento espacial:** En esta dimensión se resalta el poder de auto representación, hablar en escenarios públicos sobre sus derechos teniendo visibilidad y voz.

El fortalecimiento de las dimensiones de empoderamiento trae consigo a la aparición de herramientas sociales que fortalecen toma de decisiones, conciencia crítica, autoestima, entre otros. La relación entre estas dimensiones de empoderamiento y su relación con el fortalecimiento de características específicas del comportamiento se ilustra en el Gráfico 6.

*Gráfico 6 Dimensiones del empoderamiento*



Fuente (19)

En Nigeria, se realizó una encuesta nacional, donde se evidenció que las mujeres que tenían autonomía para tomar decisiones presentaban una posibilidad baja de experimentar abuso o maltrato en comparación con aquellas mujeres que no la poseen y cuyo comportamiento es controlado por la pareja. Este hallazgo se fundamenta en la teoría del intercambio social, que señala que la autonomía y la toma de decisiones permiten equilibrar el control y el poder en la relación de la pareja, que se observa en una disminución de la violencia (10).

Un elemento fundamental del proceso de empoderamiento es la toma de una conciencia crítica, es decir, la capacidad de analizar una situación negativa y desarrollar capacidades para transformarla, siempre entrelazando los principios de reflexión y acción (17).

Partiendo de este principio de conciencia crítica, nace la resiliencia, La cual tiene su origen en el latín *residio* el cual significa: volver atrás, volver de un salto, rebotar. Designa así la capacidad humana que permite a las personas, salir seguras y a salvo de experiencias y situaciones adversas. Se debe tener presente que el concepto de resiliencia no es absoluto ni estable, depende de factores extrínsecos e intrínsecos al individuo, sin embargo, existen componentes y pilares que forman parte de este concepto, potenciándolo (9). La conciencia sobre el poder interno y la identificación con otras personas que comparten la misma situación forman la base para crear redes y construir capital social.

El estudio de Vanistendael (9) citado por Machicao refiere que:

“La autoestima es un pilar fundamental para el desarrollo de la resiliencia y refiere además que una persona resiliente se caracteriza por poseer capacidad de introspección, independencia, capacidad de relacionarse con el otro, iniciativa, sentido del humor, creatividad y moralidad, entendida esta última como es el deseo de una vida personal satisfactoria, agradable y con riqueza interior (p7)”.

Las mujeres que tienen un grupo de apoyo mutuo han podido reconocer en sus vidas las características mencionadas anteriormente y al reconocerlas han podido atribuir mayor poder a sus capacidades y restar importancia a sus limitaciones. Se sienten capaces de sobrellevar las dificultades que se les presentan (9). Se deben tener en cuenta las características relacionadas con un mayor grado de resiliencia pues su fortalecimiento permite mayor adaptación a los cambios y dar soluciones a situaciones adversas. Estas características las podemos evidenciar en el Gráfico 7 y la Tabla 4. El proceso de empoderamiento promueve la participación de las personas dada la identificación previa de características sociales de su

comunidad particular facilitar trabajar con el otro logrando la mejora de la calidad de vida de la comunidad, la inclusión y justicia social (20).

*Gráfico 7 Características de las personas con capacidad de resiliencia*



Fuente: (9)

*Tabla 4 DEFINICIÓN DE LAS CARACTERÍSTICAS DE LAS PERSONAS RESILIENTES*

CARACTERÍSTICA	DEFINICIÓN
Introspección	Capacidad de preguntarse a sí mismo y darse respuesta honesta y reflexiva.
Independencia	Capacidad para establecer límites entre uno mismo y los ambientes adversos.
Capacidad para relacionarse	Habilidad para establecer lazos íntimos y satisfactorios con otras personas.
Iniciativa	Capacidad de tener perspectivas positivas fijándose metas para lograr alcanzarlas.
Sentido del humor	Equilibrio entre un comportamiento alegre y capacidad crítica de la persona.
Creatividad	Capacidad para inventar o crear ideas, conceptos, asociaciones a partir del caos o el desorden.
Moralidad	Capacidad para comprometerse con valores, discriminar lo bueno y lo malo, hacer una reflexión continua sobre lo ético.

Fuente (9)

### **Acciones comunitarias como mecanismo de intervención para el empoderamiento personal y comunitario**

Como se ha mencionado anteriormente, la violencia de género se fortalece en la construcción social de los estereotipos planteados sobre masculinidad y feminidad. Por esta razón para realizar programas y planes orientados a minimizar este fenómeno, es necesario, sumergirse en el imaginario de las comunidades, escuchar sus voces, construcciones de pensamiento y normas sociales para tener un efecto real en la equidad de género y acercarnos al otro desde sus particularidades como ser humano y no desde las etiquetas impuestas.

Para generar un cambio social, es decir, un cambio de acciones y modos de pensar, los sujetos o agentes de cambio deben irrumpir de forma organizada, estructurada y respetuosa, generando una revolución de conocimiento a nivel micro social (individuo, grupo, comunidad) lo cual impulsa modificaciones a nivel macrosocial. Para ello es importante conocer a profundidad las interacciones entre los diferentes grupos comunitarios. Zuluaga (20) refiere que:

“El conocimiento social se encuentra en los elementos que integran la experiencia individual y colectiva: la tradición, el lenguaje, los mitos, las leyendas, el imaginario colectivo, las prácticas sociales, la organización comunitaria y en la articulación entre la acción y la reflexión crítica-dialéctica sobre la realidad. El conocimiento social también se produce en el dinamismo que generan las sinergias entre sujetos-comunidad-sujetos como totalidad, es decir, en la inter-retro-acción, en lo interno y externo de las organizaciones comunitarias, de los movimientos culturales, de las relaciones entre familias,

barrios, comunidades, pueblos. Este conocimiento se produce al establecerse un diálogo, reconocimiento y solidaridad en la diversidad, en la interpretación de la complejidad del orden social. (p 355)”.

Al tejerse red en con las mismas mujeres de la comunidad, ellas pueden tener un análisis comprensivo de sus propias vivencias, reflexionando desde distintos puntos de vista. Las mujeres participantes pueden brindar oportunidades para que las demás ejerciten su autonomía en la toma de decisiones y desarrollen estrategias de afrontamiento ante los problemas, fortaleciendo la empatía y las relaciones interpersonales. La conciencia crítica y el sentimiento de validación deben ir acompañados de propuestas de cambio y estrategias para poder llevar a cabo las metas y los objetivos diseñados (2).

Como conclusión, se debe visibilizar la importancia de crear políticas y planes que cuenten con la participación activa de la comunidad, teniendo presente sus necesidades particulares, cosmovisión, organización social y desarrollo cultural. Es importante resaltar la importancia de la potenciación de lazos entre los diferentes miembros de la comunidad, generación de trabajo intersectorial, fortalecimiento de capital social y empoderamiento comunitario.

En la generación de dichos programas, se debe tener presente el fortalecimiento de habilidades para la vida, resiliencia y autocuidado. Posteriormente de deben realizar intervenciones individuales, de forma humanizada y personalizada por parte de profesionales que conforman el equipo multidisciplinario a mujeres víctimas de violencia de género, agresores y sus familias. El reto de este equipo consiste en rediseñar estrategias de

intervenciones específicas adaptadas a distintas mujeres, en diferentes momentos del proceso, con el fin de lograr mejores resultados en su total recuperación.

Los programas orientados en prevención de violencias potencian la conciencia crítica y logran un empoderamiento personal, el cual se replica en la comunidad, logrando visibilizarse en primera instancia al interior de las familias y posteriormente a nivel regional y Nacional.

## REFERENCIAS

- (1) Romero I. Intervención en violencia de género: consideraciones en torno al tratamiento. *Psychosocial intervention* 2010;19(2):191-199.
- (2) Donoso-Vázquez T. Proceso colectivo de elaboración y evaluación de un programa de prevención en violencia de género. Efectos en el empoderamiento de las mujeres. 2013.
- (3) Casique I. Factores de empoderamiento y protección de las mujeres contra la violencia. *Revista mexicana de sociología* 2010;72(1):37-71.
- (4) Córcoles MÁA, García GG. Aspectos psicológicos de la violencia de género: Una propuesta de intervención. *Psicopatología Clínica Legal y Forense* 2001;1(2):33-49.
- (5) Rodrigues RdA, Cantera LM. Violencia en la pareja: el rol de la red social / Intimate partner violence: the role of social support / Violência de gênero no casal: o papel da rede social. 2017.
- (6) Congreso de la República de Colombia. Ley 1257 de 2008. Por la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres, se reforman los Códigos Penal, de Procedimiento Penal, la Ley 294 de 1996 y se dictan otras disposiciones. diciembre 2008;193(47).
- (7) Albertín Carbó P. Abriendo puertas y ventanas a una perspectiva psicosocial feminista: Análisis sobre la violencia de género / Opening doors and windows to a psychosocial feminist perspective: Analysis about gender violence. 2017.
- (8) Camacho G. La violencia de género contra las mujeres en el Ecuador: Análisis de los resultados de la Encuesta Nacional sobre Relaciones Familiares y Violencia de Género contra las Mujeres. Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID) 2014.
- (9) Machicao Arauco A, Aillón Soria S. Fortalecimiento de factores protectores de la resiliencia en el ámbito comunitario en mujeres en situación de violencia doméstica. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP* 2009;7(1):1-27.
- (10) Cortés J, Ivethe C, Rivera Aragón S, Amorin de Castro, Elga Filipa, Rivera Rivera L. Violencia de pareja en mujeres: prevalencia y factores asociados. *Acta de investigación Psicológica* 2015;5(3):2224-2239.
- (11) Ministerio de Salud y Protección Social. Resolución No. 4886 de 2018. 2018.
- (12) Ministerio de Salud y Protección Social, Oficina de Promoción Social. Sala situacional Mujeres víctimas de violencia de género. Ministerio de Salud y protección social. Sistema Nacional de Vigilancia en Salud Pública SIVIGILA. 2017 Diciembre,.
- (13) Javier PD, Luisa OP. Género, violencia intrafamiliar e intervención pública en Colombia. *Revista de estudios sociales* 2004(17):19-31.
- (14) Congreso de la República de Colombia. Ley 1761 de 2015. Por la cual se crea el tipo penal de feminicidio como delito autónomo y se dictan otras disposiciones. 2015.
- (15) Villanueva S. ¿ Por qué las mujeres permanecen en relaciones de violencia. *Av Psicología* 2012;1:45-55.

- (16) Oddera MG. Estudios sobre violencia en la familia: los temas recurrentes, en cuatro décadas de investigación. *Estudios e pesquisas em Psicologia* 2016;16(2):644-662.
- (17) Gómez AM. Síndrome de adaptación paradójica a la violencia doméstica: una propuesta teórica. *Clínica y salud* 2001;12(1):5-31.
- (18) Caicedo MIE, Ruiz, María del Carmen Jiménez, Morales CL. Empoderamiento y liderazgo femenino; su papel en la autogestión comunitaria en el corregimiento El Hormiguero-Valle del Cauca. *Avances en psicología latinoamericana* 2013;32(1):149-157.
- (19) Hoinle B, Rothfuss R, Gotto D. Empoderamiento espacial de las mujeres mediante la economía solidaria. *Cuadernos de desarrollo rural* 2013;10(72):117-139.
- (20) Acuña González IM, Guevara Rivas H, Flores Sequera M. El empoderamiento como estrategia de salud para las comunidades. *Revista Cubana de Salud Pública* 2014;40:353-361.