

**CAMINARES DEL LLANO: SIGNIFICADOS DE SALUD MENTAL Y PRÁCTICAS  
DE LIDERAZGO COMUNITARIO DE LAS MUJERES DE LA VEEDURÍA POR LA  
DIGNIDAD DE LA MUJER GRANADINA DEL MUNICIPIO DE GRANADA,  
META- COLOMBIA**

**JULIETH VIVIANA GARCÍA CARREÑO**

**Asesor Metodológico  
HUMBERTO LIBRADO CASTILLO**

**UNIVERSIDAD EL BOSQUE  
FACULTAD DE ENFERMERÍA  
MAESTRÍA EN SALUD MENTAL COMUNITARIA  
2022**

Contenido	
Resumen.....	3
Planteamiento del problema.....	4
Definición de términos del problema.....	9
Antecedentes.....	10
Pregunta de investigación.....	19
Justificación.....	19
Objetivo General.....	24
Objetivos específicos.....	24
Propósito.....	25
Marco teórico y marco conceptual.....	26
Estado del arte.....	32
Metodología.....	45
Tipo y diseño del estudio.....	45
Método del estudio.....	45
Participantes.....	48
Criterios de inclusión.....	48
Criterios de exclusión.....	48
Plan de análisis.....	49
Consideraciones éticas.....	50
Resultados.....	54
Salud mental.....	56

Experiencias de salud mental .....	58
Liderazgo comunitario .....	59
Roles de las mujeres .....	62
Trayectoria de vida .....	63
Prácticas de liderazgo .....	65
Discusión.....	68
Conclusiones .....	74
Referencias.....	7

## **Resumen**

La presente investigación se desarrolló como una forma de visibilizar la labor de mujeres, que a través de sus acciones cotidianas promueven desde los colectivos estrategias de salvaguarda, de cuidado, protección desde y para la defensa de los derechos, de igual manera, se construyó a partir de la importancia de propiciar un reconocimiento de los liderazgos que llevan a cabo las mujeres y de lo que para ellas desde su experiencia significa la salud mental, así mismo, surgió con la intención de conocer las diferentes prácticas de liderazgo comunitario que desarrollan las mujeres en los territorios, especialmente en el Meta. Esta investigación tuvo como objetivo comprender la descripción que hacen las mujeres líderes de la veeduría por la dignidad de la mujer granadina en el municipio de Granada, Meta en relación con los significados que otorgan a la salud mental desde sus experiencias a través de las prácticas de liderazgo comunitario a partir de narraciones biográficas.

Es por lo anterior, que se empleó una metodología cualitativa desde un enfoque biográfico, el cual “concibe al individuo como el producto, el actor y el productor de toda su experiencia” (Cornejo, 2006), de igual manera, haciendo énfasis en que el método empleado fue narrativa biográfica, priorizando de esta manera, los significados relatados por medio de trayectorias de vida, que fue la forma en que se llevó a cabo la construcción de narrativas con las mujeres integrantes de la veeduría, por la dignidad de la mujer granadina del municipio de Granada, departamento del Meta en Colombia.

## **Palabras claves**

Participación de la mujer, liderazgo, salud mental

## Planteamiento del problema

Según un informe de *International Crisis Group* (2020) Colombia es un país en el que los líderes, lideresas y personas defensoras de derechos humanos, no solo han sido estigmatizados durante años por los actores armados que están en los territorios, ya sean del Estado o no, sino también, han sido una parte de la población colombiana a quienes se les prometió la construcción de una paz estable y duradera durante la firma de los acuerdos de paz en el año 2016, viendo cómo hoy eso ha perdido validez y cómo por el contrario el miedo a alzar la voz se ha vuelto una preocupación latente para muchos/as. Los asesinatos a líderes han demostrado que la violencia continúa siendo la forma de tener el poder y de mostrarlo de manera pública. No obstante, ante esta cruel realidad también es importante destacar cómo gracias a ellos se conoce lo que sucede en las periferias olvidadas del país y cómo también gracias a esa resistencia que han tenido milenariamente, se continúa luchando para transformar esas violentas realidades desde diferentes estrategias.

Con base en lo anterior, resulta de especial interés visibilizar y posicionar las prácticas de liderazgo vistas de las implicaciones personales y comunitarias, así como, el significado que tiene para las mujeres la salud mental desde sus experiencias y es que, según (Barreto, 2018) “las mujeres lideresas cumplen un papel específico en el acompañamiento de las comunidades y la transformación de las condiciones estructurales asociadas a la violencia social y política” (p. 11). La autora, menciona cómo hay elementos en las trayectorias de vida de las mujeres que, también se presentan como experiencias que motivaron su interés de participar en procesos de empoderamiento y liderazgo comunitario, destacando de esta manera que, algunas empiezan a participar luego de vivencias de violencias de género o violencia sociopolítica.

De igual manera, Ballén et al. (2021) mencionan que, el hecho de ser mujer y una lideresa social implica un lugar de declaración y resistencia, cuya importancia se fundamenta en la configuración del tejido de sujetos

políticos que se va desarrollando. Con base en lo anterior, se resalta cómo desde los liderazgos femeninos se visibilizan las necesidades y problemáticas que como mujeres se vive en los diferentes lugares del país, dando así, voz a la importancia de los enfoques diferenciales y a la realidad de los territorios. Para las mujeres la lucha de la igualdad y de los derechos humanos, ha significado seguir resistiendo y deconstruir imaginarios culturales sobre su rol como mujeres y, la importancia de que cada vez sean más quienes busquen y trabajen por lo mismo.

Esta investigación buscó proporcionar información sobre las trayectorias de vida, que han tenido las mujeres que se convierten en referentes de liderazgo y de defensa de los derechos humanos en las comunidades; desde sus voces, desde sus caminares y desde sus vivencias. Así mismo, se presentó como una oportunidad para que profesionales desde una mirada psicosocial, reconozcan estas experiencias como un importante insumo para el desarrollo de actividades y programas, desde el conocimiento de los roles que llevan a cabo, no solo como lideresas sino también como madres, hermanas, hijas, abuelas, mujeres cabeza de familia, desde cada uno de los roles que desempeñan socialmente y partiendo de las historias de vida que, también posibilitan el llevar a cabo acciones sin daño en la comunidad y de manera paralela podrían permitir el fortalecimiento a sus procesos.

Es de vital importancia visibilizar la salud mental en los contextos de defensa de los derechos humanos en un país como Colombia, reconociendo que las dinámicas del conflicto no sólo permean la vida de una persona, sino también, la vida de las comunidades. Reivindicar que las lideresas han sido mujeres que incluso a pesar de las adversidades, de afectaciones en su bienestar y en su calidad de vida, continúan siendo voceras de lo que se vive en los diferentes espacios. Las acciones de las mujeres contribuyen a la construcción de territorios en paz y en la reconstrucción del tejido social, que se ha visto deteriorado con las situaciones de violencias y vulneraciones por parte de diversos actores.

Esta propuesta se consideró pertinente debido a que, desde el enfoque diferencial y la perspectiva de género se visibiliza la importancia de reconocer el rol de la mujer, a partir de una mirada integral que incluyera la salud mental y posibilitara una comprensión desde las dinámicas de los territorios. Reiterando así, que los liderazgos comunitarios y las acciones de construcción de paz, no involucran únicamente un ejercicio de las mujeres, sino también que son una manera de reivindicar la necesidad de salud mental que hay, esto, evidenciado desde las investigaciones que relatan cómo de las vivencias del conflicto quedan afectaciones psicosociales, que son una constante en las vidas y que además son minimizadas o reducidas a simples cifras. Reconocer que se debe hablar de salud mental en contextos comunitarios en América Latina implica también, seguir caminando y construyendo oportunidades y bienestar en los territorios e incluso, que se desarrollen investigaciones desde un enfoque de género y diferencial que posibiliten una mayor comprensión al respecto.

En este sentido, la investigación estuvo orientada a comprender los significados otorgados por las mujeres de la veeduría por la dignidad de la mujer granadina, a la salud mental en el marco de las prácticas de liderazgo comunitario y, de las experiencias que han tenido durante su incursión en los procesos organizativos. Estas mujeres desde sus trayectorias de vida posicionan prácticas de liderazgo y labores que, en el día a día, llevan a cabo con el fin de dinamizar mecanismos y oportunidades para el reconocimiento de derechos de quienes están en los territorios.

Teniendo en cuenta que uno de los principales aspectos de la salud mental comunitaria es trabajar de manera articulada y conjunta con la comunidad, se destaca la definición que se orienta desde la ley 1616 del año 2013, sobre la manera en que debe entenderse la salud mental. Esta Ley hace énfasis en que se debe comprender como un estado dinámico por medio del que se pueda expresar el comportamiento y la interacción en la vida cotidiana, posibilitando que desde las personas y colectivos se puedan apropiar recursos emocionales, mentales y cognitivos de manera que, se puedan generar contribuciones a la comunidad y establecer relaciones interpersonales e intrapersonales significativas. En ese sentido, se presenta

la relevancia de esta investigación, ya que, posibilitó la identificación del significado que le otorgan las mujeres lideresas de la veeduría por la dignidad de la mujer granadina, mujeres que son referentes en sus territorios y que desde sus experticias conocen las dinámicas, las problemáticas y las necesidades en salud mental, de las personas de la comunidad. Por esta vía se posibilitó el que se cuenten con bases para la comprensión de la forma en que se pueden llevar a cabo intervenciones y la promoción en salud mental.

De igual manera, permite conocer y visibilizar el significado que otorgan a la salud mental las mujeres través de la recuperación de las historias de vida, las dinámicas en que los procesos organizativos y las organizaciones sociales, se consolidan en una oportunidad para desarrollar acciones en pro del bienestar social y de una vida colectiva, con prácticas que aporten e incidan en la calidad de vida, el logro de la convivencia armónica y por ende la salud mental. Los aspectos mencionados sirven de base en el diseño, la planeación y ejecución de la política pública, puesto que es importante conocer y visibilizar estos significados, que permitan un mayor conocimiento del contexto, de las dinámicas de las comunidades y las estrategias que llevan a cabo para la defensa de sus derechos, su autocuidado y el logro de la salud mental y cómo incluso algunas de estas pueden ser retomadas por la institucionalidad.

Así mismo, debe destacarse la connotación política y ética que conlleva la realización de estudios que buscan brindar una mirada territorial de una problemática como lo son las necesidades en salud mental, es de relevancia evidenciar el papel que cumple el gobierno y quienes son administradores de los recursos de manera que, se tenga una mayor comprensión de las necesidades y de las posibles soluciones que se pueden desarrollar a partir de programas y proyectos. Desde el ámbito político también existe una necesidad de acoger el lenguaje de las mujeres y de comprender desde sus percepciones y realidades las situaciones que viven en los territorios y que además es necesario revisar con lentes de mujer.

Es de importancia resaltar además que dicha investigación se desarrolló como una manera de conocer si se evidenciaba o no, una relación entre los significados de salud mental y las prácticas de liderazgo que llevan



a cabo las mujeres, esto, teniendo en cuenta que en el departamento del Meta hay una gran presencia de procesos organizativos de mujeres y que la salud mental hace parte de todas y todos, e incluso se ha posicionado como una necesidad de ser reconocida como el estado de bienestar que debe ser contemplado desde una perspectiva de integralidad que se debe tener como seres humanos.

Por último, se destaca la importancia del desarrollo de investigaciones que contribuyan en la visibilización de las acciones comunitarias que se realizan en los territorios y que, contribuyen en los propósitos de la agenda 2030 de las Naciones Unidas. En consonancia con los Objetivos de Desarrollo Sostenible- ODS es importante comprender cómo desde los recursos con lo que cuentan las mujeres líderes, se desarrollan acciones positivas para el cumplimiento de esta agenda desde las diferentes metas.

Siendo de importancia para la presente el objetivo número cinco, que busca lograr la igualdad entre los géneros y empoderar a todas las mujeres y las niñas y que, de esta manera en sus metas hace referencia a: poner fin a todas las formas de discriminación contra las mujeres, dar un reconocimiento de la participación efectiva de las mujeres y la igualdad de oportunidades de liderazgo en los diversos espacios, en los que se posicionen sus vocerías. De igual manera, se retoma el ODS 16 que busca promover sociedades justas, pacíficas e inclusivas y que, desde las metas planteadas reitera el poder garantizar la igualdad de acceso a justicia para todos y reducir significativamente todas las formas de violencia y las correspondientes tasas de mortalidad en todo el mundo.

Lo anterior, fue indispensable tenerlo presente para el desarrollo y revisión de la investigación, teniendo en cuenta las apuestas que tienen las mujeres y cómo desde la investigación se buscó comprender desde sus historias de vidas las prácticas de liderazgo que llevan a cabo, que así mismo, pueden estar relacionadas con problemáticas territoriales y globales.

## Definición de términos del problema

**Veeduría ciudadana:** según la ley 850 del año 2003 las veedurías deben entenderse como:

El mecanismo democrático de representación que le permite a los ciudadanos o a las diferentes organizaciones comunitarias, ejercer vigilancia sobre la gestión pública, respecto a las autoridades, administrativas, políticas, judiciales, electorales, legislativas y órganos de control, así como, de las entidades públicas o privadas, organizaciones no gubernamentales de carácter nacional o internacional que operen en el país, encargadas de la ejecución de un programa, proyecto, contrato o de la prestación de un servicio público (p.1)

**Significado:** Según Vergara-Henríquez y Sepúlveda, (2011) es “otorgar significado contempla que los actos de cada individuo y, por ende, sus experiencias están determinadas por sus intenciones que guían y modulan las percepciones de cada sujeto en la construcción de sus propias versiones de mundo” (p.50).

**Lideresa:** para la presente investigación el concepto se entenderá de la siguiente manera, según (Erazo-Caicedo, et al., 2014) son:

Mujeres que participan desde lo local con autorresponsabilidad, colaboración, contribución y trabajo voluntario para la búsqueda de soluciones e iniciativas destinadas a incrementar los niveles de democracia y responsabilidad en la gestión social cimentando competencias, a partir de sus experiencias, sus saberes y necesidades. Por iniciativa propia y por las posibilidades que dan diversas fundaciones, asociaciones y la academia, por medio de investigaciones sociales, hacen parte de vida activa y comunitaria, donde se incluyen participando y demostrando su interés en el progreso individual y comunitario (p. 156)

## **Antecedentes**

Con referencia a trayectorias de vida y a mujeres con diferentes prácticas de liderazgo comunitario se han realizado investigaciones a nivel internacional y nacional, algunas de estas han estado dirigidas a mostrar las historias de resiliencia, su participación, incidencia, los caminos que han recorrido para la construcción de paz, las estigmatizaciones, los imaginarios, la identidad colectiva que han conformado y las representaciones sociales que se han venido construyendo con el tiempo y a partir del contexto y las dinámicas de este.

Una de las investigaciones desarrolladas a nivel internacional fue la de Faiza, et al. (2020), esta se realizó en Magelang, Indonesia y tenía como fin obtener una imagen del estilo de liderazgo de las mujeres que puedan liderar en el dominio público, se desarrolló con dos mujeres de entre 40 y 60 años que cumplieran con el criterio de ser lideresas en instituciones y organizaciones. Esta investigación se llevó a cabo por medio de estudios de caso con información recopilada a través de entrevistas y de las jornadas de observación con las mujeres participantes. Los resultados evidenciaron que ambas mujeres mostraron un estilo de liderazgo democrático, que ubicó a quienes estaban desarrollando las acciones con ellas en la misma posición, reconoció las diferencias, dio igualdad de derechos y oportunidades, respetó las fortalezas y debilidades de otras personas, escuchó las aspiraciones y fue capaz de actuar con decisión contra los errores.

De igual manera, (Soriano-Hernández, 2005) realizó una investigación en Guatemala con testimonios de mujeres que estuvieron en escenarios de guerra y cómo a partir de esa experiencia “unieron sus voces, integrándose a una estructura organizativa donde aprendieron a darle un nuevo sentido a su vida” (p.219). Así mismo, menciona cómo la violencia y las vulneraciones de derechos conllevaron a que se organizaran formando una “conciencia colectiva” que visibilizará su lucha y que mostrará que las

mujeres unidas resistieron para conservar sus vidas y las de sus seres queridos. La autora también manifestó su interés por pensar el feminismo desde “una corriente que lucha contra todo tipo de opresión” (p. 222), esto evidenciándose en cada una de las acciones que realizan las mujeres en pro de la protección de sus comunidades.

Así mismo, (Jokela-Pansini, 2019) realizó una investigación en Honduras con 38 lideresas comunitarias, representantes de organizaciones que estaban directa o indirectamente relacionadas con la red de mujeres defensoras de derechos humanos. Las conversaciones realizadas con estas mujeres permitieron identificar de manera colectiva que, “los imaginarios espaciales, se basaban en las percepciones y las experiencias vividas de las entrevistadas en relación con sus luchas” y que “la identidad colectiva como mujeres defensoras de los derechos de las mujeres, fue introducida por las mismas entrevistadas para describir su activismo” (p.4), esta investigación permitió determinar que, la identidad colectiva resulta de importancia cuando se desarrolla un diálogo o una intervención con personas que hacen parte de un mismo grupo u organización. A esta identidad en dicha investigación se le atribuyó que brindara atribuciones a un reconocimiento propio y colectivo.

En cuanto a investigaciones realizadas en Colombia, se encontraron varias que también buscan posicionar las experiencias de vida de lideresas desde diferentes perspectivas, una de ellas es la de Acosta-Navas, (2020) quien en su investigación “Mujeres lideresas constructoras de paz en la comuna 1 de Medellín: una aproximación a las paces cotidianas construidas desde abajo” tuvo como objetivo analizar las contribuciones de las mujeres lideresas constructoras de paz de la Comuna 1 de Medellín en el ejercicio de su liderazgo comunitario. Esta investigación se desarrolló a través de reflexiones teóricas y de un estudio de caso sobre los derechos humanos, es por esto que, en su narrativa brinda un contexto sobre el conflicto armado en Colombia y en Medellín, así como el concepto de Mujer Lideresa Constructora de Paz y su relación con la paz femenina. Teniendo en cuenta

la relevancia de este tipo de investigaciones se destaca uno de los principales resultados partiendo de la temática y del interés de la investigación en curso.

Según, este mismo autor, en uno de sus resultados destaca el rol de las mujeres lideresas en la construcción de paz, vista desde las acciones que desarrollan día a día:

La mujer lideresa construye la paz en las distintas dimensiones del territorio: la dimensión espacial en su barrio, su comuna y su ciudad, la dimensión relacional que evoca la forma en que esa mujer lideresa interactúa con conocidos y desconocidos, vecinos y núcleo familiar, en suma, en su relación con los demás, y, por último, la dimensión corporal y personal, entendiendo que el cuerpo femenino otrora castigado y violentado por la guerra, se constituye en el primer territorio en el cual la mujer lideresa ha de construir paz y así poder reproducirla y multiplicarla en la dimensión relacional y espacial (p. 91)

La investigación anteriormente mencionada brinda como conclusión, la importancia que tiene el que cada una de las personas de la comunidad, no solo el Estado, las mujeres y hombres líderes se interesen por construir paz, sino que también, es un trabajo al que se le debe apostar en conjunto y que necesita acciones por parte de cada persona. Es de esa manera y viendo la paz como algo más allá de la ausencia de guerra, lo que posibilitará seguir tejiendo en los territorios una paz estable y duradera.

Así mismo, se encuentra otra investigación de (Sánchez-Bautista & Arévalo-Sotelo, 2019) denominada “Memorias resilientes: un tejido de memoria colectiva desde dos lideresas sociales en los territorios colombianos de La Macarena (Meta) y Medellín (Antioquia)” en la que exponen y reconocen la labor que realizan las mujeres para fortalecer el tejido social por medio del “trabajo comunitario que desarrollan en sus comunidades” (p.5), los autores mencionan como “el reconocimiento de sus voces constituye un aporte a la memoria colectiva del conflicto, pero sobre todo a la construcción de una memoria sobre el liderazgo de las mujeres en

el país” (p.7), el hecho de poner en alto las voces y los relatos también se presenta como una forma de generar reflexiones en torno a por qué se debe evitar que el conflicto armado siga siendo una realidad en el territorio. En esta investigación también se reconoce la resiliencia como una “herramienta que tienen las lideresas sociales para la reparación de la memoria colectiva, el bienestar de las comunidades y su territorio” (p.15), lo anterior visto como un factor protector ante la adversidad vivida por cada una de las lideresas.

La investigación “Por los caminos de la participación, una aproximación a las experiencias de líderes y lideresas del municipio de Fredonia” realizada por (Hernández, et al.,2015) se realizó con cuatro participantes, dos hombres y dos mujeres que tuvieran trayectoria en espacios de participación y reconocimiento en la comunidad como líderes o lideresas. Los autores manifiestan que los roles de género asignados culturalmente representan una dificultad para estar en escenarios de participación, y además que implican tener que “realizar renunciaciones y modificaciones a sus esquemas de vida con el fin de participar en lo público” (p.31), también mencionan que el hacer parte de estos espacios les permite posicionar las necesidades de la comunidad, manifestar las problemáticas y hablar desde las realidades que viven y cómo a su vez este es uno de sus intereses y motivaciones para formar parte de los mismos: “su amor por el mundo, les lleva incansablemente a buscar formas alternativas para alcanzar cambios y transformaciones sociales” (p.57).

De igual forma, (Bravo-Martínez, et al., 2020) realizaron una sistematización enfocada en la recuperación de las voces de las mujeres de Cali, desde sus sentí-pensares como sujetas políticas en espacios de participación. Esta recolección de información incluyó los aprendizajes y la construcción colectiva de experiencias que se posibilitaron gracias a la reflexión durante el proceso de formación *Trenzando Saberes y Poderes*. En los resultados que se obtuvieron de la experiencia frente a la percepción de sujeta política mencionaron que es “desarrollar capacidad de tomar decisiones basadas en el desarrollo de la conciencia crítica feminista, en que las mujeres pueden influir y dar seguimiento a las políticas de manera

colectivo, para el ejercicio de su ciudadanía” (p. 84). Así mismo, destacaron la reivindicación de los derechos y el reconocer el ser y el poder de la otra como lo que implica el feminismo desde su rol.

Esta investigación brinda elementos para destacar algunas de las prácticas y percepciones que tienen las mujeres frente a la participación política, los espacios de incidencia y la importancia de una identidad colectiva y del reconocimiento de la valía de cada una de las mujeres que forman parte de los procesos organizativos.

Se identificó una investigación realizada en el municipio de Mesetas, departamento del Meta denominado “narrativas de lideresas y otros relatos de resiliencia” desarrollado por (López-Alarcón & Torres-Herrera, 2020), en esta investigación 12 mujeres identificadas como lideresas y sujetas de cambio, compartieron sus experiencias de vida y las acciones que llevan a cabo con el objetivo de transformar y generar cambios en su municipio. A través de estos relatos, mencionan cómo hacen parte de diferentes espacios de participación y a su vez tienen una iniciativa llamada Huellas: poder para renovar, por medio de la que lideran diferentes actividades para las mujeres y desde la que se promueve la participación política. “Todas ellas concuerdan en que una de las maneras en las que se puede incidir, es tener más acceso a la participación política” (p.39). Las mujeres de Mesetas en sus relatos no solo aportan a la verdad de lo que sucedió en el marco del conflicto, sino, también del papel que tuvieron que desempeñar para la protección de sus familias, su comunidad y para ellas mismas. Estas historias destacan que situaciones tan adversas como las vividas durante la guerra, las motivaron a ser resilientes y a persistir en su territorio, se llaman a sí mismas rocas empotradas en la montaña, mujeres que resisten y que acompañan a la gente.

Teniendo en cuenta la búsqueda en las bases de datos y demás fuentes de información se identificó una ausencia de investigaciones que tengan como propósito comprender la relación que puede haber entre la salud mental y las prácticas de liderazgo comunitario. En el corpus

investigativo los estudios que se encontraron que relacionaban liderazgo y salud mental estaban orientados más hacia el campo organizacional, desde donde se ha buscado identificar la influencia del clima laboral desde el liderazgo y la sensación de bienestar en el trabajo.

No obstante, se encontró que algunas investigaciones realizadas con mujeres refieren que el hecho de ejercer un rol como líderesa, ha contribuido a poner de relieve las afectaciones psicosociales que hay en las comunidades y que, a su vez han posibilitado de diferentes maneras la visibilización de necesidades de atención.

En un estudio de caso realizado por Mahecha-Bustos (2020) denominado “Liderazgo comunitario en mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado, una mirada a partir del construccionismo social” se menciona que a lo largo de la historia las mujeres han sido marginadas, invisibilizadas y cómo sus cuerpos a la vez se han utilizado para demostrar las relaciones de poder. Refiere la necesidad de llevar a cabo investigaciones con voces de mujeres relatando sus experiencias y vivencias, pues también se ha identificado que los derechos de las mujeres siguen siendo vulnerados por cuestionamientos ególatras y patriarcales.

La autora también hace énfasis en que los ámbitos psicosociales en contextos comunitarios deben percibirse como un puente que se teja desde la comunicación y que, además propenda la despatologización del sufrimiento y de las experiencias, reconociendo de esta manera al sujeto, sus capacidades, propiedades de agenciamiento y los acontecimientos históricos. Dentro de las conclusiones brindadas en la investigación, la autora destaca que desde el liderazgo comunitario se potencian y posibilitan estrategias de afrontamiento colectivas y redes de apoyo que brindan como resultado identificar mujeres resilientes y apropiadas de sus territorios y vidas.

De igual manera, Gammage y Foster (2017) llevaron a cabo una investigación llamada “*Leadership in community mutual support groups for*



*mental health: A qualitative case study from the leaders' perspective*” en el que se explora la experiencia de liderazgo de grupos de apoyo mutuo comunitarios de salud mental. En este se documentaron factores que afectan a los integrantes del grupo incluido al líder de bienestar. Participaron 14 líderes por medio de entrevistas semiestructuradas; dentro del estudio se describe la dinámica del grupo que consiste en que los miembros comparten una experiencia o problema en común y se reúnen para darse apoyo mutuo siendo autónomos del proceso.

Como conclusiones se destacó que el conocimiento social guio el comportamiento relacionado con el rol e influyó en la recuperación del grupo; los temas respecto a los que conceptualizaron sus roles y dinámicas de grupo fueron la familia, valores profesionales y trabajar en equipo. De igual manera, se hizo énfasis en la necesidad de realizar procesos a nivel individual y grupal desde una investigación multinivel que, involucre la percepción que se tenga desde los diferentes ámbitos, ya que, de esta manera se podrá tener una mayor comprensión del apoyo comunitario en salud mental y en las acciones que involucran un proceso de liderazgo.

Por último, se toma como referente el capítulo “Mi cuerpo es la verdad” del informe final entregado por la Comisión para el Esclarecimiento de la Verdad, la Convivencia y la No Repetición- CEV (2022) en el que se destacan prácticas comunitarias que han posibilitado acciones en salud mental y psicosocial. En los discursos brindados por mujeres de comunidades étnicas se identificó que algunas prácticas se convierten en elementos de resistencia para preservar la salud mental, la capacidad de responder a situaciones adversas y la esperanza. Se destaca también, el reconocimiento de que en muchos casos en los procesos organizativos se identificó que la mejor herramienta, es la puesta en acción de su propio conocimiento.

Estas investigaciones revisadas y las demás que se han venido desarrollando, permiten reconocer la importancia de resignificar la labor que desarrollan las lideresas y/o defensoras de derechos humanos para la

protección de la vida, de las comunidades y de los territorios en los que viven. Las prácticas de liderazgo se presentan como una forma de posibilitar transformaciones, de reconstruir tejidos sociales y como un símbolo de resiliencia, no obstante, no se deben desconocer ni dejar a un lado los riesgos, barreras, discriminaciones y estigmas, que reciben las lideresas por parte de la comunidad, de las familias y del gobierno.

De igual manera, a partir de la revisión documental se identifica la ausencia de investigaciones que relacionen las prácticas de liderazgo o incluso el mismo liderazgo con la salud mental, en especial en contextos tan complejos como lo es Colombia teniendo en cuenta el historial de violencia y de dificultades que se presentan para quienes deciden alzar la voz en beneficio de la comunidad. También se presenta la relevancia de reconocer desde las voces de las mujeres, desde sus experiencias y vivencias lo que implica cada una de estas; aún a pesar de los esfuerzos por propiciar la igualdad de género se continúa percibiendo la estigmatización, cultura patriarcal y machista con que se perciben los discursos de las mujeres, he ahí la necesidad de conocer la historia de sus liderazgos desde sus biografías y narrativas, rescatando la información de una fuente primaria.

Se hace énfasis en el enfoque biográfico narrativo de la investigación teniendo en cuenta que, posibilita una aproximación a las vivencias sociales a través de los discursos individuales, también debido a que, permite una resignificación de las realidades y de los cambios que se perciben en cada uno de los momentos y situaciones de la vida (Arias-Cardona & Alvarado-Salgado, 2015).

## **Pregunta de investigación**

*¿Cómo describe un grupo de mujeres lideresas del municipio de Granada, Meta- Colombia la relación entre los significados que otorgan a la salud mental desde sus experiencias y prácticas de liderazgo comunitario a partir de sus narraciones biográficas?*

## **Justificación**

Luego de la firma del acuerdo de paz el 24 de noviembre de 2016 los y las defensoras de derechos humanos no solo han sufrido estigmatizaciones por parte de sus familias, comunidades, entes gubernamentales y el Estado, sino que, también han sido víctimas de agresiones, discriminación y diferentes tipos de violencias. Las vidas de los líderes y lideresas han sido constantemente amenazadas por parte de diferentes actores armados y estatales que tienen presencia en los territorios, incrementándose este riesgo en las zonas más afectadas por el conflicto y en las periferias del país, siendo así que, desde el año 2016 hasta el día 21 de agosto del año 2020 se presentaron 1.000 asesinatos de líderes y defensores de DDHH, de los cuales el 52,1% fueron campesinos (comunales, ambientalistas, PNIS, víctimas), 37,6% fueron indígenas y el 10,1% afrodescendientes. De los 1.000, el 70,9% fueron homicidios en sectores rurales y el 29,1% en sectores urbanos (Indepaz, 2020).

De igual forma, el informe de Indepaz (2021) compartió que del 1 de enero al 31 de diciembre del año 2021 se presentaron 171 asesinatos de líderes y lideresas, de los cuales 27 fueron mujeres, así mismo, según este informe 48 firmantes del acuerdo de paz también fueron asesinados, de estos 4 eran mujeres. De igual manera, en ese mismo año hubo 96 masacres de las cuales 335 fueron víctimas en 73 municipios de 21 departamentos del país. Estas cifras demuestran cómo la vida de quienes defienden la vida digna y los derechos humanos está en riesgo en un país como Colombia y se deriva

la importancia de reconocer su labor y aún más las condiciones de su salud mental, teniendo en cuenta las situaciones a las que se enfrentan en el día a día, para ser la voz visible de sus territorios.

Así mismo, destacando las afectaciones diferenciales de las que son objeto las mujeres Tapias-Torrado (2019) menciona algunas de las agresiones más comunes a las que aluden las lideresas, encontrado entre estas:

(1) Ataques contra la vida y la integridad de las defensoras o de sus familiares, que incluyen: asesinatos; intentos de asesinato; desaparición forzada; tortura; violencia sexual... (2) Restricciones y ataques a la libertad... (3) Invasión de la privacidad... (4) Limitaciones a la libertad de movimiento, como: desplazamiento forzado, restricción de visas, prohibición de acceso a un lugar, expulsión o deportación. (5) Impunidad, ausencia de la garantía de no repetición y no reconocimiento de las violaciones al derecho a defender los derechos humanos (p. 6)

Según (Limpal, 2020) “A raíz de acciones de liderazgo muchas mujeres han quedado expuestas a agresiones físicas, mentales, emocionales y espirituales que permean de manera negativa su vida e integridad” (p. 12), así mismo, manifiestan la preocupación de que aun teniendo conocimiento sobre las afectaciones en salud mental que tienen, en la actualidad se enfrentan con barreras para el acceso a servicios con profesionales, por lo que, también plantean que “uno de los factores que ha incidido en que Colombia no tenga una política clara que responda a las necesidades en materia de salud mental y atención psicosocial es la falta de designación presupuestal para cumplir con esta obligación” (p. 17).

Sin duda alguna, son múltiples las agresiones de las que son objeto las mujeres, que desarrollan diversas prácticas de liderazgo comunitario en los territorios y es que, si bien la sociedad tiene una deuda histórica con los derechos de las mujeres y las condiciones de igualdad, es esta misma sociedad la que continúa vulnerando sus vidas y discriminando las formas

de defensa y de lucha que estas mujeres realizan en pro de otras y de sus comunidades, para brindar oportunidades de bienestar y de cambio.

En este contexto, esta investigación buscó brindar insumos para resignificar y dignificar el derecho colectivo que tienen las mujeres, no solamente desde el reconocimiento individual sino también, desde lo que implica hacer parte de un grupo que participa, incide y reclama sus derechos. Desde la salud mental comunitaria se reitera la necesidad de identificar estrategias que problematizan el bienestar colectivo, en contraposición con una mirada individualizada de la mujer como sujeta de derechos, lo anterior conlleva a que, se tenga la prioridad de visibilizar las acciones colectivas para propiciar una salud mental en los territorios desde un enfoque territorial y de género. Se deben reconocer los liderazgos y lo que estos conllevan a nivel comunitario para entender la manera en que, se dinamizan las acciones y también desde la que se pueden propiciar más estrategias y herramientas de intervención.

Visibilizar esas acciones colectivas en salud mental reconocidas desde las narraciones de las mujeres lideresas conlleva a que como profesionales se cuente con más elementos de intervención comunitaria, en especial en contextos tan afectados por el conflicto armado como lo es Colombia y un municipio como Granada, que es dónde se focaliza la muestra.

Otro de los elementos a destacar sobre la relevancia de esta investigación es lo que ha propiciado la pandemia del COVID-19 para los sectores económicos, familiares, laborales y de relaciones interpersonales, de hecho, según (Ramírez & Castillo, 2020) “la mayor afectación durante el confinamiento a causa de la COVID-19 fue a nivel relacional, debido a la imposibilidad de contacto con sus familias y con las mujeres de su organización” (p. 7), sin duda alguna, para quienes hacen parte de organizaciones, el no haber tenido la posibilidad de tener un contacto cercano y personal con las otras mujeres conllevó a que, hubiera una pausa

obligatoria o algunas barreras para articulaciones en relación a las acciones e iniciativas, que en su momento se estaban llevando a cabo.

Si bien las medidas de contingencia se llevaron a cabo para mitigar y prevenir el incremento en los contagios que se estaban teniendo en el país y que en su momento posibilitaron una protección hacia la salud de las personas, según la Comisión Interamericana (2020) también visibilizó que las casas y las familias fueron el espacio en el que todo empezó a ocurrir: las labores de trabajo, la educación, los momentos de esparcimiento, los escenarios de intercambios de experiencias y sobre todo las acciones del cuidado, que pasaron a requerir de un mayor tiempo y responsabilidad por parte de las mujeres, quienes socialmente han tenido el rol de cuidadoras en los hogares. Es así como, si bien en algún momento se pensó que las tareas en la casa iban a ser distribuidas, la realidad de las labores de cuidado durante ese tiempo fue diferente ya que, no sólo no se distribuyeron, sino que también fueron acciones no reconocidas de forma remunerada.

Ahora bien, es importante destacar que aún con la sobrecarga que representó para las mujeres tener que ser responsables de otros roles estando en sus casas, en el caso de las lideresas también hubo un impacto en la forma en que sus liderazgos se estaban llevando a cabo en las organizaciones, en el caso de las veedurías para las violencias basadas en género, también significó que se desarrollarán otras estrategias y adquirieran herramientas, que les permitieran hacer un seguimiento sobre los casos de violencias basadas en género, teniendo en cuenta el incremento que hubo, debido al hecho de que muchas mujeres tuvieron que convivir con sus agresores, lo anterior, sin dejar a un lado las labores que llevaban a cabo en sus hogares como mujeres.

Según (la Comisión interamericana de derechos y el Mecanismo de Seguimiento de la Convención de Belém do Pará, 2020):

Una cultura instalada que percibe las situaciones de pareja o expareja como algo privado podría estar generando un aislamiento

mayor y una ausencia generalizada de mecanismos de apoyo, acompañamiento y rescate a mujeres que ya estaban en riesgo de violencia (p. 12)

Respecto a las razones por las que incrementaron los casos de violencias se hace alusión a la influencia que tiene la cultura en los comportamientos y las dinámicas que se llevan a cabo en los hogares, es así que, en un departamento como el Meta en el que la cultura patriarcal y machista aún influye de manera significativa en las acciones que se desarrollan, resulta de interés reconocer las labores que llevan a cabo las mujeres para la mitigación y transformación de estos imaginarios y representaciones.

Seguido a lo anterior, en las culturas también existen imaginarios que imposibilitan el reconocimiento de las acciones que desarrollan quienes ejercen acciones de liderazgo y de defensa de los derechos; lo anterior evidenciándose en lo planteado por (Quintero-Santos y Meriño-Segreira, 2021), que aluden a que:

No existen estrategias efectivas para las garantías de los defensores de derechos humanos en un país como Colombia, territorio donde se desconoce la labor que realizan estos sujetos, quienes desarrollan un papel de trabajo comunal y social indispensable para el desarrollo de las pequeñas y medianas comunidades relegadas y fuera del alcance de las grandes inversiones urbanas, pues gracias a su trabajo se visibilizan las carencias y necesidades de una parte de la población relegada en la agenda política nacional al promover la defensa y protección de las garantías fundamentales (p.195)

De igual manera, se destaca que en la actualidad hay mujeres que tienen dificultades para acceder a entidades públicas o privadas relacionadas con la salud mental, mujeres que no conocen lo que implica esta y, otras que con base a la dificultad que representa acceder a este servicio no ven la importancia que tienen los acompañamientos e intervenciones en pro del

bienestar mental, social y de la vida colectiva, situación que se exagera en mayor medida en las zonas rurales. Es por lo anterior, que se manifiesta la importancia de desarrollar procesos e investigaciones que permitan comprender las prácticas de liderazgo comunitario y así mismo, conocer y comprender lo que es para las mujeres la salud mental desde sus experiencias y significados, de modo que se eviten acciones con daño y que se posibilite un accionar pensado desde un enfoque diferencial, territorial y étnico.

Ahora bien, resulta de gran importancia hacer referencia a la estructura organizacional que tienen la veeduría por la dignidad de la mujer granadina (organización focalizada para la realización de la investigación desarrollada), así como algunas de las acciones que realizan e información sobre el entorno en el que llevan a cabo su ejercicio como líderes, siendo así, se destaca que es un colectivo que se constituye legalmente en mayo del año 2018 en el municipio de Granada, la junta directiva está conformada por una presidenta, secretaria, fiscal y vocal, las mujeres que integran este proceso hacen parte de otras organizaciones como lo son ASOMUARIARI (Asociación de Mujeres Construyendo Desarrollo para la Región del Ariari); ASMIDA (Asociación de mujeres indígenas del Ariari); ASMEUPAZ (Asociación de Mujeres Por la Paz de Ariari); ASMUJER (Asociación de mujeres Emprendedoras de Granada); ASOBREC (Asociación de Mujeres Campesinas de Sardinata) y el Movimiento de Mujeres y Jóvenes Yo Puedo.

Desde esa fecha la veeduría ha tenido un constante trabajo en la defensa de los derechos humanos de las mujeres, en especial del derecho a vivir una vida libre de violencias, es por esto, por lo que han realizado un acompañamiento a las mujeres del municipio, desde el seguimiento a las denuncias establecidas ante las entidades competentes y la atención recibida, también, han realizado un ejercicio de control social respecto del Plan de Desarrollo Municipal, una participación e incidencia política en espacios de diálogo con precandidatos con el objetivo de posicionar una agenda de mujeres en los programas de gobierno y han estado liderando movilizaciones y protestas sociales en pro de visibilizar los casos de VBG ocurridos en el municipio.

Al hablar sobre la experiencia de veeduría en el municipio el colectivo refirió que otro de los objetivos que ha orientado su accionar ha



sido la incidencia para la creación e implementación de una ruta clara de atención a las mujeres víctimas de Violencia Basada en Género- VBG, su lema es hacerles saber a las mujeres que no están solas, que ellas están dispuestas a acompañar y posibilitar espacios en los que se erradique la violencia contra la mujer. Su sentir y motivación nace debido a que varias de las mujeres que integran la veeduría han sido sobrevivientes de violencias, han sido atendidas de una manera nada adecuada o “humanizada” como lo refirieron, o incluso debido al hecho de que no fueron escuchadas en su momento.

### **Objetivo General**

Comprender la descripción que hacen las mujeres lideresas de la veeduría por la dignidad de la mujer granadina en el municipio de Granada, Meta, en relación con los significados que otorgan a la salud mental desde sus experiencias a través de las prácticas de liderazgo comunitario teniendo como base las narraciones biográficas.

### **Objetivos específicos**

Conocer los significados de salud mental que otorgan un grupo de mujeres lideresas de Granada desde sus experiencias personales y comunitarias

Analizar si los significados de salud mental brindados por las mujeres lideresas están relacionados con el conocimiento y/o la experiencia.

Conocer las prácticas de liderazgo comunitario de las mujeres lideresas a través de las trayectorias de vida y narraciones, esto visto también desde los roles que ejercen las mujeres.

### **Propósito**

Con base en lo anteriormente expuesto se destaca que el propósito de esta investigación fue aportar a la visibilización de los procesos colectivos que desarrollan las mujeres y a su vez la relación que ellas perciben con referencia a la salud mental, de manera que, se lograran identificar herramientas y estrategias que posibilitaran información para el desarrollo de procesos comunitarios, incluso que a partir de lo mencionado en las narrativas se llevase a cabo un diagnóstico de la percepción que tienen las mujeres, que pudiese ser tenido en cuenta para la construcción de políticas públicas.

De igual manera, se presenta desde la importancia de brindar una resignificación y dignificación de la defensa de los derechos humanos y de los derechos de las mujeres, que llevan a cabo las organizaciones teniendo en cuenta el estigma del que son objeto, en especial en contextos que fueron tan afectados por el conflicto armado.

### **Marco teórico y marco conceptual**

En el marco de la investigación y de las variables a determinar se priorizó la importancia de conocer los conceptos y teorías bajo las que fueron comprendidas las categorías a identificar durante la investigación, siendo así, que se inició desde el entender que las prácticas de liderazgo comunitario son las acciones que desarrollan mujeres y hombres con el fin de brindar un acompañamiento, estrategias, oportunidades y beneficios para las comunidades. Estas se orientaron desde los procesos de incidencia que realizan, la participación en diferentes escenarios en los que interactúan y posicionan las necesidades, las problemáticas en el territorio, la defensa de los derechos humanos, de los derechos de las mujeres, de la tierra y de quienes desde sus acciones buscan la igualdad y la transformación de las dinámicas de los territorios.

Con base en lo anterior, se determinó la relevancia de hacer énfasis en que, para la comprensión de las prácticas de liderazgo, era necesario

conocer a qué hace referencia el liderazgo comunitario, de qué manera se diferencia de otros tipos de liderazgo y así mismo sus características.

Uno de los conceptos bajo los que se comprendió el liderazgo comunitario es el brindado por Montero, en el año 2006, partiendo de la mención de que “el liderazgo comunitario surge de las reuniones de organización y planificación de actividades comunitarias, o ante circunstancias que afectan a la comunidad y se hace necesario actuar con mayor o menor urgencia” (p. 92). Desde la sociedad civil se han desarrollado diferentes estrategias y acciones en búsqueda de propiciar alternativas de solución ante las múltiples problemáticas que se presentan en los territorios, las situaciones de desigualdad y de violencias han conllevado a que la participación social, los mecanismos de control como las veedurías y las organizaciones sociales, sean el camino hacia la visibilización de los acontecimientos que se viven en el día a día y que son sometidos y omitidos por parte del Estado.

Así mismo (Reyes, et al., 2019) plantean que el liderazgo comunitario puede entenderse como un proceso en el que una persona logra influir en una comunidad o grupo organizado para conseguir un objetivo o meta en común, así mismo, se destaca como implica una cooperación mutua y una cohesión en el grupo. De igual forma, (Montero, 2006) manifiesta que, estos líderes se convierten en personas muy populares dentro de una comunidad, evidenciándose como actores comprometidos en la defensa de intereses colectivos, desde el involucramiento de sentimientos de solidaridad, que se refleja en el interés hacia la comunidad. Si bien es cierto que los territorios responden a dinámicas diversas y a culturas diferentes, si se resalta el hecho de que en medio de las situaciones que se vivencian, son las personas con prácticas de liderazgo los referentes para la solución a las problemáticas y para la búsqueda de gestiones que posibiliten contar con mejores condiciones de vida.

De igual manera, se hace énfasis en lo planteado por (Rojas-Andrade, 2013), el cual manifiesta que el liderazgo comunitario implica un

proceso en el que hay una construcción de la identidad y poder comunitario, teniendo en cuenta que, dinamiza la democracia participativa, de igual manera, reconoce que, en estos casos la mayoría de los ciudadanos se involucra en la transformación de los problemas críticos sociales, liderando de esta manera un cambio social que fortalece la ciudadanía y que, también implica una influencia en las decisiones que se toman en los sectores públicos y/o privados y lograr de esta manera la elaboración de una agenda propia.

Una vez identificado el concepto y a lo que hacía alusión el término liderazgo comunitario, también se presentó la necesidad de conocer ¿Quién es considerado/a como un líder comunitario? a lo que (Reyes, et al., 2019) manifestaron que “ es alguien que demuestra la dedicación extraordinaria a su comunidad y hará lo que sea necesario para mejorar sus condiciones que infunde un sentido de positividad y dirige a otros para alcanzar el objetivo” (p. 24), de igual manera, (Álvarez-Henao, & González-Uribe, 2014) plantean que un líder es una persona clave para el desarrollo de las comunidades, posibilitando desde su trabajo la decisión de participar como gestores de progreso, en especial en contextos en los que se identifican profundas crisis políticas.

Frente a las características de liderazgo comunitario (Vallejo-Correa, et al., 2019) manifiestan que están relacionados con principios sobre la relación con otros. Así, por ejemplo, se identifican valores como empatía, confianza, respeto, compromiso, apoyo y tolerancia. Asimismo, se reconocen las habilidades comunicacionales, igualdad, justicia y reconocimiento de otros como principios centrales en el liderazgo” (p. 15).

Retomando la importancia de conocer y comprender los conceptos y las categorías a identificar en la investigación se plantearon el concepto de salud mental y los significados que a través de estudios e investigaciones han sido atribuidos y que serán referentes para el presente documento.

Según la Organización Mundial de la Salud- OMS (2004)

La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades». Los conceptos de salud mental incluyen bienestar subjetivo, autonomía, competencia, dependencia intergeneracional y reconocimiento de la habilidad de realizarse intelectual y emocionalmente. También ha sido definido como un estado de bienestar por medio del cual los individuos reconocen sus habilidades, son capaces de hacer frente al estrés normal de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera, y contribuir a sus comunidades (p. 7)

De igual forma, (Tobón-Marulanda, 2005) manifiesta que “La salud mental no se puede separar de factores sociales, étnicos, culturales, ambientales, económicos y políticos relacionados con los fenómenos salud-enfermedad.” (p. 7), así mismo menciona que la salud mental implica también las características de las relaciones sociales e interpersonales con las que cada persona se reconoce, se construye y a la vez se desarrolla. Se entiende también como un proceso desde el que se debe articular aspectos ambientales, políticos y económicos para la reconstrucción del tejido social desde elementos más humanos, libres y justos, contando con una mejor calidad de vida que posibilite la satisfacción de la calidad de vida, permitiendo la eliminación de prácticas culturales antivalores y cambiarla por una cultura basada en valores, vínculos de cooperación y solidaridad desde los que, se resignifique la persona individual y se reconozca la diversidad, el colectivo y la diferencia del otro.

Así mismo, (Martín-Baró, 1984) plantea que la salud mental establece una dimensión de las interacciones que se dan entre los grupos y las personas más allá de un estado individual, implicando que, desde esta dimensión se haga una mayor apropiación de cada uno de los individuos involucrados en esas relaciones, generando de esa manera manifestaciones diversas conocidas como síntomas y estados relacionados con los síndromes.

Las actividades que se desarrollan desde los servicios de salud y los profesionales para la promoción de un cuidado y un bienestar mental en la actualidad, son más posicionadas que hasta hace unos años, la salud mental ha sido un tabú en algunas culturas y en la comunidad de manera general, es por esto y debido a las múltiples situaciones y factores de riesgo que se presentan, que surge la necesidad de conocer lo que las mujeres líderes consideran que es la salud mental y así mismo, la influencia que ésta tiene en sus prácticas de liderazgo. Identificar si las acciones que desarrollan se relacionan de manera positiva o negativa en su salud mental es una forma de posicionar las necesidades y problemáticas que vivan desde su cotidianidad.

Seguido a lo anterior, también se presentó la definición de lo que son las trayectorias de vida, a partir de lo que otros autores han planteado, lo anterior teniendo en cuenta que se presenta como una manera de comprender cómo desde las experiencias de vida de cada una de las mujeres se puede lograr conocer e identificar desde sus percepciones la manera en que llegaron a los procesos organizativos y también la forma en que han ido otorgando un significado a su salud mental. Es así que, según Sepúlveda-Valenzuela (2010) las trayectorias de vida posibilitan hacer una comprensión del proceso que representa el principio y el final de un ciclo de vida, así mismo, plantea que permite que haya un mejor entendimiento sobre el orden social, un análisis de conexiones teniendo en cuenta las distintas etapas y el valor que conlleva cada uno de estos sucesos.

Así mismo, según Moreno- Rodríguez, (2012) las trayectorias de vida se encuentran determinadas por unas características que corresponden únicamente a la persona, a la calidad con que se perciben las interacciones y también a las experiencias que se van vivenciando en contextos y actores socializadores muy diferentes. Cuando hacemos referencia a unas personas en concreto debemos partir de la comprensión de las diferencias y elementos en común que se pueden llegar a presentar, sin embargo, es necesario que desde esa diversidad que se tiene se comprenda también la forma en la que diferentes sucesos representaron un cambio de rumbo o la toma de una decisión en particular.

Se plantea la importancia de poner de manifiesto que la presente investigación tuvo como foco central ver cada una de las trayectorias de vida desde un modelo biopsicosocial, que según (Belloch & Olabarría, 1993) fue un modelo desarrollado por Engel en 1977 que plantea que el ser humano debe ser visto como un organismo biológico, psicológico y social, y también como “un organismo que recibe información, la elabora, la almacena, la crea, le asigna un significado y la transmite, todo lo cual produce, a su vez, un modo determinado de comportarse” (p.2). Por lo que cada una de las experiencias se enfocó en determinar las implicaciones que cada una de las vivencias tuvo para las mujeres desde las diferentes dimensiones que se proponen a partir del modelo.

De igual manera, teniendo en cuenta que una de las categorías a analizar fue roles de las mujeres, es de importancia identificar que según (Podcamisky- Garber, 2006) el rol hace referencia a un patrón organizado conformado por conductas, relacionado con la posición de una persona respecto a una red de interacción que también contempla expectativas relacionadas con la respuesta o acción.

Para la investigación en curso fue de gran importancia identificar los roles que han venido desarrollando las mujeres al tiempo en que llevan a cabo acciones de liderazgo, y es que desde la cultura se ha posicionado que existe una manera específica de organización teniendo en cuenta el sexo de las personas, según Aguilar Montes de Oca, et al. (2013) a la mujer le han sido atribuidos roles relacionados con el espacio del hogar, por ser dadora de vida le han sido asignados roles o labores del cuidado de los hijos/as, padres, madres e incluso de otras personas, en cambio, los hombres han sido vistos como los únicos proveedores, los que se dedican a la cacería, agricultura, cuidado de animales y la guerra. Aunque al hablar de guerra los cuerpos de las mujeres también han sido vulnerados.

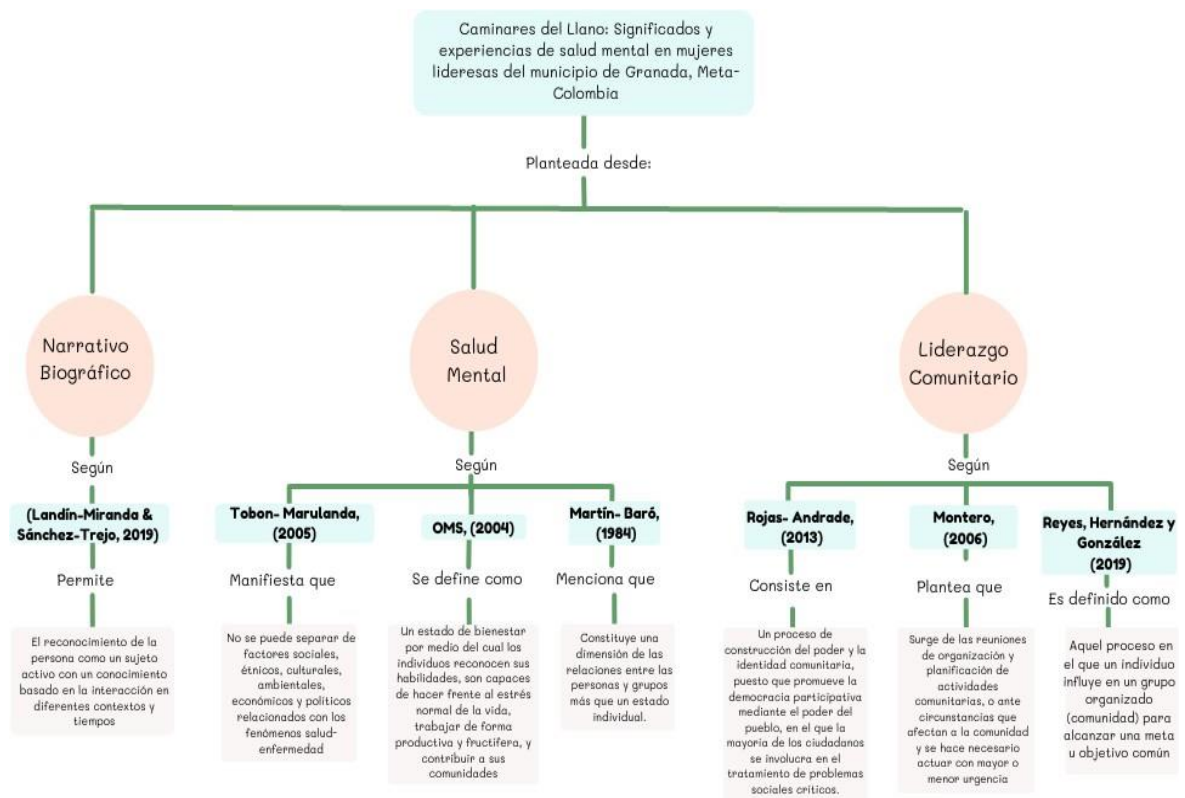
Por último, haciendo mención a lo que implica la utilización del enfoque narrativo biográfico, se plantea que según (Güelman & Borda, 2014) las narrativas deben conllevar un análisis personal tomando como referente un proceso dialógico, intersubjetivo y dinámico, desde lo que

conlleva para la persona situarse en el aquí y ahora, manifiesta que este enfoque permite que haya una construcción colectiva y conjunta del conocimiento.

Así mismo, (Gallego- Noche, 2008) plantea que este tipo de metodología permite que exista una construcción teniendo como base principal los significados que las personas le atribuyen a los hechos sociales, también manifiesta que se posibilita que los sujetos sean quienes elaboren sus propias historias, de modo que al ser confrontados dialécticamente con otros relatos se logre hacer una lectura de la realidad, así como construir una identidad y una cultura a partir de lo expresado, elementos de gran importancia teniendo en cuenta los objetivos del presente estudio.

**Figura 1**

*Mapa conceptual*



**Fuente:** síntesis elaborada por la autora.



## Estado del arte

La búsqueda de las siguientes investigaciones se llevó a cabo por medio de las palabras claves “mujeres lideresas”, “trayectorias de vida”, “lideresas”, “defensoras” y “prácticas de liderazgo”, “salud mental y mujeres”, “*mental health and women*” y “salud mental y mujeres defensoras”, en bases de datos como *Scopus*, *Google* académico y las institucionales de la universidad El Bosque. Esta revisión de fuentes en primer lugar se llevó a cabo con cada una de las palabras de manera individual, luego de esto por medio de operadores booleanos se buscó empleando la frase “liderazgo comunitario *and* salud mental”, así mismo, se llevó a cabo la unión de palabras sinónimas que implicarán la relación entre ambas categorías.

Las trayectorias de vida de las mujeres que desarrollan prácticas de liderazgo comunitario se presentaron como una posibilidad de conocer la influencia que han tenido las experiencias, vivencias y situaciones en sus vidas y en su salud mental. Así mismo, el poder conocer sobre estudios realizados previamente también permitió explorar los aspectos en los que se debe profundizar. Es así como, algunos de los artículos encontrados que posibilitan un conocimiento sobre las investigaciones realizadas son los siguientes:

En el año 2013, Suárez, et al. realizaron una investigación denominada “Voces contra el silencio, memoria contra el olvido. Trayectorias de vida de 25 víctimas del desplazamiento forzado asentadas en el barrio Café Madrid de Bucaramanga” con el objetivo de resignificar la Estación Café Madrid, para que, a manera de reparación, pudiera reconocerse como un lugar de memoria colectiva. Esta investigación tuvo como muestra a 25 personas víctimas de desplazamiento forzado, 7 hombres y 18 mujeres, con edades entre los 18 y 60 años.

De la investigación previamente mencionada realizada en Bucaramanga y para interés de la investigación desarrollada se destacan como resultados, que la mayoría de las personas entrevistadas por el interés de pertenecer a un colectivo hace parte de una asociación de manera que, puedan mediar para lograr la resolución de necesidades que perciben como insatisfechas, así mismo, se destaca que, si bien hay liderazgos en hombres y mujeres, son estas últimas quienes son valoradas y generan una mayor confianza en la comunidad.

De igual manera, esta investigación brindó la oportunidad de conocer qué implicó para estas personas la definición de líder social, siendo evidenciado en sus relatos la visión que se tiene como actores clave, capaces de influir y transformar las decisiones de los colectivos y las personas.

El estudio en Bucaramanga con estas 25 personas manifiesta la importancia de resignificar un lugar de memoria histórica “en donde las propias víctimas decidan cómo enseñar a la comunidad aquello que realmente vivieron y que no podemos repetir, si queremos mirar hacia el futuro”, mostrando, así como través de las trayectorias de vida, de las experiencias y de la juntanza se construye paz y se reconstruyen los lazos sociales. Sin duda alguna, es un estudio que posibilita analizar cómo quienes vivieron las historias son quienes por medio de sus voces pueden llegar a sensibilizar y concientizar a otras personas, sobre las realidades que se viven en el territorio y las afectaciones que estas vivencias dejan a nivel individual para cada persona.

Otra de las investigaciones que resultó importante para tener en cuenta en cuanto a trayectorias de vida y lo que significan los liderazgos fue la de Reyes en el año 2019 llamada “Cambios en las auto narraciones identitarias de mujeres lideresas víctimas de desplazamiento forzado” que tenía por objetivo comprender los cambios en las auto narraciones identitarias de lideresas que han sido afectadas por el desplazamiento forzado, esta investigación fue de tipo descriptivo mediante un diseño narrativo autobiográfico a partir de la construcción de narrativas, “Las

participantes fueron escogidas de manera intencional, residentes y trabajadoras en la ciudad de Bogotá D.C., la muestra fue de cinco mujeres lideresas víctimas del desplazamiento forzado” (p.41).

Esta investigación es de relevancia para la realizada, pues posiciona desde una de las categorías que tenía establecidas el “reconocimiento en las lideresas en aspectos específicos como: valores y creencias, costumbres, actividades preferidas, formas de reconocimiento del territorio, relaciones sociales, rutina de vida” (p. 48). El acercamiento sobre cómo se reconocen las mujeres con liderazgos alrededor de las características mencionadas, permite posicionarse desde sus percepciones y así mismo, el establecer una comunicación asertiva y con un enfoque más específico de relacionamiento.

En cuanto a los resultados se presentan los más destacados teniendo en cuenta la presente investigación, Reyes (2019) destaca por medio de una de las narrativas de las mujeres cómo el ejercer acciones de liderazgo le aporta a la vida como un proceso de sanación e incluso intervención por medio de los espacios en los que participan. Esto teniendo en cuenta que, en los espacios cuentan sus experiencias desde la narración, hasta el momento en el que algunas reconocen la desaparición del dolor.

Así mismo, menciona cómo a través de la información recopilada las mujeres han logrado fortalecer su capacidad de resiliencia, lo que a su vez les permite ser reconocidas por otras personas como una fuente de apoyo. Esto desde las acciones que adelantan como el conformar organizaciones, incidir en la implementación de políticas públicas y reconociendo a las víctimas, sus derechos, en especial los derechos de las mujeres.

A modo de conclusión la investigación desarrollada por Reyes expone que a través de las asociaciones o colectivos las mujeres defienden sus derechos, posicionan y visibilizan sus historias de vida y ratifican desde sus liderazgos el que sus voces sean escuchadas y tenidas en cuenta. Menciona además que, a partir de las narrativas se posibilitó reconocer esta juntanza como una forma de mitigar el dolor y sufrimiento que deja la

guerra. Es de relevancia para posicionar las trayectorias de vida, conocer las implicaciones que cada una de las situaciones y vivencias tiene para las mujeres desde todos sus sentí-pensares.

Otra de las investigaciones encontradas fue la de Casamitjana (2020), denominada “Mujeres constructoras de paz en Colombia: de víctima a lideresas sociales” desarrollada con el propósito de “reconceptualizar la mujer víctima como mujer acción, mujer empoderada, mujer superviviente a partir de sus propios relatos, entendidos como componentes esenciales de la memoria y de las verdades múltiples” (p. 4), esta reconceptualización sería posicionada posteriormente a través de cápsulas audiovisuales que relatan las historias de vida recopiladas, este estudio se llevó a cabo por medio de una exploración documental y de la selección de dos casos de mujeres víctimas/supervivientes del conflicto armado y lideresas. Estas mujeres se caracterizaron en el departamento del Tolima, ubicadas en el sur específicamente.

Casamitjana, (2020) por medio de su narrativa, visibiliza una de las problemáticas que tienen las mujeres que deciden ser lideresas en sus territorios a través del siguiente fragmento:

Ser líder social es como un delito para el Estado. A quiénes lideramos socialmente nos ven como si fuéramos de extrema izquierda: “ese no quiere trabajar”. Y si uno pide los derechos de los demás, peor. En el Cauca ha habido muchos asesinatos... a nosotros aquí, en Río Blanco, de momento no nos han dicho nada, pero ya nos acechan con intención de intimidar. Nos dicen también que nos metemos en lo que no nos importa, “ese problema no es suyo, no se meta...” Hemos tenido muchos conflictos. Yo tengo muchos conflictos por eso, pero sigo ahí (p. 69)

Esta investigación y acercamiento a una de tantas realidades de las mujeres que decidieron usar sus voces, para visibilizar las problemáticas de los territorios y la defensa de una vida digna y con derechos, también posibilita conocer que este ejercicio tiene factores positivos y negativos a nivel general y más aún en lo personal. Casamitjana, (2020) también destaca

en otro relato que, las lideresas tienen un rol que les permite replicar y por medio de la juntanza seguir adelante, desarrollando a la vez un reto que implica conllevar con la amenazas y estigmas hacia sus acciones.

Esta investigación posibilita aún más la importancia de reconocer lo que los procesos sociales significan, para quienes desde estos escenarios y a través de sus voces buscan mejores oportunidades y beneficios para las comunidades. Los relatos de las dos lideresas permiten no solo conocer lo que implica la guerra para las mujeres, sino también, la resiliencia y el fortalecimiento de capacidades y habilidades al que optan algunas para generar garantías de no repetición.

Los artículos previamente mencionados posibilitan, como se ha mencionado a lo largo de la revisión, el conocer de primera mano las percepciones que tienen las mujeres sobre lo que implica el ejercicio del liderazgo comunitario y así mismo; posiciona como desde sus acciones buscan luchar y resistir contra la injusticia social, el estigma, la impunidad, la discriminación. De igual manera, buscan reconstruir un tejido social y de memoria histórica para que las experiencias que tuvieron durante sus trayectorias de vida, no le ocurran nuevamente a otras generaciones y personas.

Así mismo, se identifican investigaciones que se relacionan con la salud mental, A nivel internacional Hawkins, et al., (2021), desarrollaron una investigación denominada “*Promoting the health of refugee women: a scoping literature review incorporating the social ecological model*” que tuvo como objetivo dilucidar cómo los proveedores pueden trabajar con las mujeres refugiadas, para prevenir resultados de salud adversos e intervenir en múltiples niveles para mejorar sus resultados de salud, después del reasentamiento. Así mismo, buscaba identificar el alcance del modelo socio ecológico en estas condiciones, este estudio se realizó a través de una búsqueda en bases de datos que recopila información de los años 2009 al 2019, en la que lograron recopilar 52 artículos, 3 libros y 8 documentos de otras fuentes.

Este estudio estuvo centrado en identificar aspectos en salud como las citas prenatales y la salud mental en las mujeres que cumplían con la condición de refugiadas. En relación con los resultados se evidenció como de los 52 artículos encontrados, únicamente 37 estuvieron centrados en la salud mental de las mujeres refugiadas, los resultados se organizaron a través de categorías basadas en los siguientes temas: violencia y salud mental, apoyo social y el cuidado de la salud.

En cuanto a los temas de violencia y salud mental se destaca que, si bien en la literatura es limitada la información sobre el que sean o no víctimas de agresión sexual o de violencia de pareja íntima, si se destaca la importancia de que, desde la atención que se brinde a estas mujeres se tenga en cuenta que “las jóvenes refugiadas son vulnerables a las experiencias de SA y / o IPV<sup>1</sup> durante el proceso migratorio. Por lo tanto, necesitan atención de salud reproductiva durante el reasentamiento” (p. 4).

En relación con el apoyo social, se destaca como este luego del asentamiento puede contribuir a que se reduzca el aislamiento, se tenga un mayor acceso a servicios de salud, a mediar de una mejor forma el estrés que se genera ante la discriminación por el hecho de ser refugiadas y, a tener mejores condiciones de salud física y mental.

Así mismo, en los resultados identificados a partir de la categoría *Cuidado de la salud*, se visibilizó la dificultad que representa para las mujeres refugiadas la comprensión del funcionamiento del sistema de salud, la atención médica, la problemática de no contar con un seguro médico y la discriminación que se presenta en todos los ámbitos; que imposibilita en ocasiones el acceso a la información.

A modo de conclusión del artículo Hawkins, et al. (2021) destacan que la atención puede cambiar si se establece una mejor comunicación entre

---

<sup>1</sup> Por sus siglas en inglés (SA) Sexual Assault (Agresión Sexual) e (IPV) Intimate Partner Violence (Violencia de pareja íntima)

las diferentes organizaciones involucradas. Esto posibilitaría una atención más oportuna, de igual manera, desde la minimización de barreras para el acceso a los servicios, se enfatiza que, cuando hay un mayor reconocimiento respecto a los roles que desarrollan las mujeres refugiadas y al trabajo desde el diseño de soluciones para la comunidad, se puede mejorar la salud mental de ellas.

Si bien el artículo anterior no guarda una estrecha relación con la investigación realizada, presenta una variable que se debe tener en cuenta para visibilizar lo que implica el apoyo social, las violencias y el acceso no solo a servicios de salud sino también, a servicios a nivel general con relación a la salud mental de cada una de las mujeres que desarrollan prácticas de liderazgo. Incluso resulta relevante poner de relieve que en muchos casos no tienen el estatus de refugiadas, lo que no implica que, el conflicto armado y las vivencias no las obligaran a migrar a otros lugares y tener que adaptarse a otras dinámicas a las que no estaban acostumbradas.

En Latinoamérica, de manera más específica en Guatemala Ortiz, (2015) realizó una investigación llamada “Conductas y condiciones de autocuidado en salud mental de los defensores y las defensoras de derechos humanos de la niñez y la adolescencia” cuyo objetivo fue establecer las conductas y condiciones del autocuidado de la salud mental de los defensores y las defensoras de Derechos Humanos que trabajan directamente con la niñez y la adolescencia.

Es por lo anterior, que en este estudio los participantes fueron profesionales de las ciencias sociales que trabajan en instituciones gubernamentales y no gubernamentales, que tuvieran como uno de los principales ejes la protección y la atención psicosocial a niños/as y adolescentes, así como, la prevención y promoción de sus derechos. En total fueron 36 personas de edades entre 25 y 56 años, a quienes se les aplicó la Escala de Autocuidado para psicólogos clínicos de Guerra, et al., (2008); herramienta que se construyó en Chile para medir la frecuencia de emisión de conductas y condiciones de autocuidado en psicólogos que trabajan realizando psicoterapia o en la atención psicológica.

Según (Ortiz, 2015) en los resultados por medio de la Escala de Autocuidado se evidenció que las “ocho conductas de autocuidado y dos condiciones de autocuidado señalan una puntuación de 23.19 (DE = 5.54) lo que demuestra que los profesionales de las ciencias sociales frecuentemente emiten conductas y condiciones de autocuidado”. (p. 76), así mismo, se manifiesta la necesidad de seguir promoviendo estas acciones como una prioridad pues también se “encontró que el 8.3% de profesionales casi nunca mantiene un autocuidado. Y sólo un 5.6% que mantiene un autocuidado muy frecuentemente” (p. 76).

De igual manera, el autor resalta cómo a través de la Escala de Autocuidado se logró evidenciar que una de las principales conductas y condiciones de cuidado que emplean los profesionales de las ciencias sociales, es el mantener una vida social activa con amigos y familia, el uso del humor en ámbitos laborales y las redes sociales en el trabajo.

No obstante, también menciona cuales son algunas de las prácticas que representan un riesgo para el autocuidado, como lo son “La conducta referida a la supervisión, la conducta sobre actividades recreativas dentro del ámbito laboral, la conducta de mantener una actividad física y la condición de autocuidado sobre adecuadas condiciones laborales” (p. 77).

A manera de conclusión el autor finaliza con una serie de recomendaciones, dentro de las que se encontró el hecho de que “es importante que el profesional sea consciente de su nivel de autocuidado para que pueda recibir atención inmediata para mejorar su salud mental, aumentar su calidad de vida y logro personal” (p.88) y es justamente por esta mención que se presenta como relevante el artículo previamente mencionado, pues pone de manifiesto el que más allá de los profesionales, las personas con un rol de defensa de los derechos y con prácticas de liderazgo vean la salud mental como una prioridad y así mismo, que se pueda identificar cuáles son las acciones que se presentan como un factor protector y cuáles como un factor de riesgo.



Por último, se destaca una investigación nacional llevada a cabo en el municipio de Antioquia por García (2015), denominada “Narrativas sobre salud mental en mujeres víctimas del conflicto armado habitantes del municipio de Caucasia – Antioquia. 2006 -2015”, con el objetivo de explorar las narrativas sobre salud mental, construidas por mujeres víctimas del conflicto armado interno colombiano que habitaron en el municipio previamente mencionado. Para esto, se contó con la participación de 10 mujeres de Caucasia que durante los años 2006- 2010 hubiera sido adolescente o adulta joven, se trató de un estudio cualitativo, de corte narrativo, enmarcado epistemológicamente en la fenomenología – hermenéutica de Paul Ricoeur.

En cuanto a los resultados, estos fueron presentados por medio de unas categorías, entre las que se mencionan las condiciones de vida, García (2015) explica que en su mayoría las mujeres que se entrevistaron mencionaron haber sentido un empeoramiento de sus condiciones de salud física y mental a raíz del hecho victimizante, a su vez siendo mujeres que continuaron con dichas condiciones hasta la actualidad.

Seguido de la categoría sobre los conceptos de salud mental que circularon en las mujeres, en las que se hizo referencia a unas características que implican la memoria, el hacer, el habla coherente y la búsqueda de sentido en la vida, esto a la vez se relacionaba con el hecho de que las personas recordaban lo sucedido para no llegar a olvidarlo.

Así mismo, en esta conceptualización el autor menciona que la salud mental se identifica como afectada de forma directa y necesaria por lo eventos asociados al conflicto armado, implicando que estas afectaciones pueden influir de manera directa en el empeoramiento de la salud física y que incluso esta puede generar afectaciones en otros y su salud mental.

El artículo también hace énfasis en lo que las mujeres perciben como un factor protector mencionando que “el apoyo emocional brindado por la familia y los amigos, movilizado en torno al hecho victimizante, aparece como el principal proceso protector de su salud mental” (p. 51), así mismo,

mencionaron que otro de los factores es el trabajo, ya que “al proporcionar además de ingresos económicos, actividades a realizar que permiten organizar el tiempo de las personas, generan distracciones, y que permiten ampliar la red de amigos y conocidos” (p. 51).

Uno de los factores que se presentan como relevantes según el autor fue el hecho de que poder ayudar a otras personas que también son víctimas y compartir experiencias, se asocia con sentimientos de valía personal, deseos de superación y la solidaridad, sobre todo al percibir lo que el conflicto armado ha implicado para muchas personas, el tener otra persona en la cual reconocerse posibilitó una mayor fuerza interna para sí mismas.

El trabajo comunitario es también presentado como un factor protector en salud mental, y se manifiesta como la realización de acciones comunitaria con personas o grupos en condiciones de vulnerabilidad o víctimas del conflicto armado, desde la apropiación de sentimientos de utilidad personal, pertenencia y encuentros con actividades de ocio y diversión, implicando así factores protectores para la salud mental.

A modo de conclusión la investigación posicionó cómo el hecho de ser víctimas del conflicto armado influye de manera directa y negativa en la salud mental de las mujeres y cómo a partir de estos también surgen factores protectores que, desde el relacionamiento y el tejido social permiten que a través de otras actividades comunitarias o familiares se sobrelleven de mejor manera las experiencias vividas.

Duran- Rocha y San Martín en el año 2022 realizaron la investigación “Propuesta de programa comunitario de alfabetización en salud mental a líderes sociales en el departamento de Antioquia en Colombia” que tuvo como objetivo mejorar la salud mental y el acceso a los servicios especializados ofertados a las víctimas del conflicto armado en dicho departamento.

En el desarrollo del programa comunitario se tomó como base la guía de salud mental comunitaria pionera del observatorio de salud de Asturias, dicha metodología plantea un serie de 6 fases que buscan desde iniciar un

proceso de reflexión sobre el por qué y cómo trabajar salud comunitaria, trabajar juntos en la generación de un Sistema de Gobernanza Local en salud, analizar problemas y necesidades, priorizar acciones, buscar intervenciones a emplear, establecer un plan de acción y valorar el proceso y el cumplimiento del mismo.

Esta investigación pone como actores de cambio a los líderes y lideresas a partir de un proceso co- construido que puede posibilitar transformaciones sociales desde la salud mental comunitaria, haciendo que haya un compromiso, una comprensión y una contribución entre las condiciones de salud mental y el servicio de salud.

Otra de las investigaciones consultadas a nivel nacional fue la realizada por Angel-Rojas, Braydi-Reyes y Vargas- Delgado en el año 2020 que tuvo por nombre “significados construidos de los líderes y lideresas en torno al suicidio en la comunidad LGBT del departamento del Meta” con el objetivo de identificar esos significados que han sido construidos por los líderes en el departamento, con base a esta investigación se logró conocer que, dichos significados han sido elaborados con base a la ideación, intento o consumación del suicidio debido a que se presenta como una alternativa respecto a la negligencia, abandono, discriminación social y estatal.

Con base en lo anterior, las investigadoras manifestaron que, los procesos de liderazgo que desarrollan las personas resarcan las ausencias y carencias por parte de las estructuras sociales, se convierten en factores protectores ante los factores de riesgo. Respecto a la atención en salud mental que recibe la comunidad LGBT se reitera que es inoportuna y planteada sin un enfoque territorial y diferencial.

Esta investigación contribuye en la visibilización de las implicaciones y significados relacionados con la salud mental que van construyendo las lideresas a partir de las experiencias, resistencias y situaciones que identifican desde la cotidianidad.

A modo general de la revisión realizada se manifiesta la importancia de realizar investigaciones que visibilicen la construcción social que se hace en torno a lo que significa la salud mental. Esto para contar con herramientas que permitan no solo identificar las percepciones de las personas, sino

también, hacer uso de esa conceptualización para llevar a cabo las acciones en salud mental de manera asertiva y desde un enfoque territorial y diferencial.

Durante la revisión se evidenció que, si bien son pocos los estudios referentes a esta propuesta, hay artículos y documentos que evidencian estudios en salud mental y que pueden ser referentes en diferentes aspectos para tener en cuenta sobre la realización de investigaciones con mujeres lideresas. El lograr desarrollar insumos que permitan identificar la manera en que las mujeres conciben la salud mental es sumamente importante de modo que se contaría con una línea base desde la comprensión, también el hecho de ver la forma en que esta se relaciona con las experiencias de liderazgo comunitario, implicará una oportunidad de conocer la manera en que se ven reflejadas desde las acciones cotidianas y la práctica, de modo que, también se tenga un panorama un poco más amplio respecto de lo que conlleva ser lideresa, de las implicaciones que esto tiene para sus vidas desde la salud mental.

En el estado del arte se evidenció que las acciones de liderazgo le aportan a la vida como un proceso de sanación e intervención, así como la posibilidad de fortalecer sus capacidades y habilidades de manera que, aporten a acciones de no repetición, así como, el hecho de llegar a ser parte de la reconstrucción del tejido social. Por último, se encontró que hay un reconocimiento de las personas que se definen como líderes sociales capaces de transformar las decisiones de los colectivos y las personas, se evidenció como quienes también han sido víctimas de violencias sociopolíticas y basadas en género; son quienes han buscado visibilizar por medio de sus voces las realidades de las comunidades y las afectaciones que estas ocasionan.

## **Metodología**

### **Tipo y diseño del estudio**

La presente investigación tuvo un enfoque cualitativo que según (Vasilachis de Gialdino, 2006) una de sus características es el interactuar con las personas en su propio ambiente, hablar el mismo lenguaje teniendo en cuenta sus propias dinámicas, así mismo, menciona que por medio de este enfoque se pueden usar diferentes métodos para realizar el registro de los datos; datos que de hecho son:

Descriptivos, ricos, son las palabras de los entrevistados, ya sea habladas o escritas, y/o la conducta observable; el análisis de la información es no matemático; se intenta captar reflexivamente el significado de la acción atendiendo a la perspectiva del sujeto (p. 68)

Es justamente por la importancia de las narraciones de las mujeres lideresas que se empleó este enfoque, debido a que el interés principal fueron cada una de las experiencias que las mujeres tuvieron por contar, así como esa construcción personal que han realizado frente al concepto de salud mental y frente a la forma en que se dan las prácticas de liderazgo desde cada uno de sus intereses. De igual manera, se destaca que fue un estudio de tipo biográfico, por medio del cual se “concibe al individuo como el producto, el actor y el productor de toda su experiencia” (Cornejo, 2006).

### **Método del estudio**

La investigación fue desarrollada desde un método narrativo biográfico que según (Landín-Miranda & Sánchez-Trejo, 2019) permite el reconocimiento de la persona como un sujeto activo con un conocimiento basado en la interacción en diferentes contextos y tiempos. Refiere que con este método se puede dar cuenta de ese conocimiento, teniendo en cuenta el trabajo de la narración que implica un proceso de memoria para evocar

experiencias, imágenes, recuerdos, ideales, sentimientos, significados y aprendizajes desde un determinado espacio y tiempo.

Comprendiendo la razón de llevar a cabo una investigación en la que los significados otorgados por las mujeres tengan el reconocimiento y la visibilización esperados, se reitera la importancia de conocer lo que implica la narración que fue sin duda alguna uno de los elementos claves, según (Landín-Miranda & Sánchez-Trejo, 2019)

Narrar es relatar, contar, informar acerca de algo, algo que lleva un sentido, tanto para quien lo narra como para quien lo escucha o lo lee. Narrar es un proceso que activa la reflexión para dar sentido a la experiencia vivida y develar los significados construidos generados por la relación que las personas establecen con su mundo (p. 229)

La forma en que se llevaron a cabo cada una de las narraciones fue partiendo de un enfoque hermenéutico que posibilitó la interpretación de los textos y desde lo que implica el curso de vida, en especial lo que implica el reconocimiento de las trayectorias de vida, que para la presente fueron entendidas bajo “la noción de trayectoria como serie de las posiciones sucesivamente ocupadas por un mismo agente (o un mismo grupo) en un espacio en sí mismo en movimiento y sometido a incesantes transformaciones” (Bourdieu, 1997, p. 82). Así mismo, el autor pone de manifiesto cómo considerar que la vida es únicamente una serie de situaciones sucesivas sin ningún tipo de vínculo más allá del hecho de asociarse a un solo sujeto es una cuestión absurda, lo anterior reconociendo que la vida está sujeta a un sinnúmero de acontecimientos que tienen implicaciones para la toma de decisiones, para la resolución de los conflictos que se presentan y para la forma en que se reorientaron los caminos de las personas.

Según Blanco y Pacheco, (2003)

Las trayectorias abarcan una variedad de ámbitos o dominios (trabajo, escolaridad, vida reproductiva, migración, etc.) que son interdependientes. Así, esta perspectiva teórica pone especial énfasis en el análisis del entrelazamiento de las trayectorias vitales, tanto en un mismo individuo como en la relación de éste con otros individuos o conglomerados (de manera muy importante con la familia de origen y procreación) (p.163)

Lo anterior, anteponiendo la importancia de que cada una de las decisiones que se toman, repercuten de manera positiva o negativa en los diferentes entornos en los que se desenvuelven las personas. La razón por la que se plantearon trayectorias de vida y no otras orientaciones de recopilación de experiencias, es justamente debido al reconocimiento que se hace de cada una de las vivencias y cómo a partir de estas surgen nuevas experiencias, es debido al hecho de que se reconoce a la persona como un sujeto en constante cambio y en búsqueda de comprender cómo responder ante modificaciones en su curso de vida. Es una herramienta que posibilita partir del contexto y de las percepciones de realidad, que tienen quienes debido a diversos acontecimientos incontrolables e imprevistos para plantearse nuevas posibilidades de vida y en ocasiones de proyectos de vida y objetivos individuales o a lograr en colectivo.

Según (Lera, et al, 2007)

Es importante que en nuestras prácticas de intervención profesional - institucionales, comunitarias, académicas, investigativas, gremiales- no dejemos “escapar la vida” de los sujetos con quienes trabajamos, sus trayectorias, sus afectos, sus potencias, sus preocupaciones, recuperando la pasión y la vinculación a la realidad desde una mirada crítica, analítica, fundada, sensible, comprensiva y conocedora de la complejidad de cada situación singular. Una mirada integral, contextualizada y, a la vez, atenta a los pequeños detalles

de la vida cotidiana de los sujetos (en familias, en grupos, o dispersos por “no lugares”) (P. 38)

Por último, se plantea que la metodología a emplear para la investigación fue mediante la construcción de narrativas, orientadas por preguntas dirigidas a conocer las prácticas de liderazgo y las percepciones, sentidos o significados que tuvieran las mujeres lideresas sobre la salud mental.

### **Participantes**

Para la muestra a entrevistas se contó con la participación de seis (6) mujeres lideresas pertenecientes a la veeduría por la dignidad de la mujer granadina del municipio de Granada, departamento del Meta que se encuentran en un rango de edad entre 57 y 65 años, reconocidas como mestizas y dos de ellas son mujeres con condiciones de discapacidad. Estas mujeres han desarrollado acciones de liderazgo desde hace por lo menos 10 años en el municipio y otros municipios del departamento. De igual manera, se destaca que las entrevistas fueron analizadas por medio del programa N-Vivo.

### **Criterios de inclusión**

-Mujeres que llevaban más de 6 meses siendo parte de la veeduría al momento de la entrevista.

-Mujeres que estuvieron interesadas en participar de manera voluntaria de la investigación.

### **Criterios de exclusión**

-Mujeres que no habían participado en las actividades y asambleas de la veeduría desde hace más de 3 meses.



-Mujeres que siendo parte de la veeduría tuviesen actividad laboral en instituciones del Estado

-Mujeres hayan estado vinculadas a instituciones del Estado dos meses antes de vincularse a la veeduría.

### **Plan de análisis**

En el marco de la implementación de la investigación se tuvo en cuenta la terminología empleada por las mujeres, en el contexto para la formulación de las preguntas a resolver con las participantes durante la construcción de narrativas y espacios de reflexión colectiva, de manera que, se comprendieran las acciones, así mismo, al especificar la identificación de las trayectorias de vida del colectivo resultó imprescindible poder analizar la información desde las siguientes categorías: Salud mental, prácticas de liderazgo, experiencias de salud mental, liderazgo comunitario, trayectoria de vida y roles de las mujeres, de igual manera, se desarrolló un análisis con base en las relaciones que identificaron las mujeres entre los significados de salud mental desde sus experiencias y las prácticas de liderazgo comunitario.

El análisis de la información se llevó a cabo por medio del programa N-vivo, iniciando por una distinción de las trayectorias relatadas desde lo individual y desde cada una de las experiencias, reconociendo durante este, sí se identificaban o no las categorías propuestas o si llegado el caso, surgieran otras que no estén contempladas, una vez que se tuvieron los hallazgos de la construcción de narrativas se detallaron los elementos en común encontrados entre las mujeres de la organización.

Así mismo, resultó de importancia que desde los instrumentos empleados se conociera la trayectoria de vida en clave de la situación que las condujo a ser parte de un proceso organizativo, el propósito de su participación y sobre todo el papel que cumple el ser lideresa en sus vidas, la influencia del liderazgo comunitario en las dimensiones biopsicosociales

y espirituales en sus sentires y pensares y por último, la identificación de las experiencias de salud mental vistas desde lo que para ellas significa.

### **Consideraciones éticas**

La investigación fue desarrollada desde los parámetros en psicología a tener en cuenta y descritos por el congreso de Colombia en la ley 1090 de 2006 “por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de psicología, se dicta el código deontológico y bioético y otras disposiciones”, por lo que, se hizo énfasis en los principios éticos generales dispuestos para la realización de toda investigación con seres humanos y el hecho de que debe llevarse a cabo de acuerdo con los principios de Beneficencia, respeto por las personas y no maleficencia.

En cuanto al respeto por las personas, según el Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médicas (CIOMS), (2002) se tuvo en cuenta la autonomía de cada una de las participantes ante las decisiones y ante su capacidad de autodeterminación, así mismo, desde cada uno de los procesos y entrevistas realizadas se tuvo siempre presente el estado emocional de las participantes, su disposición y las situaciones por las que estaban pasando, se veló por que el espacio fuese percibido como un escenario de confianza, seguridad y confidencialidad.

De igual forma, el Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médicas (CIOMS) plantea que el principio de Beneficencia hace referencia a la obligación que se tienen como investigador a minimizar el daño durante el estudio, protegiendo el bienestar de las participantes, lo que iría en relación con el principio de no maleficencia de no causar daño a las personas.

Teniendo en cuenta lo dispuesto por el ministerio de salud en el año 1993 en la resolución número 8430 por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud, esta investigación se planteó según el artículo 11 como una investigación con

riesgo mínimo, sin embargo, teniendo en cuenta que fue desarrollada bajo un método de construcción de narrativas, en las que era probable que surgieran experiencias relacionadas con situaciones de violencias basadas en género u ocasionadas por hechos ocurridos en el marco del conflicto, se tuvieron en cuenta las disposiciones y la atención en primeros auxilios psicológicos según fueron requeridos y necesitados durante el proceso de investigación (**Protocolo de contención y ruta de remisión al servicio de salud**).

Así mismo, para el estudio se realizaron varios momentos que fueron de importancia para la participación de las mujeres lideresas, un primer momento consistió en el diligenciamiento de una carta en la que la organización manifestó su autorización e interés para hacer parte de la investigación, de manera que, se soportara su participación y el uso del nombre de su colectivo como grupo referente para la presente, la veeduría por la dignidad de la mujer granadina se caracteriza por el proceso de control social que ha llevado a cabo en el municipio de Granada y además, se destaca porque es un grupo conformado por mujeres que también hacen parte de otros procesos organizativos y que llevan toda una trayectoria en el departamento del Meta, con base en esto, las participantes de esta investigación fueron quienes manifestaron estar interesadas en participar de manera voluntaria, quienes contaron con el tiempo disponible y sobre todo quienes desarrollan prácticas de liderazgo desde por lo menos 6 meses. Esta focalización se llevó a cabo por medio de la representante legal, fue ella quien como concedora del proceso, sugirió a mujeres que estaban interesadas para posteriormente posibilitar un acercamiento en el que se comparta información sobre la investigación realizada.

Para la participación en la investigación las lideresas debieron firmar un consentimiento informado, que se diligenció el mismo día que se concertó para la entrevista, fue uno de los primeros elementos que se compartió con las mujeres, dejando claridad sobre el alcance, las expectativas y también implicaciones que involucró e involucraría el hacer parte del proceso. Desde la investigadora se mantuvo una comunicación constante sobre el proceso y sobre cada uno de los avances que se fueron





## Resultados

Respondiendo al objetivo planteado de comprender la descripción que hacen las mujeres líderes de la veeduría por la dignidad granadina en el municipio de Granada (Meta), con relación a los significados que le otorgan a la salud mental, desde sus experiencias de prácticas de liderazgo comunitario, se realizaron entrevistas semiestructuradas en una muestra de 6 mujeres. En coherencia los resultados se corresponden con categorías analíticas propuestas en el plan de análisis desde la contemplación de los significados de salud mental y las experiencias y prácticas de liderazgo comunitario, evidenciadas de la siguiente manera: Salud mental, Experiencias en salud mental, Prácticas de liderazgo, Trayectoria de vida y Roles de las mujeres. De igual manera, es importante puntualizar que se usó la codificación teórica, que comprende tres pasos: abierta, axial y selectiva, en los que se identifican los significados que tienen los fragmentos del material recogido generando afinidad con una categoría, se identifican las relaciones para obtener subcategorías y se termina en un esquema teórico mayor de categorías y subcategorías que en conjunto explican el fenómeno de estudio (Corbin & Strauss, 2011). La siguiente figura (22) muestra la estructura del mapa del proyecto.

**Figura 2**

*Mapa de proyecto exportado de N-vivo*



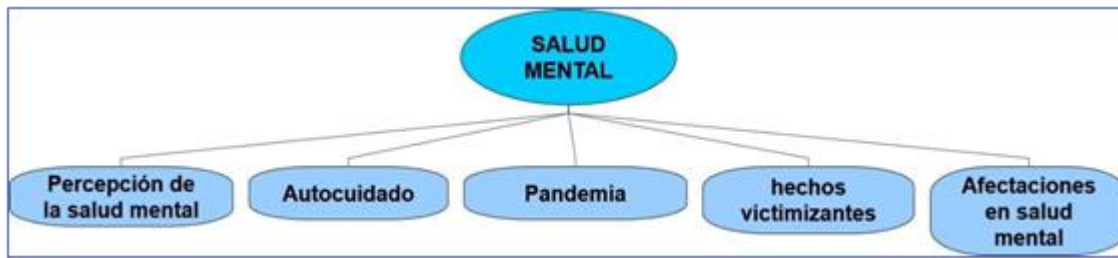
Fuente: elaboración propia

En ese sentido, en la primera categoría *Salud mental* se aborda todo el tema de cómo se concibe este concepto por parte de ellas, cómo les afectó el confinamiento generado por la crisis sanitaria del COVID-19, los tipos de violencias a que han estado expuestas y las afectaciones en salud mental. En las *Experiencias de salud mental*, se documentó la relación que se establece entre la salud mental y el liderazgo, las opiniones centradas en los aportes o lo que ellas expresan que pasa con su salud mental en el marco del liderazgo, las experiencias a partir de esto y las estrategias de autocuidado reportadas. En el *Liderazgo comunitario*, todo lo que ellas enumeraron sobre los elementos que lo comprenden, como el trabajo en equipo, la participación, y la incidencia, entre otros.

En la categoría de *Roles de las mujeres*, se describen todos los demás roles que desempeñan las mujeres que ejercen el liderazgo comunitario, así como, los desafíos que se presentan a partir de las complejidades para cumplir con las responsabilidades propias de su vida personal y cotidianidad y los compromisos adquiridos al hacer parte de una de estas asociaciones. La categoría *Trayectoria de vida*, se nutre de las historias más significativas que ellas narran en lo personal y lo que refieren frente a la motivación para seguir construyendo liderazgo. Finalmente, en las *Prácticas de liderazgo*, todas las acciones que enmarcan este quehacer y que le dan sentido a lo que ellas hacen

### **Salud mental Figura 3**

*Esquema organizativo para la categoría de salud mental*



Fuente: elaboración propia

Las entrevistadas conciben la salud mental desde el sentimiento de estar bien y asimilar lo cotidiano, refieren lo psicológico, el entorno, el ámbito laboral y las diversas causas por las que se afecta la salud mental. Una de las participantes lo expone de esta manera: “(...) salud mental son muchas cosas, salud mental también es psicológico, es también mi entorno, es también a veces mi propio trabajo. Lo que yo te digo porque a veces uno se carga demasiado de las cosas, de los problemas de los otros, pues a mí me va a afectar. Por eso uno a veces tiene que desahogarse con otras personas, lo que uno recibe, sacarlo porque la salud mental se va afectando por muchas causas”, (Participante 5, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

La anterior participante también mencionó que la salud mental esta en cada una de las acciones que realizan “Sí son cosas sencillas, pero muy lindo, a veces uno no tiene que hablar, escuchar a la otra persona y ya, la otra persona, uno solamente lo escucha, la deja hablar y le da un abrazo a uno, y gracias, Nora, porque me escucho y ya, o sea, yo pienso que la salud mental está, hay miles de cosas que le ayudan y que también la afectan”.

Respecto a lo que significa la salud mental para las mujeres lideresas se hizo énfasis en que requiere estar en un estado pleno de bienestar debido a los casos que se acompañan y las situaciones que se vivencian cotidianamente, “Significa que uno debe estar muy bien, muy bien en su cabeza, muy bien de todo, desde su cuerpo, todo, su entorno familiar, de todo, porque si yo estoy bien en todo, en mi entorno familiar, entonces yo



estoy bien en mi cabeza también sí o no, pero si estamos mal en el entorno familiar y todo eso y siguen haciéndolo más daño y todo pues se va a poner más mal” (Participante 2, comunicación personal. 8 de octubre 2022)

Así mismo, refirieron el significado que tiene para cada uno de sus procesos como lideresas, mencionando que implica “mucho porque si nosotras no estamos bien de la salud mental como hacernos para aconsejar a otros, cómo hacemos para decirles venga por aquí no es si estamos peor que ellas, entonces tenemos que ser muy conscientes de eso, yo por ejemplo yo siempre le digo a las mujeres ustedes tienen que ser conscientes si tiene un problema hablen, si no me quieren hablar a mí ya busquen su amiga, su mamá o a quien sea o una amiga” (Participante 3, comunicación personal. 8 de octubre 2022)

De lo anterior, para ellas se desprende la noción de autocuidado, dado que, el trabajo que hacen implica enterarse de muchas problemáticas, por lo que, esto podría afectar tanto su salud mental, como el ejercicio mismo de liderazgo. En coherencia, se han generado para sí mismas y para las demás mujeres estrategias de autocuidado que se expresan en talleres, salidas y espacios de escucha activa donde se gestionan diversas problemáticas. Una participante expone su opinión al respecto de esta manera: “nosotras decimos: a veces uno escucha tantas personas, que se carga de tantas cosas y uno, a veces decimos nosotras ¡uy vámonos para una finca, desahoguémonos, escuchemos el ruido de los árboles, de los pajaritos! y eso, para poder descargar porque somos conscientes de que todo eso nos afecta (...)”, (Participante 5, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

Unido a lo anterior, la pandemia y experiencias previas con múltiples violencias ha impactado la salud mental de estas mujeres, al respecto informan que: “La salud mental es algo que nos perjudica a muchos, nos hace... porque yo he sido... la salud mental, es decir, en el tiempo de la pandemia fue una problemática tenaz, porque luchaba más para conseguir la comida, eso es algo que lo hiere a uno, eso es una problemática, hubieron muchas separaciones de parejas, bueno muchas cosas, a mí me tiene marcada, en este instante tengo esa problemática, que llegó al extremo, estoy amenazada por parte de la pareja que tengo, que él dice que él me mata,

entonces para mí es algo que lo perjudica mucho”, (Participante 4, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

Unido a las violencias de género, relatan hechos victimizantes, —delitos y situaciones en el marco del conflicto armado— como desapariciones, amenazas, reclutamiento forzado, homicidios de familiares, entre otros, por lo que refieren afectaciones en su salud mental: “A mí me parece muy importante la salud mental para las lideresas, que haya alguien que le ayude a uno para eso, porque queda secuelas. Yo sufrí mucho la violencia, pero no sufrí como muchas que han sufrido peor que uno, porque yo fui desplazada de Nariño por la violencia, porque no se podía trabajar ni nada, por eso nos venimos, pero en Toledo también fue porque me iban a reclutar a mi hija, mi hija tenía 13 años y me la iban a reclutar y dije ¡no yo prefiero mandar a mis hijas! y las mandé para fuera y yo me quedé, estaba trabajando en un almacén me quedé, pero después de que ya se vinieron ellas, empezaron a tomarme a mí como represalias y entonces yo también me vine, pero no fue más, pero hay muchas mujeres que sufrieron tantas cosas, tantos vejámenes que les hicieron ¡eso no!”, (Participante 2, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

#### **Experiencias de salud mental Figura 4**

*Categorías y subcategorías de Experiencias en salud mental*



Fuente: elaboración propia

En cuanto a las experiencias que narran sobre salud mental, refieren ayuda a sus compañeras en momentos de crisis y acompañamiento para hacer las denuncias, entre otras. De manera específica describen mayormente la relación entre liderazgo y salud mental, desde las afectaciones que se dan para quien ejerce, dado que, se expone a múltiples relatos y situaciones estresantes: la siguiente cita resume la opinión al respecto por parte de una entrevistada: “En el sentido, por ejemplo, de que le decía uno lleva las cargas y siempre le afecta la salud mental, porque pues yo digo que salud o sea lo que yo entiendo por salud mental, por ejemplo, es como llevar uno y como saber uno también llevar, es que uno tiene también que saber cómo va a llevar todos estos procesos, cómo los debe... (llevar) para que no le afecte a uno la salud mental, porque si uno se deja llevar por las cosas yo creo que no estaría uno ni contando el cuento...”, (Participante 1, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

No obstante, también las entrevistadas, hacen referencia a los aspectos que aportan desde el liderazgo a su salud mental en positivo: desde este punto de vista, refieren la satisfacción de hacer las cosas bien y los avances que ven tanto en ellas mismas como en las mujeres a quienes les hacen acompañamiento. El reconocimiento de la gente con que trabajan, el aprendizaje de procesos propios y la mejora en las estrategias de afrontamiento, entre otros aspectos que favorecen sus estados de ánimo y la percepción de sí mismas. Con referencia a este tema lo expone una participante de esta manera: “(...) sí, yo digo que me ha gustado una que... una señora... no me acuerdo como se llama el laboratorio, pero ella mantenía muy baja, una salud muy baja. porque no tenía sus prótesis. Entonces alguien toco esa puerta y le dijeron, acá estamos, ¡venga! y le regalaron las dos; y entonces eso nos llenó de emoción y eso para mí fue ¡una felicidad inmensa de verla como lloraba con sus prótesis! y feliz, porque le habían dado ese regalo, entonces eso me motiva, todo eso”, (Participante 4, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

## Liderazgo comunitario Figura 5

*Categorías y subcategorías de Liderazgo comunitario*



Fuente: elaboración propia

El liderazgo se define desde el trabajo comunitario y la identificación de necesidades de sus entornos, con un marcado compromiso y respeto por lo que se hace, la siguiente participante lo resume así: “El liderazgo comunitario es el buscar el bien de toda una comunidad, el bien en lo físico, en lo psicológico, ¿sí? por lo menos los niños están bien, si las familias están bien pues va a tener un ambiente agradable, por ejemplo, el aseo del barrio, los árboles, bueno, todo ese entorno que sea un entorno agradable, que no... lo de riñas, de discusiones, o por lo menos las cantinas a todo volumen, por lo menos teníamos problemas con dos cantinas, con dos bares que habían y pues gracias a Dios se lograron erradicar, entonces pues son muchas cosas que se hacen”, (Participante 5, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

Derivado de lo anterior, describen las características que tiene una buena líder; por lo que, desde los distintos discursos enumeran la responsabilidad, honestidad, empatía, y escucha activa, entre otras cualidades necesarias para este tipo de trabajo: una participante lo expone de la siguiente manera: “Mujer lideresa: definirla es... ser lo que es la

persona, ayudar a las demás, no ser conflictiva con nadie, sino dialogar porque la conflictividad no genera nada, ser amable, responsable con lo que hace, con lo que dice. Otra cosa que me parece muy importante es ser auténtica, ser uno... que aquí soy una y aquí soy otra, ¡no! ¡ser lo que es! lo que soy hoy aquí, aquí y en cualquier parte son la misma, eso es lo que es una líder y a escuchar a todos, a todo el mundo hay que escuchar, sea conocido, sea desconocido, todo el mundo somos iguales”, (Participante 2, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

De igual manera, el liderazgo para ellas está ligado a los procesos de incidencia y describen todo lo que han logrado gracias al ejercicio de este y a la visibilidad que se tiene una vez que se organizan en torno a un objetivo. Una de las participantes lo describe así: “yo si me siento... ya me siento satisfactoria con todo lo que he hecho, muchas amigas tienen su negocio gracias a mí esfuerzo, a mis cosas que hago por allá, a mi liderazgo que les han dado y hay muchas que tienen sus tienditas y me agradecen eso, me dicen: doña Nancy gracias a esa tiendita ahí estoy vendiendo mi librita de arroz, mi panelita, y hago para mi comidita para mí es muy bonito eso (...)”, (Participante 1, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

Unido a lo anterior está la participación, el trabajo en equipo e interdisciplinario, dado que, aunque ellas ya cuentan con unas herramientas para resolver algunas problemáticas identificadas, esto les permite utilizar las capacidades individuales y fomenta el sentido de seguridad y autoestima. De igual manera, posibilita la coordinación y la cooperación de todas las mujeres, generando cohesión y aprendizaje mutuo. Las participantes exponen su opinión así: “Lo otro para estar... conocer más compañeras, estar allí unidas en un trabajo en equipo, donde luchamos por una causa, por una sola causa, por los derechos de todas, eh eso le alegra a uno y yo, por ejemplo, digo uno mantiene ocupado, uno tiene la mente uno es allá, porque uno sale de aquí de los problemas de la casa y uno llega allá y llega otra vez a la casa despejado de todo (...)”, (Participante 1, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

También el liderazgo depende de la motivación, por lo que, es un elemento esencial que debe mantenerse en el tiempo, que se nutre de todo el trabajo que ellas realizan: “(...) es algo muy bonito, porque uno o sea no necesariamente necesito la luz de los ojos para mirar la alegría o la satisfacción con la que ellas se van, después de una buena charla, de una buena... de compartir algo, entonces es algo como tan bonito, que lo motiva a uno que cada día siga adelante, a seguir adelante”, (Participante 6, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

Este último aspecto está muy relacionado con el reconocimiento y la valía personal, que también se configuran como elementos vitales para poder ejercer el liderazgo comunitario y por supuesto también aporta a la salud mental. La siguiente cita lo resume: “Yo pienso que muy grande, a mí me ha llenado muchos espacios, yo pienso que si no hubiera sido, ni hubiera tenido ese liderazgo cuando pasó toda esa historia triste de mi esposo, de mi hermano y todo eso, yo no hubiera podido salir adelante, porque son cosas muy difíciles, pero el ser líder, lo que yo he dado la gente me lo devolvió en cantidades, más de lo que yo había dado, el apoyo psicológico, el apoyo de sentir las personas alrededor de uno, ¡eso fue maravilloso!”, (Participante 6, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

Finalmente, en esta categoría las entrevistadas exponen los riesgos asociados al ejercicio del liderazgo, describiendo la prudencia que les toca tener para comunicar (o no comunicar) en los diferentes espacios donde se mueven. Una de ellas lo expone de esta manera: “Sí, lo que pasa, sí, uno a veces hay espacios donde no puede hablar uno, porque usted sabe nosotras como lideresas corremos un riesgo, uno mira los espacios donde uno puede hablar y no puede hablar, porque como lideresas tenemos que cuidar esa parte. Aunque uno dice bueno, ya uno sabe que hoy en día no es como primero que uno no hablaba, porque aun anteriormente había mucha inseguridad, mucha eso... y hoy en día no, porque se sabe qué se puede decir y que tampoco mucho no, pero sí ya ha sido algo como que uno ya no le da como ese miedo de hablar (...)", (Participante 1, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

## Roles de las mujeres Figura 6

*Esquema organizativo de la categoría de Roles de las mujeres*



Fuente: elaboración propia

Dentro de los roles que desempeñan las mujeres unido al liderazgo, están principalmente los domésticos, de maternidad, de pareja y asociados al trabajo. Hay conciencia de la importancia de la mujer en la sociedad y sus distintos roles, por lo que, expresan con orgullo la percepción que tienen sus familias acerca de las múltiples facetas en que se desempeñan y el ser una figura referente y significativa en los proyectos de vida de sus cercanos; una de las lideresas, lo expresa de esta manera: “Para mi vida pues significa mucho, porque he ayudado a mucha comunidad y es algo que le he enseñado a mi nieta, tengo una nieta de 6 años, y yo le digo ¿mami qué quiere ser? Y me dice mami yo quiero ser líder como usted y yo le digo hágale, mamá, usted cuando yo me muera va a ser una grande lideresa, sí mamá, entonces para mí significa mucho, dejarles un legado a mis niñas”, (Participante 4, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

El rol laboral lo desempeñan en mayor medida en trabajos informales, que tratan de armonizar con la vida familiar y comunitaria, ya que, muchas expresaron ser madres cabeza de familia, lo que agudiza su situación socioeconómica de manera significativa. De igual forma, en muchos casos refirieron tener pareja, y la complejidad que les ocasiona esto para la asistencia a las reuniones y actividades asociadas al liderazgo. Tienen familia extensa, nueras, nietos, sobrinos, etc. que demandan tiempo y

recursos personales por lo que, expresan un conflicto Inter roles. No obstante, refieren mediar para poder asumir las responsabilidades con el compromiso y la continuidad que se requiere. Una de ellas expresa su opinión al respecto: “Bueno a veces se complica un poquito por el tiempo, por el tiempo, porque uno a veces está muy ocupado y, o sea, en las dos partes lo necesitan mucho, entonces es un momento que deja de ser uno para ser las otras personas, por ejemplo, uno a veces no tiene tiempo para almorzar, para desayunar, toca comer rápido o en el camino come, bueno voy allí, voy allí y así, es un poco uno deja de vivir uno para vivir por los demás.”, (Participante 5, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

### Trayectoria de vida Figura 7



Fuente: elaboración propia

En esta categoría es importante puntualizar que todas las opiniones expuestas enuncian abandono por parte del Estado, la siguiente cita resume la idea al respecto: “Pues yo digo que... porque nosotras que hemos ido por allá a esas veredas, las mujeres dicen ¡no, es que por aquí no vienen las instituciones, las instituciones no vienen, las únicas que miramos es a ustedes aquí! y la gente se siente como bien, las mujeres se sienten... en el momento que uno va encuentra casos y donde uno los enrutan de una vez, entonces la gente, la población dice no, esto está bien, y nosotros como mesa



estamos organizando (...)", (Participante 1, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

La historia de vida y la motivación para ejercer liderazgo comunitario están muy relacionadas, por lo que las participantes relatan vivencias en sus contextos de origen. En primer lugar, comunican que en su familia alguien sirvió de referente, siendo una persona que admiraban por su entrega y su compromiso con la comunidad. Esto motivó seguir los pasos y tomar iniciativa en términos de liderazgo comunitario: "Yo toda la vida me gustó ser líder, desde muy niña, porque mi papá fue un gran líder acá en este municipio, entonces toda la vida me gustó ser líder, lo que pasó fue que cuando yo tuve a mis hijos, como yo soy madre cabeza de familia, me tocaba trabajar mucho, entonces no podía ser líder porque cómo, si me tocaba trabajar mucho también, pero yo siempre ayudaba a las demás, yo bregaba a sacar tiempito. Después de que mis hijos fueron creciendo y todo ya empecé a tener más fuercita, entonces empecé ya yo a liderar más y lideré mucho cuando estuve por allá en un sitio que se llama el Charco, ¿Cómo se llama eso? en Nariño", (Participante 2, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

En segundo lugar, otra de las motivaciones que expresaron para ejercer liderazgo comunitario, es el contexto socioeconómico de procedencia, y las experiencias cercanas con la violencia de todo tipo al que han estado expuestas: "¿Qué me motivó? A mí me motivó viendo tantos, tantas mujeres maltratadas, porque hemos tocado puertas y hay mujeres que, -yo tengo un local- y llegan muchas mujeres y me dicen: ¿usted es esto y esto? Yo les digo sí ¿Por qué? Y me dicen colabóreme, mire que tengo un problema, mi marido me maltrata, el vecino me va a dar machete, mi vecino me trató mal, entonces eso me motivó, ayudarlas a ellas para que defiendan sus derechos, porque son mujeres que callan, al igual cuando yo callé y es algo que me... mejor dicho, sufrí, entonces eso me motivó a ser parte de la veeduría para ayudar a otras mujeres", (Participante 4, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

## Prácticas de liderazgo Figura 8

*Esquema categorías/subcategorías Prácticas de liderazgo*



Fuente: elaboración propia

Esta categoría englobó todo lo referente a las acciones que las entrevistadas consideran hacen parte del liderazgo comunitario. En ese sentido, el liderazgo se expresa en diversas prácticas como la sensibilización sobre temas de violencia, la socialización de rutas de atención y la capacitación de tópicos que tienen alta relevancia práctica en sus contextos. Una de ellas lo refiere así: “Entonces, yo diría que todos estos espacios y todos estos aprendizajes nos han dado mucho para nosotras poder seguir adelante, poder seguir y fortalecer a otras mujeres y seguir este proceso, porque nosotras nos vamos al rayo del sol todo un día por allá trabajando, entregando la ruta de atención a las mujeres (...)”, (Participante 4, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

En este marco también se realiza acompañamiento a las mujeres, por ejemplo, para poner una denuncia por violencia intrafamiliar, talleres de formación que les permiten replicar la información que reciben de parte de instituciones y gestionar el conocimiento para empoderar a otras mujeres.

Al Respecto una de las opiniones resume la idea así: “Yo creo que todo, que significa para nosotras, yo creo que todo, es como lo mismo que estamos haciendo, o sea, la misma orientación que le estamos llevando a ellas, a la que nos han necesitado y hemos hecho los talleres para que ellas se capaciten, se escuchen, analicen sobre la charla que se le da respecto a eso, entonces yo pienso que eso va de la mano (...)”, (Participante 6, comunicación personal. 8 de octubre 2022).

Dentro de las acciones también necesarias para consolidar el ejercicio del liderazgo están: los foros, las alianzas, la articulación con otras instituciones y finalmente, una forma de seguir trabajando por sus comunidades es generar propuestas pertinentes y viables para mejorar las condiciones de vida de las mujeres y sus familias. En coherencia, buscan lograr cambios significativos: “No es fácil, porque esto no es fácil esto es de tiempo de todo, pero ya cuando le nace a uno, es lo que nace estar en estos espacios y es muy importante porque nosotras nos llena de tener un espacio y que verdaderamente las instituciones... como usted decía la pregunta que ¿cómo lo hacíamos? también es que nosotras hagamos propuestas y busquemos que las instituciones estén “pilas en la jugada” de todo lo que es... en temas activas, ¡en todo! de que las denuncias no queden ahí y que todo se está haciendo seguimiento y todo, entonces eso es muy importante (...), (Participante 1, comunicación personal. 8 de octubre 2022). En ese sentido, se han generado también proyectos productivos (artesanías, bisutería, tejido) en el marco del trabajo articulado con instituciones, ONG’s, Casa de la Mujer, y otros, que brindan además soporte psicosocial.

### **Discusión**

El objetivo principal de esta investigación consistió en comprender la descripción que hacen las mujeres lideresas de la veeduría por la dignidad de la mujer granadina en el municipio de Granada, Meta, en relación con los significados que otorgan a la salud mental desde sus experiencias a través de las prácticas de liderazgo comunitario a partir de narraciones biográficas, lo anterior, desde la identificación de la atribución que ellas realizan sobre

los significados que tiene la salud mental con base a sus experiencias personales y comunitarias, de igual manera, esta comprensión buscó partir del análisis de dichos significados con relación al conocimiento, la cultura y su misma experiencia, además, se buscó conocer las prácticas de liderazgo comunitario que desarrollan en sus procesos organizativos.

Desde el interés de buscar comprender el significado que tiene para las mujeres la salud mental, se destaca que en la presente investigación estas refirieron que tiene implicaciones respecto a sentimientos de estar bien y de autocuidado, manifestando que su rol comunitario conlleva ser un actor clave en la solución de los problemas de otros y cómo esto puede generar afectaciones en su salud integral, con base en esto se pone de presente que, como experiencias en este campo refieren el acompañamiento en momentos de crisis, en el establecimiento de denuncias y también en haber visto la importancia de generar por sí mismas estrategias de autocuidado, donde puedan gestionar sus emociones y problemáticas de manera colectiva, al final, terminan siendo las mismas comunidades quienes buscan de alguna manera apropiarse de herramientas en salud mental desde lo que ellas consideran.

Algunos de los significados atribuidos por las mujeres se asemejan a lo planteado por Tobón-Marulanda, (2005), teniendo en cuenta el hecho de que pone de manifiesto que la salud mental no se puede separar de factores sociales, culturales y políticos, tal y cómo decían ellas sobre que se encontraba en las acciones cotidianas.

En lo referido respecto a la salud mental también se plantea como la pandemia y las experiencias relacionadas con múltiples violencias han ocasionado que se perciba problemáticas en salud mental, el hecho de que, las amenazas recibidas también han conllevado a que se tengan afectaciones. Un hallazgo importante es el hecho de que plantean como necesidad que haya profesionales que brinden un apoyo psicológico a las lideresas, debido a las secuelas que tienen en sus vidas por las situaciones de violencias y también a los hechos que vivencian durante sus ejercicios como lideresas.

Con base en lo mencionado previamente se identifica una relación con lo planteado por Ortiz (2015), respecto al hecho de que es importante

que se genere una conciencia sobre el nivel de autocuidado de manera que, se mejore la salud mental, la calidad de vida y se establezcan logros personales, si bien dicha investigación fue con profesionales de ciencias sociales, es relevante poner de manifiesto que las personas desarrollan sus propias estrategias de autocuidado con base en sus vivencias y herramientas que tengan al alcance.

El liderazgo comunitario se plantea desde las mujeres como la posibilidad de buscar el bien de toda una comunidad, no solo desde las implicaciones físicas, sino también psicológicas, evidenciando que para las lideresas las características de ser una buena líder implican la responsabilidad, honestidad, empatía y escucha activa, sin embargo, también se plantea la importancia del trabajo en equipo que se pueda establecer para el mejor desarrollo de las acciones, se concibe como un sentido de vida y vocación, se reconoció la relación que tiene con los procesos de incidencia y cómo a partir de las narraciones se plantea una relación significativa entre dichos procesos y el liderazgo, evidenciando los logros que han podido obtener a partir del posicionamiento de las realidades que viven las mujeres.

(Hernández, et al., 2015) también mencionaba que el hacer parte de espacios integrados por organizaciones permite posicionar las necesidades de la comunidad, poner de manifiesto las problemáticas y plantear las realidades que se viven, (Bravo, et al., 2020) plantearon también que el desarrollar una conciencia crítica feminista influye en el ejercicio de la ciudadanía y en el seguimiento de las políticas públicas, situación similar a la que manifestaban las mujeres respecto al hecho de haber estado en procesos formativos que les permitieron tener un mayor conocimiento sobre la incidencia y la manera en que podían realizar sus aportes desde esta.

El liderazgo comunitario es comprendido como la ayuda que se brinda al otro, en este caso a las mujeres de la comunidad y cómo a partir de sus vocerías, compromiso y respeto por lo que hacen, se logra generar transformaciones, aunado al liderazgo se evidencia en la presente investigación la importancia de conocer las prácticas de liderazgo que llevan a cabo las

mujeres, evidenciando sensibilización sobre temas de violencias, rutas de atención, procesos formativos, acompañamientos y capacitaciones que les permite compartir sus conocimientos. Esto coincide con lo que plantea Casamitjana, (2020) donde destaca que las lideresas tienen un rol que les permite replicar, de modo que la juntanza siga teniendo una continuidad.

Dicha investigación expone al igual que el presente estudio, los riesgos y estigmatización de la que son víctimas, las mujeres que deciden llevar a cabo una participación en los procesos organizativos. No obstante, el presente estudio presenta como diferencia las acciones que adelantan las mujeres para la consolidación de sus ejercicios de liderazgo, como lo son los foros, alianzas, desarrollo de proyectos productivos y articulaciones con otras organizaciones o instituciones, plantean a su vez la necesidad de generar propuestas que resulten pertinentes y viables para alcanzar mejores condiciones de vida.

Respecto a la categoría de trayectoria de vida se documenta que con base en sus vivencias las mujeres que integran la veeduría han decidido organizarse debido al abandono que perciben por parte del Estado. Esto da como resultado que las mujeres de la comunidad, en especial de zonas rurales tengan un desconocimiento de la ruta de atención y del derecho a vivir libres y sin violencias, planteamiento que se encuentra relacionado con lo mencionado por Suárez, et al. (2013) al exponer que el interés por hacer parte de una asociación, surge a partir de la motivación de suplir necesidades que se perciben como insatisfechas y cómo debido a esto los líderes son posicionados como actores clave para la transformación de las decisiones e incluso de los mismos territorios en los que conviven.

Desde las trayectorias de vida se evidencia que hay una relación significativa para las mujeres de la muestra entre la historia de vida y la motivación que tienen por desarrollar acciones de liderazgo comunitario, visibilizando que sus intereses nacieron debido a varias situaciones, en primer lugar, haciendo referencia a otros familiares que también fueron líderes. En segundo lugar, se plantea que el liderazgo comunitario surge a partir del contexto socioeconómico, a las violencias sociopolíticas y/o

violencias basadas en género de las que algunas también fueron víctimas, pues reiteraron que su interés surgió de querer ayudar a otras mujeres para que no tengan experiencias similares; esto también fue plantado en la investigación desarrollada por Barreto (2018). El departamento del Meta y en especial el municipio de Granada han sido afectados de manera considerable por el conflicto armado, justo debido a esa problemática, algunas de las mujeres entrevistadas refirieron haber sentido la necesidad de representar la voz de quienes sentían que no podían hablar.

Esto permite evidenciar el rol que tienen las lideresas en sus territorios respecto a lo que implica posibilitar un cambio, brindar un acompañamiento e incluso visibilizar las problemáticas que se tienen; situación que se vio muy reflejada en los resultados encontrados y que también, se enfatiza a lo largo del presente estudio, por lo que, termina siendo una comprobación desde la muestra.

El ser lideresa se encuentra relacionado con otros de los roles que desarrollan las mujeres como lo son las labores domésticas, de maternidad y las que se encuentran asociadas al trabajo. Con referencia a esto manifestaron un conflicto inter-roles, ya que, por su ejercicio de liderazgo muchas veces tienen dificultades en los otros ámbitos en que se desenvuelven, evidenciando así un esfuerzo extra, que deben hacer para poder asumir compromisos y generar una continuidad. Las mujeres están en primera línea, respondiendo cuando se trata de prevenir y mitigar las violencias basadas en género, sin embargo, muchas de ellas también son vulneradas debido a la voz que representan.

Por último, se destaca que a partir de las narrativas se evidenciaron una serie de relaciones que las lideresas atribuyen entre significados de salud mental y liderazgo comunitario, manifestando que, en un sentido el ejercicio que llevan a cabo genera una serie de afectaciones para quien lo ejerce, teniendo en cuenta la exposición que hay a múltiples relatos y situaciones estresantes, en las que en ocasiones sienten frustración por no poder generar una solución o respuesta pronta, referían la carga que representa el ser quienes escuchan a diario las realidades de las mujeres de la comunidad, por

lo que, también referían la importancia de saber cómo llevar los procesos de modo que no afecte su salud mental.

También se encontró que las mujeres consideran que su labor como lideresas contribuye con un proceso de autorrealización, de satisfacción por hacer las cosas bien y por tener un reconocimiento de las personas, manifestaron aprendizajes constantes sobre ellas mismas y sobre la labor que llevan a cabo y también en la apropiación de estrategias de afrontamiento que les permite mitigar las afectaciones, manifiestan que, también contribuye en el favorecimiento de sus estados de ánimo y en saber que son símbolo de las capacidades que tienen las mujeres y de lo que pueden lograr si trabajan juntas.

Dentro de las limitaciones metodológicas del estudio se evidencia que, debido al tamaño de la muestra los resultados no pueden ser generalizados, sin embargo, sí pueden brindar elementos a tener en cuenta para futuras investigaciones. Se destaca la importancia de seguir desarrollando investigaciones sobre el liderazgo comunitario, pues teniendo en cuenta las dinámicas del país y las necesidades del territorio, cada vez son más las personas que hacen parte de los procesos organizativos, e incluso, cada vez son más las mujeres que deciden visibilizar sus realidades. En consecuencia, es importante poder identificar las percepciones que tiene la comunidad sobre las lideresas y lograr profundizar en estrategias que posibiliten un ejercicio de liderazgo que no represente una carga que deban sobrellevar solas.

Así mismo, resulta de gran importancia reconocer la manera en que se entiende la salud mental, de modo que, a partir de estos significados se posibiliten una atención y acompañamiento por parte de los profesionales de manera más cercana y desde un enfoque territorial, ya se evidenciaba que para algunas es definida desde las afectaciones que se generan en cualquiera de los ámbitos en que se desenvuelven. Ahora bien, la relación que mencionaban las mujeres entre su ejercicio de liderazgo comunitario y su salud mental también deben ser elementos que deben priorizarse, pues se evidenciaba la necesidad de que exista un acompañamiento a quienes buscan



transformar su comunidad, desde el caminar en la incidencia y en otros escenarios.

### **Conclusiones**

La investigación permitió comprender que las mujeres comprenden la salud mental como un sentimiento de estar bien, de afrontar las situaciones que se les presentan cotidianamente, referían que implica un conjunto de cosas como el entorno, su trabajo y las cargas que conllevan los problemas que no pueden resolver y les genera una afectación, el estudio también permitió que se identificará que a nivel organizativo llevan a cabo estrategias de autocuidado y espacios de escucha en los que hacen una descarga, que, como lo decían ellas las recarga para continuar, para ellas la salud mental se ha visto reflejada en el apoyo que encuentran en la otra y en lo que sus ejercicios de liderazgo les ha permitido lograr para otras mujeres.

Es por lo anterior, que según la descripción dada por parte de las mujeres respecto de la relación entre los significados que otorgan a la salud mental desde sus experiencias y las prácticas de liderazgo comunitario, se concluye que, implica acciones que actúan como factores protectores como lo son el hecho de sentirse parte de un grupo que consideran una red de apoyo, así como del reconocimiento que les ha traído el ejercicio de liderazgo que vienen haciendo desde hace unos años y los logros que han ido obteniendo desde las diferentes movilizaciones llevadas a cabo. Sin embargo, también se identifican factores de riesgo como lo son las amenazas de las que son objeto por la visibilización de las problemáticas, la frustración con la que se encuentran cuando las rutas no son activadas a tiempo o cuando no cuentan con los insumos necesarios para ayudar.

De igual manera, se destaca y reconoce que ellas atribuyen que el significado de la salud mental ha sido construido a partir de las situaciones, historias y experiencias vividas, así como a los espacios que han logrado llegar como organización de mujeres reconocida en el departamento y a nivel nacional.

Desde los resultados obtenidos en esta investigación, se constata que el liderazgo comunitario por parte de estas mujeres comprende políticas de

cooperación y participación, que potencian las relaciones interpersonales. Esto es relevante porque se desarrolla un clima de gestión colaborativa y cuidado mutuo, que impacta de manera positiva la salud mental en lo individual y lo colectivo. En congruencia, el fortalecimiento de la acción comunitaria en la promoción de la salud mental es un aspecto importante para considerar, en donde confluye la participación corresponsable de toda la comunidad; que en conjunto puede impulsar estrategias de autocuidado y estilos de vida saludables. Estos posibilitarían mantener y mejorar su bienestar, dadas las dificultades para el acceso a servicios especializados o instituciones que los ofrezcan.

Para muchas mujeres el liderazgo posibilita la satisfacción de sus intereses personales y una filosofía de vida, por lo que, son constantes y firmes en la decisión de generar cambios estructurales en sus comunidades, que además presentan condiciones socioeconómicas y políticas complejas. Desde este punto de vista, la revisión sobre la salud mental en estos contextos debe considerar la relación entre esta y las inequidades y la injusticia social; reconociendo su expresión en lo individual y también en lo colectivo y más específicamente en el ejercicio puntual del liderazgo comunitario. Esto de cara a integrar todas las condiciones culturales y políticas, con que se relaciona y generar planes de intervención coherentes con estas demandas.

Finalmente, para las mujeres líderes en la salud mental se integran distintas dimensiones: lo psicológico, su contexto inmediato, y la esfera laboral, entre otros. Unido a esto, también expresan los desafíos que conlleva el ejercicio del liderazgo, (que además demanda tiempo completo) y las estrategias de afrontamiento ante las agresiones y amenazas que se derivan de la defensa de derechos en sus territorios y, de la carga emocional que supone el trabajo por sus comunidades. En congruencia con estos desafíos, se concluye la importancia de la investigación sobre salud mental en estos contextos, como una manera también de identificar factores que permitan a estas mujeres mantener una buena salud mental a pesar de las condiciones adversas que las rodean.

## Recomendaciones

Se debe fortalecer el ejercicio de liderazgo comunitario como acción colectiva, ya que, la capacidad y agencia de las mujeres lideresas no son suficientes por sí mismas; esto supone presencia del Estado y la materialización de políticas que garanticen el goce efectivo de los derechos de las mujeres. De igual forma, es necesario reconocer iniciativas y procesos que las mujeres desde sus saberes populares aportan para la construcción de paz en sus territorios. Este ejercicio les ha permitido desde sus experiencias replicar procesos de formación y reivindicar sus derechos ante los diversos actores inmersos en sus contextos inmediatos. En coherencia se evidencian aspectos de gestión del conocimiento popular, que se traducen en procesos organizativos robustos, que apuestan por una vida en condiciones dignas, aspecto necesario para trabajar en la igualdad de género y la construcción de democracia.

Con respecto a la salud mental en estos escenarios, la recomendación recoge elementos esenciales como la cobertura, la oportunidad y políticas institucionales o proyectos de formación en salud mental para las lideresas que permitan replicar estos conocimientos en sus comunidades.

## Referencias

- Acosta-Navas, J. (2020). Mujeres lideresas constructoras de paz en la comuna 1 de Medellín: una aproximación a las paces cotidianas construidas desde abajo. *Ánfora*, 28(50), 75-102. <https://publicaciones.autonoma.edu.co/index.php/anfora/article/view/712>
- Aguilar Montes de Oca, Y., Valdez Medina, J., González-Arratia López-Fuentes, N. & González Escobar, S. (2013) Los roles de género de los hombres y las mujeres en el México contemporáneo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 18 (2), 207-224. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29228336001>
- Álvarez-Henao, D. & González-Uribe, Y. (2014). Presupuesto participativo, liderazgo comunitario y participación comunitaria, ejes articuladores para el desarrollo social: revisión documental. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 5(1), 99-121. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5123830>
- Angel- Rojas, M., Braidly- Reyes, M. & Vargas- Delgado, S. (2020). Significados construidos de los líderes y lideresas en torno al suicidio en la comunidad LGBT del Departamento del Meta [Trabajo de Grado Universidad Santo Tomas]. Repositorio Universidad Santo Tomas. <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/29626/2020mariaangel.pdf?sequence=9&isAllowed=y>
- Arias-Cardona, A. & Alvarado-Salgado. S. (2015). Investigación narrativa: apuesta metodológica para la construcción social de conocimientos científicos. *Revista CES Psicología*, 8(2), 171-181. <https://revistas.ces.edu.co/index.php/psicologia/article/view/3022/2427>
- Barreto, S. (2018). Los riesgos y el papel político de las lideresas sociales en la construcción de la paz territorial en Colombia. *Revista Ciudad Paz-ando*, 11(1), 7-15. <https://revistas.udistrital.edu.co/index.php/cpaz/article/view/13079/13700>

Ballén Alonso, P., Rivera Jiménez, S. & Henao Pérez, L. (2021). *Lideresas sociales en Colombia: resistencias y nuevos lugares de enunciación*. [Trabajo de grado, Pontificia Universidad Javeriana]. Repositorio Institucional- Pontificia Universidad Javeriana. <https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/58762>

Blanco, M. & Pacheco, E. (2003). Trabajo y familia desde el enfoque del curso de vida: dos sub cohortes de mujeres mexicanas. *Papeles de Población*, 9(38),159-193. <https://www.redalyc.org/pdf/112/11203805.pdf>

Belloch, F. & Olabarriá, A. (1993). El modelo bio-psico-social: Un marco de referencia necesario para el psicólogo clínico. *Clínica y salud investigación empírica en psicología*, 4(2), 181-190. <https://journals.copmadrid.org/clysa/art/812b4ba287f5ee0bc9d43bbf5bbe87fb>

Bravo-Martínez. I, Melo-Obando, Y. y Montaña-Banguera, E. (2020). *sistematización de la experiencia de un grupo mujeres lideresas con “incidencia política feminista” de la ruta pacífica de las mujeres en Cali*. [Tesis de Pregrado, Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium]. <https://repository.unicatolica.edu.co/handle/20.500.12237/1894>

Bourdieu, P. (1997). *Razones prácticas sobre la teoría de la acción*. <http://epistemh.pbworks.com/f/9.+Bourdieu+Razones+Pr%C3%A1cticas.pdf>

Casamitjana, L. (2020). *Mujeres constructoras de paz en Colombia: de víctimas a lideresas sociales*. [Tesis de Pregrado, Universidad Autónoma de Barcelona] [https://ddd.uab.cat/pub/tfg/2020/236041/TFG\\_Casamitjana\\_Garcia\\_Laura.pdf](https://ddd.uab.cat/pub/tfg/2020/236041/TFG_Casamitjana_Garcia_Laura.pdf)

Comisión interamericana de mujeres. (2020). *COVID-19 en la vida de las mujeres, razones para reconocer los impactos diferenciados*. <https://www.oas.org/es/cim/docs/ArgumentarioCOVID19-ES.pdf>

Comisión interamericana de derechos y el Mecanismo de Seguimiento de la Convención de Belém do Pará. (2020). *La violencia contra las mujeres frente a las medidas dirigidas*

a disminuir el contagio del COVID-19. [https://www.oas.org/es/cim/docs/COVID-19-RespuestasViolencia- ES.pdf](https://www.oas.org/es/cim/docs/COVID-19-RespuestasViolencia-ES.pdf)

Consejo de Organizaciones Internacionales de las Ciencias Médicas (CIOMS), (2002). *Pautas éticas internacionales para la investigación biomédica en seres humanos*. [https://cioms.ch/wp-content/uploads/2016/08/PAUTAS\\_ETICAS\\_INTERNACIONALES.pdf](https://cioms.ch/wp-content/uploads/2016/08/PAUTAS_ETICAS_INTERNACIONALES.pdf)

Comisión para el Esclarecimiento de la Verdad, la Convivencia y la No Repetición- CEV. (2022). *Mi cuerpo es la verdad: experiencias de mujeres y personas LGBTQ+ en el conflicto armado*. <https://www.comisiondelaverdad.co/mi-cuerpo-es-la-verdad>

Corbin, J. M., & Strauss, A. (2011). Grounded theory methodology. *Handbook of Qualitative Research*, 273, 285.

Cornejo, M. (2006). El enfoque biográfico: trayectorias, desarrollos teóricos y perspectivas. *Psyche*,15(1), 95-106. [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-22282006000100008](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282006000100008)

Duran- Rocha, J. & San Martín, A. (2022). *Propuesta de programa comunitario de alfabetización en salud mental a líderes sociales en el departamento de Antioquia en Colombia* [Tesis de Master, Universidad pública de Navarra]. Repositorio institucional Universidad pública de Navarra. <https://academica-e.unavarra.es/handle/2454/43262>

El congreso de Colombia. (2006). *Ley 1090 del 6 de septiembre de 2006 “por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de psicología, se dicta el código deontológico y bioético y otras disposiciones”*. <https://www.funlam.edu.co/uploads/facultadpsicologia/604095.pdf>

Erazo-Caicedo, M., Jiménez-Ruiz, M. y López-Morales, C. (2014). Empoderamiento y liderazgo femenino; su papel en la autogestión comunitaria en el corregimiento El

Hormiguero - Valle del Cauca. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 32(1), 149-157 <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v32n1/v32n1a11.pdf>

Faiza, R., Hermanayu, Zahra, A., Sandy, F. y Susanti, D. (2020). Overview of women's leadership styles. *Journal of critical reviews*, 7(7), 483-486 [https://www.researchgate.net/publication/343570000\\_Journal\\_of\\_Critical\\_Reviews\\_OVERVIEW\\_OF\\_WOMEN'S\\_LEADERSHIP\\_STYLES](https://www.researchgate.net/publication/343570000_Journal_of_Critical_Reviews_OVERVIEW_OF_WOMEN'S_LEADERSHIP_STYLES)

Gallego- Noche, B. (2008). La investigación biográfico- Narrativa en un estudio sobre la situación de las mujeres en el deporte. *Revista de investigación educativa*, 26(1), 121-140. <https://revistas.um.es/rie/article/view/94151/90771>

Gammage, R. & Foster, J. (2017). Leadership in community mutual support groups for mental health: A qualitative case study from the leaders' perspective. *J Community Appl Soc Psychol*. 1–13. [https://www.researchgate.net/publication/318968396\\_Leadership\\_in\\_community\\_mutual\\_support\\_groups\\_for\\_mental\\_health\\_A\\_qualitative\\_case\\_study\\_from\\_the\\_leaders'\\_perspective](https://www.researchgate.net/publication/318968396_Leadership_in_community_mutual_support_groups_for_mental_health_A_qualitative_case_study_from_the_leaders'_perspective)

García, H. (2015). *Narrativas sobre salud mental en mujeres víctimas del conflicto armado habitantes del municipio de Caucasia – Antioquia. 2006 -2015*. [Tesis de especialización, Universidad Nacional de Colombia]. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/76343>

Güelman, M. & Borda, P. (2014). Narrativas y reflexividad: los efectos biográficos del enfoque biográfico. *RELMECS*, 4(1), 1-16. [http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/38184/Documento\\_completo.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/38184/Documento_completo.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Hawkins, M., Schmitt M., Tosin, C., Weitzel J., Olukotun, O., Christensen, A., Ruiz, A., Gilman, K., Quigley, K., Dressel, A. & Mkandawire-Valhmu, L. (2021). Promoting the health of refugee women: ascoping literature review incorporating the social

ecological model. *International Journal for Equity in Health*, 20(45), 1-10.  
<https://equityhealthj.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12939-021-01387-5>

Hernández, L., López, L., Restrepo, D., & Tavera, D. (2015). *Por los caminos de la participación: Una aproximación a las experiencias de líderes y lideresas del Municipio de Fredonia*. [Universidad de Manizales- CINDE].  
<https://repository.cinde.org.co/handle/20.500.11907/2269>

Indepaz. (2020). 1.000 líderes. <http://www.indepaz.org.co/wp-content/uploads/2020/08/1.000- LÍDERES.pdf>

Indepaz. (2021). *Cifras de la violencia en las regiones 2021*. <https://indepaz.org.co/wp-content/uploads/2022/01/INFORME-FINAL-2021.pdf>

International Crisis Group. (2020). *Líderes bajo fuego: defendiendo la paz en Colombia*. Informe sobre América latina. 82. <https://d2071andvip0wj.cloudfront.net/082-colombia-leaders-under-fire-spanish.pdf>

Jokela-Pansini, M. (2019). Imaginarios espaciales e identidades colectivas en las luchas por los derechos humanos de las mujeres en Honduras. *Revista Latino-Americana de Geografía e Género*, 10(2), 98–124.  
<https://doi.org/10.1080/0966369X.2016.1204998>

Landín-Miranda, M. & Sánchez-Trejo, S. (2019). El método biográfico-narrativo. Una herramienta para la investigación educativa. *Educación*, 28(54), 227-242  
<http://www.scielo.org.pe/pdf/educ/v28n54/a11v28n54.pdf>

Lera, C., Genolet, A., Rocha, V., Schoenfeld, Z., Guerriera, L. & Bolcatto, S. (2007). Trayectorias: un concepto que posibilita pensar y trazar otros caminos en las intervenciones profesionales del Trabajo Social. *Revista cátedra paralela*, 4, 33-39.  
<http://catedraparalela.com.ar/revistasoficial/revista4/trayectorias.pdf>

Ley 1616 de 2013. "Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones". 21 de enero 2013.



<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>

Ley 850 de 2003. “*Por medio de la cual se reglamentan las veedurías ciudadanas*”. 19 de noviembre de 2003. Diario Oficial No. 45.376. [http://www.oas.org/juridico/spanish/mesicic2\\_col\\_ley\\_850\\_2003.pdf](http://www.oas.org/juridico/spanish/mesicic2_col_ley_850_2003.pdf)

Limpal. (2020). *Sintonías corporales Memoria y resistencia de defensoras, un seguimiento a la Resolución 1325*. [https://www.limpalcolombia.org/images/documentos/SINTONIAS\\_CORPORALES\\_DIC\\_19\\_1.pdf](https://www.limpalcolombia.org/images/documentos/SINTONIAS_CORPORALES_DIC_19_1.pdf)

López-Alarcón, V. & Torres-Herrera, Y. (2020). *Narrativas de lideresas y otros relatos de resiliencia* [Tesis de Maestría, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/11116>

Mahecha-Bustos. L. (2020). *Liderazgo comunitario en mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado, una mirada a partir del construccionismo social. Estudio de Caso*. [Trabajo fin de grado, Universidad Nacional Abierta y a Distancia - UNAD]. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/36772>

Martín-Baró, I. (1984). Guerra y Salud Mental. *Estudios Centroamericanos*, 429(430), 503-514. [http://www.psicosocial.net/historico/index.php?option=com\\_docman&view=document&layout=default&alias=853-guerra-y-salud-mental-1&category\\_slug=psicologia-y-violencia-politica&Itemid=100225](http://www.psicosocial.net/historico/index.php?option=com_docman&view=document&layout=default&alias=853-guerra-y-salud-mental-1&category_slug=psicologia-y-violencia-politica&Itemid=100225)

Ministerio de Salud. (1993). *Resolución 8430 de 1993 Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud*. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>

- Montero, M. (2006). *Teoría y práctica de la psicología comunitaria la tensión entre comunidad y sociedad*. Paidós.  
[http://www.psicosocial.net/historico/index.php?option=com\\_docman&view=download&alias=542-teoria-y-practica-de-la-psicologia-comunitaria-la-tension-entre-comunidad-y-sociedad-1o-parte&category\\_slug=psicologia-comunitaria&Itemid=100225](http://www.psicosocial.net/historico/index.php?option=com_docman&view=download&alias=542-teoria-y-practica-de-la-psicologia-comunitaria-la-tension-entre-comunidad-y-sociedad-1o-parte&category_slug=psicologia-comunitaria&Itemid=100225)
- Moreno- Rodríguez, (2012). La persona en desarrollo: Una reflexión acerca de la continuidad y el cambio en la definición de las trayectorias de vida. *Apuntes de Psicología*, 30(1-3), 185-206. <https://apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/405/325>
- Objetivos de Desarrollo Sostenible. (27 de abril 2022).  
<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/>
- Organización Mundial de la Salud- OMS. (2004). *Invertir en salud mental*.  
[https://www.who.int/mental\\_health/advocacy/en/spanish\\_final.pdf](https://www.who.int/mental_health/advocacy/en/spanish_final.pdf)
- Ortiz, K. (2015). *Conductas y condiciones de autocuidado en salud mental de los defensores y las defensoras de derechos humanos de la niñez y la adolescencia* [Tesis de Maestría, Universidad Rafael Landívar].  
<http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2015/05/67/Ortiz-Karin.pdf>
- Podcamisky- Garber, M. (2006) El rol desde una perspectiva vincular, *Reflexiones*, 85, (1-2), 179-187. <https://www.redalyc.org/pdf/729/72920817012.pdf>
- Quintero-Santos, M. & Meriño-Segrera, C. (2021). Estudio del fenómeno de los homicidios de líderes sociales y defensores de derechos humanos en Colombia: “la pandemia que no le teme al covid-19”. *Transformando América latina en la era digital*. Editorial Fundación LASIRC. [http://fundacionlasirc.org/images/cap\\_libro/RED\\_LASIRC\\_LIBRO\\_7.pdf](http://fundacionlasirc.org/images/cap_libro/RED_LASIRC_LIBRO_7.pdf)

- Ramírez, J. & Castillo, A. (2020). *El trabajo de las organizaciones de mujeres en las regiones en el marco de la COVID-19*. COREWOMAN. <https://idl-bnc-idrc.dspacedirect.org/bitstream/handle/10625/60694/IDL-60694.pdf>
- Reyes, A. (2019). *cambios en las autonarraciones identitarias de mujeres lideresas víctimas de desplazamiento forzado* [Trabajo fin de grado, Universidad Santo Tomás]. <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/16634/2019anareyes.pdf?sequence=1>
- Reyes, G., Hernández, O., & González, F., (2019) Liderazgo comunitario y su influencia en la sociedad como mejora del entorno rural, *Revista INNOVA ITFIP*, 5 (1), 15–27. <http://www.revistainnovaitfip.com/index.php/innovajournal/article/view/52/71>
- Rojas-Andrade, (2013). El liderazgo comunitario y su importancia en la intervención comunitaria. *Psicología para América Latina* 25, 57-76. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psilat/n25/a05.pdf>
- Sánchez-Bautista, N., & Arévalo-Sotelo, D. (2019). *Memorias Resilientes: un tejido de memoria colectiva desde dos lideresas sociales en los territorios colombianos de La Macarena (Meta) y Medellín (Antioquia)* [Trabajo fin de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/10436>
- Sepúlveda- Valenzuela. L. (2010). La trayectoria de vida y el análisis de curso de vida como fuentes de conocimiento y orientación de políticas sociales. *Revista Perspectiva*, 21, 27- 53. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8229410>
- Soriano-Hernández, S. (2005). Voces e identidades: experiencias de mujeres guatemaltecas durante la guerra. *Latinoamérica. Revista de Estudios Latinoamericanos*, 40(1), 219–244. <https://doi.org/10.22201/cialc.24486914e.2005.40.57318>
- Suarez, I., Martínez, E., Del Pilar Novoa, D., Ardila, E., Rueda, J. & Oyola, A. (2013). Voces contra el silencio, memoria contra el olvido. Trayectorias de vida de 25 víctimas del desplazamiento forzado asentadas en el barrio Café Madrid de Bucaramanga.

*Anuario de Historia Regional y de Las Fronteras*, 18(2), 493–519.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0122-20662013000200010&script=sci\\_abstract&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0122-20662013000200010&script=sci_abstract&tlng=es)

Tapias-Torradó, N. (2019). *Situación de las lideresas y defensoras de derechos humanos: análisis desde una perspectiva de género e interseccional*. Instituto Colombo-alemán para la Paz – CAPAZ. <https://www.instituto-capaz.org/wp-content/uploads/2019/06/Policy-Brief-4-2019-V2.pdf>

Tobón-Marulanda, F. (2005). La salud mental: una visión acerca de su atención integral. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 23(1), 149–161. <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v23n1/v23n1a13.pdf>

Vallejo-Correa, V., Jaramillo-Solar, K., Reyes-Espejo, M., Almazán-Montenegro, F., Flores-Ortiz, C. & Rodríguez-Tobar, C. (2019). Liderazgo comunitario en las políticas públicas chilenas: representaciones y significados desde la ciudadanía. *Revista de psicología*, 28(2), 1-17. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/revpsicol/v28n2/0719-0581-revpsicol-28-2-00047.pdf>

Vasilachis de Gialdino, I. (2006). *Estrategias de investigación Cualitativa*. Gedisa editorial.

Vergara-Henríquez, P. & Sepúlveda, G. (2011). *El sentido y significado personal en la construcción de la identidad personal*. [Tesis de maestría-Universidad de Chile]. <https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/115294/Tesis%20Ps.%20Paula%20Vergara.pdf?sequence=1>