

**TRABAJO DE GRADO: RESILIENCIA EN CUIDADORA DE  
PERSONAS EN SITUACIÓN DE DISCAPACIDAD**

**YULLY NATALIA VARON SALAZAR**

**2014**



RESILIENCIA EN CUIDADORA DE PERSONAS EN SITUACIÓN DE  
DISCAPACIDAD

Presentado por:

YULLY NATALIA VARON SALAZAR

CODIGO: 200910102500

Asesor:

GABRIEL EDUARDO MORENO

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA LOS LIBERTADORES

FACULTAD DE PSICOLOGIA

TRABAJO DE GRADO

BOGOTA - COLOMBIA

2014

**TABLA DE CONTENIDO**

1. Introducción .....	4
2. Planteamiento del problema .....	6
3. Justificación.....	9
4. Objetivos .....	11
Objetivo general .....	11
Objetivos específicos.....	11
5. Marco Teórico .....	12
5.1 La resiliencia. ....	12
5.1.1 Origen del término resiliencia. ....	12
5.1.2 Resiliencia y Psicología.....	13
5.1.3 Epistemología: Interpretativismo. ....	18
5.2 Factores de riesgo y de protección.....	19
5.2.1 Factores de riesgo .....	20
5.2.2 Factores de protección.....	21
5.3 El cuidador.....	25
6. Marco Metodológico .....	28
6.1 Herramientas.....	29
6.2 Método.....	31

7.	Resultados de la indagación académica .....	33
8.	Análisis de resultados.....	36
9.	Conclusiones .....	53
10.	Recomendaciones .....	55
11.	Referencias bibliográficas .....	56
12.	Anexos.....	60
12.1	APENDICE A Entrevista con Cuidadora.....	60
12.2	APENDICE B .....	66
12.3	APENDICE C .....	67
12.4	APENDICE D.....	69
12.5	APENDICE E.....	76

## 1. Introducción

Esta investigación tiene como objetivo comprender a través de los factores de riesgo y de protección el cómo genera resiliencia una cuidadora de personas en situación de discapacidad. Se utilizó para el estudio el método de análisis cualitativo del contenido a través de una entrevista semiestructurada. Los intereses de investigación se basan en identificar, describir y analizar los factores tanto de riesgo como de protección presentes en la historia de vida de esta cuidadora.

Los resultados indican que los factores de riesgo dan cuenta de la exposición reiterada a eventos que demandan estresores tales como el conflicto armado, el desplazamiento forzado, duelos y asumir el rol como cuidadora, sin embargo estos actúan también como mecanismos de protección, es decir como escudos que preparan y previenen una situación de crisis. Por otro lado entre los factores protectores se encuentran principalmente la iniciativa, creatividad y el deseo de trabajar por otro, el rol de cuidador pasa de ser un factor de riesgo al identificarse como una labor demandante y de poca reciprocidad a un sentido de vida que cambia el discurso cotidiano del cuidado de otro a un mecanismo de protección que se da a partir de reconocerse importante en la vida desde el papel que representa para el otro que el necesita.

El fenómeno de la resiliencia no debe entenderse como la capacidad de afrontamiento frente a la adversidad, ni tampoco como la presencia de uno u otro rasgo en la personalidad, la resiliencia es el entramado que se teje entre los eventos adversos, los factores que permitieron la

protección y el contexto que sirvió de sostén o apoyo frente a la adversidad Rutter (1985). La resiliencia debe entenderse como un fenómeno de interacción y contextual de diferentes factores entre los cuales están las predisposiciones genéticas, lo cognitivo, las dinámicas familiares, sociales, culturales, afectivas, entre otros.

La investigación además permitió conocer las necesidades del cuidador y a partir de ello plantear intereses que debe tener la psicología y la política pública de atención psicosocial para generar nuevas formas alternativas de intervención y atención para esta población que debe visibilizarse cada vez más.

Palabras clave. Resiliencia, cuidadora, factores de riesgo y factores protectores.

## 2. Planteamiento del problema

Algunos estudios indican que las personas que asumen el rol de cuidadores de personas con alguna discapacidad se enfrentan a demandas y stress que implicaran diferentes secuelas tanto fisiológicas como emocionales como la necesidad de apelar a recursos propios para sostenerse, levantarse y continuar (Segui, 2.008).

No obstante, también se menciona en dichos estudios el hecho de que las situaciones demandantes a las que se enfrentan las personas que brindan sus cuidados a los niños/as o adultos con discapacidad también reciben de la demanda de su rol reciben consecuencias positivas derivadas de los significados de las experiencias vividas (Cohen et al, 2002).

Sensaciones como el sentirse realmente útiles en la vida de alguien que los necesita pueden ser detonantes de actitudes de lucha y resiliencia en pro del cuidado. Por supuesto, al observar la realidad del cuidador/a podría encontrarse una tendencia al abandono de las necesidades personales tales como las derivadas de lo afectivo y el desarrollo personal en algún tipo de actividad profesional; No obstante, dichas situaciones dependen de la realidad de cada individuo, en esta tesis no se pretende realizar una postura generalizante de la realidad de los cuidadores/as

A nivel familiar también pueden reconocerse algunos impactos a nivel de las expectativas de vida y su presencia altera, en mayor o menor medida, la vida familiar dependiendo del grado de discapacidad (Madrigal, 2007).

Si la discapacidad que se presenta es intelectual y con necesidades de apoyo generalizado, el grado de dependencia es alto y por tanto, el grupo familiar afronta una situación de cuidados de intensa y larga duración.

De acuerdo a las labores demandantes a las que están expuestos los cuidadores, se plantea la necesidad de reconocer desde los factores de riesgo entendidos como condiciones políticas, económicas, culturales, sociales, familiares entre otras las cuales representan riesgos con consecuencias a nivel psíquico y físico y se les conoce como factores de riesgo. Sin embargo lograr cambios en cada uno de esos contextos para que no se presenten los riesgos o necesidades no está en manos del individuo, depende de la transformación de todo un entorno que mitigue los efectos para cada una de las personas, además de las capacidades individuales y ventajas del contexto que actúen en forma de protección para afrontar una dificultad.

Para dar respuesta a cómo es que las personas y las comunidades logran salir adelante a pesar de vivir cotidianamente con la adversidad se conoce el fenómeno de la resiliencia, la que se define como la capacidad humana de hacer frente a los tropiezos o percances de la vida, superarlas y salir fortalecido o incluso transformado.

Sin embargo, la gran discusión radica en entender cómo es que a pesar de ser una capacidad universal, se da de diferentes formas en cada individuo.

Tomando en cuenta el hecho de que ya existen algunos estudios citados en este planteamiento que indagan sobre los sentires y símbolos de los cuidadores que presentan posturas resilientes, se



propone realizar esta indagación: ¿cuáles son los factores de riesgo y proyección que caracterizan la resiliencia de una cuidadora de personas en situación de discapacidad?

La pregunta principal de esta tesis pretende realizar un reconocimiento de los factores de riesgo y protección presentes en la postura resiliente de una cuidadora de personas con discapacidad cognitiva; tomando como referente los recursos teóricos sobre la resiliencia aportados por las diferentes posturas presentes en la psicología.

Como razón para realizar esta indagación ha de tomarse el compromiso de la psicología frente a los fenómenos individuales y sociales indagando sobre estos para generar aportes en su comprensión y manejo; si bien la resiliencia es un fenómeno esencialmente subjetivo e individual, se ha hecho cada vez más importante reconocer los elementos relacionales que se encuentran entorno ella, por tal razón en esta tesis se plantea el empleo de posturas que llaman a la observación de relaciones entre el sujeto resiliente y los factores que se encuentran implicados que también provienen del medio complejo y dinámico en el que se encuentra dicho sujeto.

Para la presente investigación se tomó como participante a un cuidadora de personas en situación de discapacidad que ha debido afrontar diferentes situaciones adversas a lo largo de su vida, sin embargo a pesar de enfrentarse a un presente aun con muchas necesidades logra transitar en la vida con tranquilidad y esperanza, es por ello el interés de esta investigación es identificar y comprender ¿cuáles son los factores de riesgo y de protección que caracterizan la resiliencia en una cuidadora de personas en situación de discapacidad?

### 3. Justificación

Los motivos que orientaron el interés de investigar sobre el fenómeno de la resiliencia, se basan en la experiencia a nivel profesional que generó el desarrollo del proyecto de practica Historias de las que hacemos parte, Varón, (2013), donde a partir de la escucha de las historia de vida de los cuidadores de niños en situación de discapacidad pertenecientes al programa Hogar Gestor del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar de la Localidad de Rafael Uribe, se encontraron relatos muy llamativos sobre las formas de afrontamiento de su rol a pesar de que en la vida habían estado expuestos a situaciones adversas y complejas como la extrema pobreza, desempleo , desplazamiento forzado entre otros.

Los intereses se orientaron en conocer cómo es que a pesar de asumir su rol que desde los relatos indicaban demandantes y agotadores daban sentido a su cotidianidad llenos de esperanza y anhelos en pro de mejorar la calidad de vida de ellos pero principalmente de las personas que tienen a cargo. A partir de ello identifiqué que existen factores que han posibilitado la resiliencia en este tipo de población que desde la literatura no se habían abordado, se describe como es que un factor de riesgo como lo es ser cuidador teniendo en cuenta las demandas de su rol, pasa a ser el motivador principal para dar sentido a la vida.

También los objetivos de la investigación se justifican al abrir un espacio de discusión para posibilitar el análisis sobre el rol de cuidador pues las investigaciones alrededor de la discapacidad de han orientado al paciente, dejando de lado la visibilización de otros actores

fundamentales en la vida de las personas con discapacidad y que además tienen grandes dificultades y necesidades a nivel psicológico e instrumental a causa de interrumpir su proyecto de vida, abandonar su trabajo y dedicar más tiempo a la persona que cuidan que a ellos mismos entre otros. Así mismo el aporte social que brinda el tema es contribuir a los intereses de la política pública para que posibilite nuevos caminos de atención e intervención no solo a la persona que requiere del cuidado sino al cuidador, como elemento fundamental en la cadena de salud y equidad social.

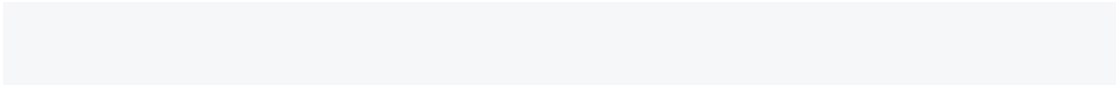
Al identificar, describir y analizar los factores de riesgo y de protección que han generado resiliencia en esta cuidadora brinda aportes a un panorama contextual que informa sobre las necesidades de los cuidadores y sobre los cuales debe actuar la política pública partiendo de diferentes estrategias de intervención y trabajo interdisciplinar con instituciones que brindan apoyo a su labor, partiendo en que plantear un modelo de intervención desde la resiliencia permite trabajar desde las capacidades y oportunidades de las personas y no desde la atención inmediatista y asistencialista.

## 4. Objetivos

### Objetivo general

- Comprender los elementos resilientes presentes en el relato de una cuidadora de personas en situación de discapacidad.

### Objetivos específicos

- Identificar los factores de riesgo y de protección presentes en la historia de vida de cuidadora de personas en situación de discapacidad.
  - Describir los factores de riesgo y protección que se encuentran presentes en la historia de vida de la participante.
  - Analizar a través del análisis cualitativo del contenido de una entrevista semiestructurada los factores protectores y de riesgo presentes en la historia de vida de la participante.
- 

## **5. Marco Teórico**

### **5.1 La resiliencia.**

Frente al concepto de resiliencia es de gran importancia mencionar el hecho de que en esta investigación se tomará la definición de la misma a partir de sus generalidades, no obstante, no se dejará de lado el hecho de que esta se encuentra constituida por dimensiones que parten desde lo individual y subjetivo hasta lo social y relacional; en esta tesis entonces, se pretenderá realizar un abordaje conceptual de la resiliencia desde sus diferentes aspectos en relación a la realidad que se pretende abordar en la misma.

#### **5.1.1 Origen del término resiliencia.**

Inicialmente, puede decirse que las raíces del término resiliencia se remontan al latín con el verbo resillire, que significa rebotar, volver a entrar saltando, saltar hacia arriba, adaptarse o desviarse. Este término había sido utilizado principalmente en física para referirse a la capacidad de ciertos materiales para recuperarse o volver a su posición original cuando han soportado ciertas cargas o impactos que los deforme. Castañeda, P. Guevara, A. (2.005).

La concepción a partir de la física otorgada inicialmente a la resiliencia ha trascendido a los fenómenos psicológicos y sociales siendo evidente su importancia; ya que, cuando se generan situaciones con impacto emocional, económico o físico las personas y las sociedades reaccionan; de formas diversas, claro, no obstante, frente a los sucesos adversos, las personas pueden asumir diferentes posturas.

En relación a la realidad de las personas que asumen la labor del cuidado; podría argumentarse la presencia una gran fortaleza, ya que el proporcionar los cuidados necesarios a un ser humano con necesidades especiales podría llegar a implicar fuerte demanda en el cuidador/a generando en este/a la habilidad de construir recursos para afrontar las situaciones. Logrando construirse a partir de las situaciones adversas (Acero, 2008), sin embargo sobre este termine se ahondará más adelante.

### 5.1.2 **Resiliencia y Psicología.**

Para la psicología este término se empieza a estudiar como fenómeno de acuerdo a una investigación de tipo longitudinal realizada por Werner y Smith (1992), como se cita en Infante (2001), este estudio tuvo una duración de treinta y dos años, en él se observó el desarrollo de la vida de quinientos cinco individuos habitantes de Kauai en la isla de Hawai, desde su periodo prenatal hasta su adultez, esta población estaba expuesta en el contexto a condiciones adversas tales como: pobreza crónica, entorno familiar marcado por disputas, divorcio, alcoholismo o enfermedad mental.

La investigación arrojó que la tercera parte de los adultos (72 de 201), habían podido cumplir con las expectativas sociales y adaptarse satisfactoriamente a múltiples condiciones del medio sin que hubiesen recurrido a intervención terapéutica. Posterior a este estudio los intereses de la psicología se fijaron en entender los factores en el medio que permitieron a los individuos adaptarse satisfactoriamente a su contexto sin adquirir patologías que afectasen su salud mental. Para la década de 1980 se empezó a hablar de resiliencia en el área de la salud, en esa fecha lo más cercano sobre lo que se había hablado era la invulnerabilidad. La palabra invulnerabilidad,

invita a comprensiones sobre capacidades de afrontamiento frente a situaciones de inobservancia y riesgo.

Este término se empezó a utilizar durante la década de los años 70, se utilizaba para referirse a los niños que a pesar de estar expuestos a condiciones adversas no cedían frente a las presiones o estrés del contexto sin embargo como afirmar Rutter (1985) citado por Kotliarenco (1996) resulta errado referirse a esta capacidad con este término pues la resistencia al estrés es cambiante de acuerdo a las circunstancias y no se pueden esperar las mismas formas de afrontamiento ante diferentes hechos, es por ello que en la actualidad deben darse conceptos diferenciales. Kotliarenco (1996)

La relación que existe entre estos dos conceptos corresponde a que la vulnerabilidad es una característica de la gestación de comportamientos resilientes. Según Reichers y Weintraub (1990) citado en Kotliarenco (1996), se debe diferenciar entre lo que ellos denominan desadaptación y el concepto de vulnerabilidad, al entender la vulnerabilidad como un fenómeno perceptible en el cual cierto nivel de estrés resulta des adaptativo y que varía constantemente de acuerdo a las capacidades de cada persona y es allí donde se convierte en un proceso protector y exitoso si se logran manejar oportunamente.

Hasta ahora con los aportes teóricos nombrados se puede reconocer la complejidad del término es por ello que no existe un concepto unificado del fenómeno, a continuación algunas de las definiciones:

Historia de adaptaciones exitosas en el individuo que se ha visto expuesto a factores biológicos de riesgo o eventos de vida estresantes; además, implica la expectativa de continuar con una baja susceptibilidad a futuros estresores. (Werner y Smith, 1992, como se cita en Kotliarenco, 1996, Pag 5).

Capacidad humana universal para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas o incluso ser transformado por ellas. La resiliencia es parte del proceso evolutivo y debe ser promovido desde la niñez. (Grotberg, 1995, como se cita en Kotliarenco, 1996, Pag 5).

La resiliencia se caracteriza como un conjunto de procesos sociales e intrapsíquicos que posibilitan tener una vida sana, viviendo en un medio insano. Estos procesos tendrían lugar a través del tiempo, dando afortunadas combinaciones entre atributos del niño y su ambiente familiar, social y cultural. En tanto la resiliencia no es un atributo nato ni que se adquiere sino que se da en un proceso interactivo con el medio. (Rutter, 1992, como se cita en Kotliarenco, 1996, Pag 6 ).

La resiliencia es la capacidad humana de hacer frente a los tropiezos o percances de la vida, superarlas y salir fortalecido o incluso transformado. En algún momento de la vida el ser humano se ve enfrentado a adversidades que pueden suceder en cualquier contexto, en cualquier grupo bien sea familiar, social, político o nivel personal. (Suárez N, 2002 como se cita en Castañeda, 2005, p 38)

Becoña, E. (2006) haciendo referencia Masten y Powell (2003) indica que la resiliencia se refiere a patrones de adaptación positiva en el contexto de riesgos o adversidades significativas, la resiliencia es mas un patrón o habilidad de una persona sin considerarla un rasgo ya que puede variar lo largo del tiempo y de las etapas de la vida (p128).

La resiliencia se refiere al proceso de superar los efectos negativos de la exposición al riesgo, afrontamiento exitoso de las experiencias traumáticas y la evitación de las trayectorias negativas asociadas con el riesgo. Para que aparezca la resiliencia tienen que estar presentes tanto factores de riesgo como de protección que ayuden a conseguir un resultado positivo o



reduzcan o eviten un resultado negativo. (Fergus y Zimmerman , 2005, como se cita en Becoña, E. (2006), p 128).

Frente a las anteriores definiciones halladas sobre la resiliencia; es posible decir que todas tienen algo en común; la ubicación del sujeto como ser capacitado para afrontar y construir a partir de su vivencia siendo capaz de crear y de surgir a partir de la adversidad; en el caso de las personas que además de proporcionarse cuidados otorgan protección a niños/as con discapacidad; sería posible decir que el recurso resiliente puede manifestarse en su capacidad de construir una vida para dicho niño/a sin importar las circunstancias en las que este/a se encuentre permitiéndole a su vez, vivir en un mundo con amor y cuidados sin importar las circunstancias.

El término resiliencia es probablemente uno de los que más crecido en las últimas décadas, las ciencias sociales y dentro de ellas la psicología se han motivado en estudiar este fenómeno, es por ello que muchas investigaciones se han orientado hacia Latinoamérica, donde la vulnerabilidad y los contextos adversos hacen parte de la cotidianidad en muchos de sus países y reúnen factores que describen este fenómeno.

Según Acero(2008); es posible hablar de tres corrientes en resiliencia (Manciaux, 2004) una fundamentada en la teoría conductista cuyo enfoque es individual; una segunda corriente proveniente de Europa cuya raíz es psicoanalítica y una tercera de influencia latinoamericana en la que autores como Kotliarenko (1996) destacan y presentan una inclinación social y comunitaria.

Si bien la presente tesis pretende abarcar la resiliencia desde sus diferentes ópticas; se hace gran énfasis en la asertividad de los aportes de la corriente denominada por Acero como

latinoamericana o inclinada a lo social y comunitario; sin dudas, el proceso de resiliencia trasciende la individualidad y es producto de la comunicación de las personas con sus pares.

Desde el punto de vista de la psicología social y comunitaria, la resiliencia corresponde a “la capacidad universal que permite a una persona, grupo o comunidad, minimizar o sobreponerse a los efectos novivos de la adversidad, la resiliencia puede transformar o fortalecer la vida de las personas” (Kotliarenco, 1997)

La comunidad se entiende como una entidad social, son individuos que por encima de la cantidad de sus miembros, mantienen entre sí relaciones humanas y económicas, comparten ideas, valores, costumbres, metas, instituciones y servicios con distinto grado de conformidad y de conflicto. Estas variables determinan en gran medida tanto las fortalezas como la vulnerabilidad y consecuentemente también inciden en el impacto social de los desastres y catástrofes y en la capacidad de afrontamiento, recuperación y transformación posibles, es por ello que resulta tan interesante abordar la resiliencia desde este campo pues es al interior de estos colectivos donde se generan estos factores que describen la complejidad de esta capacidad universal. Uriarte, J. (2013).

Uriarte (2013) define a la resiliencia comunitaria como la capacidad del sistema social y de las instituciones para hacer frente a las adversidades y para reorganizarse posteriormente de modo que mejoren sus funciones, su estructura y su identidad. (P.10).

### 5.1.3 **Epistemología: Interpretativismo.**

La epistemología presenta el conocimiento como el producto de la interacción del hombre con su medio, conocimiento que implica un proceso crítico mediante el cual el hombre va organizando el saber hasta llegar a sistematizarlo” (Tamayo, 2001 p.24). La epistemología explica como conocemos lo que sabemos, para el caso orienta ¿qué tipo de conocimiento obtendremos con esta investigación?

La complejidad de las relaciones que se establecen entre principios filosóficos y ontológicos y sus derivaciones epistemológicas se refleja en las diversas tradiciones o perspectivas teóricas existentes en el ámbito de las ciencias humanas y sociales. La perspectiva teórica subyace una metodología, proporciona un contexto y fundamentación para el desarrollo del proceso de investigación para así brindar una base lógica y criterios de validación.

En tanto para el caso se toma como epistemología el INTERPRETATIVISMO, con este podemos comprender la realidad como dinámica y diversa, se lo denomina cualitativo, fenomenológico-naturalista o humanista. Su interés va dirigido al significado de las acciones humanas y de la práctica social. Su propósito es hacer una negación de las nociones científicas de explicación, predicción y control del paradigma positivista, por las nociones de comprensión, significación. Paz, M (2.003)

Sus características fundamentales son:

- Su orientación es al “descubrimiento”. Busca la interconexión de los elementos que pueden estar influyendo en algo que resulte de determinada manera.
- La relación investigador-objeto de estudio es de compañía. Existe una participación democrática y comunicativa entre el investigador y los sujetos investigados.
- Considera a la entrevista, observación sistemática y estudios de caso como el método modelo de producción de conocimiento.
- Su lógica es el conocimiento que permita al investigador entender lo que está pasando con su objeto de estudio, a partir de la interpretación ilustrada.

## **5.2 Factores de riesgo y de protección**

A partir de 1980, como refiere Infante (2001) se establece que el desarrollo de la resiliencia como fenómeno se divide básicamente, en dos generaciones, dentro del desarrollo del término resiliencia en el campo de la psicología. En la primera generación se ahonda sobre los factores de riesgo y factores de protección los cuales aparecieron en los años 80s y se caracterizan por los hallados en la investigación de Werner & Smith, donde se identificó que existen factores que actúan como mediadores o atenuadores de las consecuencias causadas por determinado evento adverso o factores de riesgo, en tanto la segunda generación marcada por los aportes de Grotberg y Rutter toman como referencia los primeros aportes y adicionan que se deben tener en

cuenta las situaciones y el contexto además de las cualidades individuales las cuales también tiene que ver con las formas de afrontamiento.

### 5.2.1 Factores de riesgo

Los factores de riesgo los conocemos principalmente para referirnos a aspectos biomédicos, por ejemplo el sedentarismo aumenta las probabilidades de tener un infarto, Esta concepción a concepción biomédica resultan insuficiente para asociar a aspectos del desarrollo humano, un aporte significativo para la conceptualización de riesgo la brindo la epidemiología social y la búsqueda de factores en el ámbito económico, psicológico y familiar, esto ha permitido reconocer la existencia de una trama diversa y compleja de hechos psicosociales, algunos de los cuales se asocian a daño social y otros sirven como amortiguadores de impacto de este.

Para abordar este tema en el fenómeno desde la resiliencia no se hace referencia a aspectos mortales sino a aspectos que están presentes en el medio y predisponen riesgos es decir, hacen referencia a cualquier característica o cualidad de una persona o comunidad que se relaciona con una elevada probabilidad de riesgo a la salud mental o física. Por ejemplo se observó que las probabilidades de padecer daños pueden surgir de sujetos que concentran en sí los factores de riesgo, constituyéndose en individuos de alto riesgo o en otro aspecto prevalece las personas que se exponen directamente a un riesgo a pesar de conocer las consecuencias Munist M., Santos H., Kotliarenco M., Suárez E., Infante F. y Grotberg E., (1998).

Para la psicología estos aspectos del contexto permiten identificar si las personas logran desarrollar comportamientos adaptativos de acuerdo a las exigencias a las que se expongan en el medio.

De acuerdo a los intereses de la psicología en identificar como surgen las capacidades en algunas personas de sobreponerse a las dificultades, se orientan los intereses de las investigaciones de esta disciplina en hallar y conocer no solo los factores de riesgo como predisposiciones del medio sino en aquellos aspectos que promueven protección a los sujetos y que también les permiten sobrellevar adecuadamente situaciones difíciles. Es así como surgen investigaciones y apropiaciones teóricas de diferentes autores sobre este tema.

En la persona que brinda sus cuidados a un niño/a con discapacidad; pueden presentarse diferentes clases de factores de riesgo ligadas al agotamiento por la demanda del menor, la falta de recursos que ha de implicar tensión y preocupación sobre el cuidado necesario para el niño/a o factores emocionales como la usencia de una pareja o vivencias traumáticas que el adulto cuidador ha vivido y que deben quedar relegadas tras la importancia de otorgar estabilidad al niño/a que la necesita.

### 5.2.2 Factores de protección

Los factores de protección como los definen Munist et al, (1998) son el conjunto de condiciones en el entorno que favorecen el desarrollo de los individuos o grupos y que mitigan los efectos de eventos difíciles, estos pueden diferenciarse en internos que tienen que ver con las cualidades de la persona como por ejemplo la estima, seguridad, confianza de sí mismo,

facilidad para comunicarse y empatía entre otros, así mismo también hay estudios que dan cuenta de aspectos externos como la familia, el ambiente social y redes informales de apoyo.

Kotliarenco (1.996 citando a Rutter 1985) refiere que los mecanismos protectores aluden a *“...influencias que modifican, mejoran o alteran la respuesta de una persona a algún peligro que predispone a un resultado no adaptativo”*.

Sin embargo, esto no significa que estos se relacionan directamente con experiencias positivas o benéficas, puede tratarse de un hecho displacentero o peligroso, también no se presentan de forma directa sino que tienen que ver con la interacción es decir con las formas de afrontar un hecho, modificando la respuesta para una situación similar posterior, así mismo están presentes en algunos sujetos como parte de sus cualidades.

Kotliarenco (1996) señala que Rutter considera importante identificar los factores protectores y riesgos del medio para anticipar hechos que puedan afectar la salud mental, sin embargo limitan a tener otro tipo de formas de afrontamiento y de prevención a situaciones posteriores por lo que este autor indica que los análisis deben orientarse a revisar cómo funcionan los factores protectores ante diferentes experiencias, los dos estarán presentes a lo largo de la vida de una persona, en tanto lo que se debe analizar son los mecanismos protectores, es decir cómo afectan los riesgos y factores de protección en diferentes contextos. Kotliarenco retomando a Rutter afirma:

"tanto la vulnerabilidad como la protección son procesos interactivos. Ambos, más que ser atributos permanentes o experiencias, son procesos que se relacionan con momentos claves en la

vida de una persona. Resulta de mayor precisión utilizar el término de mecanismo protector cuando una trayectoria que era previamente de riesgo, gira en dirección positiva y con una mayor probabilidad de resultado adaptativo." (p.14)

De acuerdo a lo expuesto los factores de riesgo y de protección no representan explicaciones sobre el fenómeno de la resiliencia si se analizan de forma aislada, cada uno de ellos actúa de acuerdo a la situación. Para comprender a cerca de esta premisa en un ejemplo Rutter (1985) indica que la adopción puede ser un factor de riesgo para un niño en un ambiente aventajado, sin embargo se transforma en protector para el niño que nace en un contexto familiar donde prevalece la privación. No se puede referir entonces el término de resiliencia si no entendemos que esta capacidad depende de la interacción dinámica entre múltiples, factores de riesgo y factores resilientes, los cuales pueden ser familiares, Bioquímicos, fisiológicos, cognitivos, afectivos, biográficos, socioeconómicos, sociales y/o culturales Martinez, V. Olguin, M (2.009).

Anelli (2004) haciendo referencia a lo expuesto por Rutter indica que estudios muestran cuatro tipos de procesos protectores, que actúan como predictores a través de un efecto "catalizador" y que operan indirectamente de una variable sobre la otra, modificando los resultados de la interacción de los factores de riesgo:

- Reducción del impacto de riesgo, puede darse modificando el significado que esta tenga para el sujeto, es decir una disposición controlada a causa del conocimiento de los efectos y sacrificios que puede demandar determinada situación, por otro lado también se puede



dar la alteración de exposición al riesgo a través de retroalimentación acerca de cómo se debe afrontar determinada situación o evitando la exposición al riesgo.

- Reducción de probabilidades de reacciones negativas en cadena las cuales contribuyen a perpetuar efectos adversos.
- Fortaleciendo la autoestima y autoeficacia, si existe aprecio propio esto brindara confianza y seguridad para afrontar desafíos. También tener relaciones afectivas seguras y armónicas propicia una adecuada red de apoyo.
- Las experiencias o momentos claves en la vida de una persona, que son capaces de crear oportunidades de desarrollo adaptativo, y que marcan continuidad en la trayectoria vital del individuo. Kotliarenco A. M., Cáceres I. y Fontecilla M. (1996)

El fenómeno de la resiliencia se debe indagar desde dos posiciones como los son los factores protectores, y de riesgo que pone en juego la persona en el contexto en que se desarrolla para que se dé la resiliencia. Esta es precisamente la premisa que da inicio a una segunda generación de investigaciones a través de las investigaciones de Grotberg y Rutter.

Teniendo en cuenta lo expuesto frente a los factores protectores a nivel interno como las cualidades que poseen la persona, Wolin y Wolin (citado por Kotliarenco, Cáceres I. & Fontecilla M., 1996) utilizan el concepto de mándala de la resiliencia para referirse a algunas características de las personas que tienen capacidades resilientes.

El término mándala significa paz y orden interno, y es una expresión empleada por los indios navajos del suroeste de los Estados Unidos, para designar a la fuerza interna que hace que el

individuo enfermo encuentre su resistencia interna para sobreponerse a la enfermedad (Castañeda, 2005 citando a Suárez 1995). Se ilustra en apéndice E.

- Introspección: Reflexiona sobre sus actos basado en principios éticos y morales que han sido contruidos desde su medio.
- Independencia: Es capaz de distanciarse de situaciones adversas, fijando limites frente a ambientes adversos.
- Capacidades para relacionarse. Establece vínculos satisfactorios con otros que le permiten desarrollar capacidades de empatía y establecimiento de lazos sociales.
- Iniciativa: Establece metas y exigencias frente a tareas que se tornan cada vez más adversas teniendo el control de la situación.
- Humor: “Encuentra el lado cómico de la situación. Se mezcla el absurdo y el horror en lo risible de esta combinación”.
- Creatividad: Busca alternativas innovadoras a partir de una situación de crisis. “La capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden”.
- Moralidad: Posee capacidades de interiorizar conductas bajo una mirada de valores y principios que le generan bienestar en la toma de decisiones.

### **5.3 El cuidador.**

Teniendo en cuenta que los factores de riesgo hacen referencia a predisposiciones personales o del contexto que generan una alta probabilidad de riesgo a la salud mental o física y teniendo en cuenta el perfil de la persona de estudio para esta investigación, quien corresponde a una cuidadora de dos personas en condición de discapacidad y que dadas las obligaciones que

debe asumir en su labor que le generan una demandante atención, se hace necesario describir algunos de los aspectos relacionados con su rol y que se relacionan con dificultades que pueden predisponer su salud mental.

La investigación se refiere a cuidador/a como aquella persona que se encarga del cuidado de otra de una forma constante e integral. El fenómeno indagado en esta tesis, se encuentra comprendido por la experiencia de una cuidadora que tiene la característica de encargarse de familiares dependientes (hermana y sobrina) ya que poseen condiciones mentales especiales (retraso mental moderado) que les impide tener autonomía sobre algunas actividades diarias.

Quienes se dedican a esto en la mayor parte de los casos debieron asumirlo por factores de fuerza mayor, por solicitud de la familia o por razones externas, sin embargo en primer momento no se tiene claridad sobre la complejidad, esfuerzo y responsabilidades que deben asumirse durante un gran periodo de tiempo implicando afectación en otras áreas psicológicas y sociales del cuidador.

En la publicación de la Asociación de Daño Cerebral Adquirido de Bizcaia (2.011) donde se hace una detallada descripción sobre las funciones y características de los cuidadores de personas dependientes entre los aspectos comunes a las que se expone una persona en el rol de cuidador se encuentra:

- Proporcionar ayuda es una buena forma de que las personas dependientes sientan que sus necesidades físicas, sociales y afectivas están resueltas.
- Implica una dedicación importante de tiempo y energía
- Conlleva tareas que pueden ser incómodas

- Suele darse más de lo que se recibe.
- Es una actividad para la que normalmente, no se ha previsto y para la que no se ha sido previamente preparado.

Existen tareas que debe desempeñar el cuidador de acuerdo al gran de dependencia que tenga la persona a cargo entre ellas se encuentran:

- Ayuda para la higiene personal (peinarse, bañarse, etc.).
- Ayuda en las actividades de la casa (cocinar, lavar...).
- Ayuda para el transporte fuera del domicilio.
- Ayuda para el desplazamiento en el interior del domicilio.
- Ayuda para la administración del dinero y los bienes.
- Supervisión en la toma de medicamentos.
- Colaboración en tareas de enfermería.
- Resolver situaciones conflictivas derivadas del cuidado (por ejemplo, cuando se comporta de forma agitada).
- Ayuda para la comunicación con los demás cuando existen dificultades para expresarse.
- Hacer muchas "pequeñas cosas" (por ejemplo, llevarle un vaso de agua, acercar la radio, etc...).

## 6. Marco Metodológico

La investigación es de orden cualitativo, está es una de las formas de exploración que permite conocer las apropiaciones de un fenómeno desde la realidad y complejidad que significan las posiciones subjetivas y desde la cotidianidad. Según Mayan (2.001) en este tipo de métodos el investigador intenta no manipular el escenario de investigación, no controla influencias externas, se trata de dar sentido a la vida cotidiana sin que la presencia del investigador influya sobre el comportamiento del sujeto de estudio. Es por ello que este método también se conoce como indagación naturalista pues su principal objetivo es conocer la espontaneidad o naturalidad de los fenómenos sociales.

Las investigaciones de tipo cualitativo tienen diferentes alcances dependiendo del tipo de fenómeno a observar y estrategia utilizada para el análisis. Para esta investigación se optó por un estudio descriptivo pues a partir de la revisión documental y posterior aplicación del instrumento se busca reconocer e identificar el fenómeno de la resiliencia a partir del contexto en que se desenvuelve esta cuidadora.

Según Danhke (citado por Sampieri, 1999) “los estudios descriptivos buscan especificar propiedades, las características y los perfiles de las personas, grupos, comunidades procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis”, en tanto este permite ahondar sobre el fenómeno de la resiliencia.

Una de las características del método cualitativo es que sus aportes en la investigación se dan a partir de la indagación deductiva es por ello que para dar cuenta del tipo de significados que se construyen se debe hacer uso de estrategias que permitan recolectar y analizar la información sin

interrumpir las apreciaciones de los participantes desde la posición del investigador, permitiendo la fluidez en los discursos de los actores que hacen parte del estudio.

Como lo menciona Estrada, y Díaz Granados (2.007) al referir que una de las influencias que más motiva a los investigadores sociales a trabajar a través con un método cualitativo ha sido la posibilidad de entender desde el lenguaje las comprensiones que se tejen sobre las dinámicas sociales, es por ello que se optó como instrumento la entrevista pues esta es una de las formas que permite comprender y conocer el contexto de los participantes. Estrada (2.007) refiere:

“No existen medios para privilegiar una explicación particular sobre la base de su correspondencia única con el mundo. La inteligibilidad de nuestras explicaciones del mundo no se deriva del mundo mismo, sino de nuestra inmersión en una tradición de prácticas culturales” (p.246).

El paradigma cualitativo nos brinda entonces diferentes herramientas para acercarnos al fenómeno sin interrumpir la cotidianidad con la que se presenta y teje la complejidad y espontaneidad de los fenómenos sociales es por ello que se optó por la entrevista semiestructurada a fin de debatir y conocer sobre el concepto de resiliencia a partir preguntas orientadoras sobre la historia de vida de esta cuidadora.

## **6.1 Herramientas.**

Los enfoques cualitativo y cuantitativo tienen un fin y es buscar información que permitirá soportar los resultados de la investigación, sin embargo para el caso el enfoque cualitativo resulta más acertado teniendo en cuenta que sus fines buscan el análisis de situaciones en torno a conceptos, percepciones, imágenes mentales, creencias, emociones, interacciones, pensamientos, experiencias, procesos y vivencias manifiestas en el lenguaje de cada participante, las formas de

análisis deben incluir estrategias que recolecten información desde los ambientes naturales y cotidianos de los participantes.

La entrevista cualitativa es más íntima, flexible y abierta, esta se define como una reunión para intercambiar información, entre una persona (entrevistador) y otro u otros (entrevistado), a través de este proceso entre preguntas y respuesta se logra una comunicación y la construcción conjunta de significados respecto al tema de análisis para la investigación. Para la investigación se optó por la entrevista de tipo semiestructurada, esta se basa en una guía de asuntos donde el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar información sobre los temas deseados. Sampieri (1.991),

La entrevista semiestructurada se usa cuando el investigador tiene bases teóricas sobre el tema de interés, para ello recurre a un esbozo de la información que le permita orientar los fines de interés sin alterar la espontaneidad y naturalidad de la información. Para los fines de esta investigación fue necesario orientar el interés de las respuestas hacia la historia de vida de la participante pues esta noción posibilita la comprensión de la conducta humana desde un posición descriptiva e interpretativa, a través de la vivencia y desde sus propias palabras permite conocer desde un relato íntimo, espontáneo y cotidiano las posturas, explicaciones y reconstrucciones frente a un fenómeno de estudio. (Puyana, y Barreto, 1.994)

El paradigma cualitativo propone diferentes técnicas para el análisis de la información recolectada, sin embargo partiendo desde la complejidad que lleva el análisis de un fenómeno desde una óptica naturalista, espontánea y diversa este método exige un análisis adecuado para no dejar de lado la validez y confiabilidad de la investigación.

## 6.2 Método.

Para esta investigación se toma como referencia el método de análisis cualitativo del contenido: Una Alternativa Metodológica Alcanzable propuesto por Pablo Cáceres, esta técnica brinda una forma acertada para la obtención de un conocimiento ajustado partiendo de una revisión detallada no solo del lenguaje sino de apropiaciones de sobre el fenómeno de la resiliencia. Según Mayring citado por Cáceres (2.003) "El análisis cualitativo de contenido se define a sí mismo dentro de este marco de trabajo como una aproximación empírica, de análisis metodológicamente controlado de textos al interior de sus contextos de comunicación, siguiendo reglas analíticas de contenido y modelos paso a paso, sin cuantificación de por medio"

Según Cáceres (2.003) esta técnica también brindan estrategias para la reelaboración y reducción de datos sin dejar de lado el contenido manifiesto como el contenido latente de los datos a través de la reunión de la información a partir de categorías de análisis que permiten establecer relaciones e inferencias a través del lente que orienta la teoría previa.

Estos son los pasos que propone el método, los cuales se ilustran en la figura del apéndice B

Primer paso: Selección del objeto de análisis dentro de un modelo de comunicación. En esta fase el investigador debe tener clara la postura teórica, disciplinar e intención de la investigación.

Segundo paso: El desarrollo del pre análisis. Es el primer acercamiento con la información que se ha obtenido a partir de la recolección de documentos y el establecimiento previo de ejes de observación.



Tercer paso: La definición de unidades de análisis. Corresponde a la elección de segmentos del contenido sobre los cuales se realizará el análisis para posteriormente agruparlos en el tema y ubicarlos por categorías tomando como referencia vocablos y frases o párrafos relevantes.

Cuarto paso: Establecimiento de reglas de análisis y códigos de clasificación. Este proceder es libre e inductivo, comenzando desde los datos para definir reglas que los clasifiquen y posteriormente codificarlos, es lo que se denomina “codificación abierta”, en donde el investigador revisa las unidades de análisis preguntándose cuál es el tema, aspecto o significado que ellas encierran (Rodríguez, 1996).

Los datos deben ser agrupados con un identificador común a cada grupo, en este caso cada uno de ellos se le asigna un código, este puede ser una palabra o símbolo alfanumérico. Una vez que los datos han sido segmentados y agrupados conforme a las reglas de análisis, se tiene que brindar un identificador a cada grupo. Estos identificadores reciben el nombre de códigos, y puede dárseles el distintivo en palabras, códigos o números. Los códigos representan un conjunto de datos reunidos, por tanto, se dice que los códigos “etiquetan” los segmentos, agregando información al texto a través de un proceso que abstrae las características del contenido agrupado y la sintetiza en un solo concepto o símbolo.

Quinto paso: Desarrollo de categorías, las categorías hacen referencia a "cajones" donde lo seleccionado de la entrevista se ordena y clasifica de modo definitivo, en este caso la información tendrá una orientación previamente establecida fundamentada en el eje de investigación permitiendo establecer nuevos análisis y relaciones teóricas,

Para este punto vale la pena tener en cuenta lo expuesto por Cáceres (2003):

“El problema de la dependencia categorial sobre el investigador tiene relación con el carácter emergente de este análisis de contenido, en el sentido de favorecer la sistematización de la información comenzando desde los datos, codificando de modo abierto y estableciendo categorías a partir del criterio del analista “(p. 67).

Una de las pretensiones de este punto tiene que ver con la agrupación por género o la relación de aquel material segmentado, identificado por medio de códigos a partir de criterios propios del investigador, que da lugar a categorías conceptuales de mayor nivel de abstracción.

Sexto paso: Integración final de los hallazgos. Los objetivos o guías de análisis son los elementos centrales de la construcción teórica final, los análisis obtenidos a partir de las discusiones teóricas dadas desde la aplicación de los anteriores pasos finalmente sugerirían nuevos caminos, nuevas relaciones, vacíos o áreas poco estudiadas o sobre el tema de interés de estudio. Careces (2003) citando a Glaser & Strauss, (1999) y Mayring, (2000).

## **7. Resultados de la indagación académica**

Para la realización de esta investigación se seleccionó la participante a partir del conocimiento de aspectos relevantes de la historia de vida de esta persona a partir de su participación en los talleres, “historias de las que hacemos parte” (proyecto de práctica 20013-I) (Varón, N 2013), en estos espacios se conocieron eventos relevantes a lo largo de su historia de vida de cada uno de los participantes de estos talleres, además de las formas de afrontamiento y las formas como deben asumir su rol de cuidadores de niños en situación de discapacidad. El

interés se orientó entonces en ahondar sobre las capacidades que les permitían asumir de forma empoderada su rol como cuidadores a pesar de las dificultades del pasado y presente así como las demandas que exige esta importante labor en pro del bienestar de la niñez.

Basado en el objetivo de reconocer los factores que promueven la resiliencia en esta cuidadora se optó por la aplicación como instrumento una entrevista semiestructurada orientada desde preguntas de la historia de vida, pues esta herramienta facilita el análisis desde la complejidad y cotidianidad del participante que para el caso fue una cuidadora de 40 años quien tiene a cargo personas con discapacidad, una de ellas es su hermana y la otra es su sobrina. Para la ejecución de la entrevista se debió contactar en varias ocasiones a la participante ya que por los compromisos que le obligan su labor era muy difícil contar con un espacio de tiempo en el que estuviera sola y cómoda para el desarrollo de la entrevista.

Para el análisis de los datos se optó por el método de análisis cualitativo del contenido (Cáceres, 2003) basado en los siguientes pasos:

Primer paso: Selección del objeto de análisis dentro de un modelo de comunicación. En esta parte se consultó el estado del arte sobre el fenómeno de la resiliencia a fin de identificar la postura teórica sobre la cual se realizaría el análisis y sobre el cual se debieron orientar los intereses de esta investigación. Entre los autores consultados se encuentran Anelli, F. (2004), Becoña, E. (2006), Castañeda, P. Guevara, A. (2005), Cuervo, J. De la Hortua, Y. Gil, G. (2007), Infante, F. (2001), Kotliarenco A. M., Cáceres I. y Fontecilla M. (1996), Kotliarenco, M. Cáceres, I. Alvarez, C. (1996), Martínez, V. Olguin, M. (2009), Munist, M., Santos H., Kotliarenco M., Suárez E., Infante F. y Grothberg E., (1998).

Segundo paso: El desarrollo del pre análisis. Tomando como referencia el universo de documentos consultados se inició la decantación de información que no sería relevante abordar y se seleccionaron los textos base sobre los cuales se realizaría la discusión teórica. Donde se identificaron los factores de riesgo y factores de protección como ejes de observación. Basado en lo expuesto por los autores Kotliarenco A. M., Cáceres I, Fontecilla M, M. Caceres, I. Alvarez, Castañeda, P. Guevara quienes además citan en sus documentos a Rutter y Grotberg los cuales han brindado aportes significativos sobre el fenómeno de la resiliencia los factores protectores y de riesgo.

Tercer paso: La definición de unidades de análisis. En este punto se tenía claro los intereses de investigación y la selección del participante para realizar la entrevista semiestructurada donde se identificarían los factores de riesgo y protección. Posterior a la aplicación de la entrevista y a partir de la transcripción de la misma se inició una ubicación de frases y párrafos en estas dos categorías principales. Este punto se describe en la matriz I.

Cuarto paso: Establecimiento de reglas de análisis y códigos de clasificación. Se encontró que existía dentro de cada categoría temas que debían ser sub divididos para permitir los análisis desde la postura teoría. En este punto se dio simultáneamente el punto cinco que tiene que ver con el desarrollo de las categorías a través de nuevos análisis de la información. Para el caso se establecieron categorías, sub categorías e indicadores como reglas de análisis. Este punto se describe en la matriz 2.

Categoría FACTORES DE RIESGO, en ella se ubicaron como subcategoría a los antecedentes de la historia de la participante, estos identificados como sucesos y demandas del contexto que predisponían la aparición de dificultades en el área socio afectiva, cognitiva y

económico por lo que de acuerdo a los propuesto por Munist et al, (1998) predispone la salud mental de una persona. En se ubicaron los siguientes indicadores identificados en la entrevista: Rol de cuidadora, conflicto armado, desplazamiento forzado y duelos.

Categoría FACTORES PROTECTORES, en ella se ubicaron las subcategorías de internos y externos según refiere Munist et al, (1998) los factores protectores son el conjunto de condiciones en el entorno que favorecen el desarrollo de los individuos o grupos y que mitigan los efectos de eventos difíciles, donde las calidades de la persona hacen referencia a los internos para el caso se tomó la mándala de la resiliencia de Wolin y Wolin (citado por Kotliarenco, Cáceres I. &Fontecilla M., 1996) Iniciativa, introspección, capacidades para relacionarse, humor , creatividad, moralidad e independencia. En el área externa se encuentran los factores del contexto que favorecen el afrontamiento, que de acuerdo a la ejecución de la entrevista se identificaron: Instituciones y apoyo familiar.

Sexto paso: Integración final de los hallazgos, a partir de los análisis obtenidos desde la postura teoría propuesta y en contraste con la clasificación de información desde los factores de riesgo y factores de protección se dieron las discusiones teóricas acerca del fenómeno los cuales se detallan a continuación en el análisis de la investigación.

## **8. Análisis de resultados.**

Está investigación tenía como objetivo identificar, describir y analizar los factores que han desarrollado la resiliencia en la participante de estudio, para ello y basado en la explicación dada previamente en los resultados, a continuación se define el análisis de cada una de las categorías,

subcategorías e indicadores de los ejes de investigación, que permitieron identificar a través de la entrevista basada en su historia de vida antecedentes y aspectos que dejan reconocer la capacidad resiliente.

Primero los FACTORES DE RIESGO con la subcategoría ASPECTOS donde se describen los indicadores de rol de cuidadora, conflicto armado, desplazamiento forzado y duelos, posteriormente la categoría FACTORES PROTECTORES con las subcategoría factores INTERNOS donde se analizan las características del perfil resiliente desde la Mándala de la Resiliencia a través de los indicadores iniciativa, introspección, capacidades para relacionarse, humor, creatividad, independencia y moralidad, y por último la subcategoría factores EXTERNOS a partir de los indicadores instituciones y familia.

En la categoría FACTORES DE RIESGO, se ubicaron como subcategoría a los antecedentes de la historia de la participante, estos identificados como sucesos y demandas del contexto que predisponían la aparición de dificultades en el área socio afectiva, cognitiva y económica por lo que de acuerdo a los propuesto por Munist et al, (1998) predispone la salud mental de una persona.

El indicador rol de cuidadora se incorpora en esta categoría basado en lo expuesto por Bizcaia (2011) donde refiere que las demandas a las que obliga el rol pueden implicar afectación en áreas psicológicas y sociales basándose en el compromiso de tiempo, la dedicación contante, la realización de tareas incómodas, la falta de reciprocidad y la falta de preparación para asumir esta labor. En tanto a partir de lo analizado en la entrevista se encuentran elementos de riesgo

relacionados con las demandas que implica su labor. En la participante se encuentra varios de los aspectos mencionados por este autor por ejemplo haciendo referencia a los compromisos de tiempo la persona dice: *“Tengo muchas citas con las niñas, ... estoy corriendo para un lado y para el otro”*. En cuanto a la dedicación constante dice: *“Esta labor no es fácil, el cuidado que se tiene que tener con ellas....”* *“... Estela tiene sus momentos... pero uno le habla y a ella se le pasa ”* *“Por eso hay que estarle poniendo cuidado a ella”*

La realización de tareas incómodas, como en el caso donde su expresión da muestra de paciencia y serenidad para asumir en momentos de estrés: *“... Estela tiene sus momentos... pero uno le habla y a ella se le pasa”*

Identifica la falta de reciprocidad, se evidencia cuando dice : *“Más apoyo de mi familia”* *“Pero mi familia, no... poco cuento con eso porque no ”* *“Una carga tan grande y uno solo... eso es duro. Eso me pone triste”*.

Así mismo Buitrago. M, Ortiz. S, Eslava. D. (2010) refiere otras necesidades a las que están expuestos los cuidadores y que se relacionan con las predisposiciones que refieren los factores de riesgo:

*“Las necesidades expresadas plantean serios problemas económicos, debilidades en los sistemas de protección, barreras de acceso al Sistema General de Seguridad Social en Salud y problemas en la calidad de los servicios, así como falta de oportunidades laborales... Los relatos de los cuidadores evidencian agotamiento y anhelo de poder ser escuchados, para encontrar*

alivio y algún soporte para lograr continuar sus vidas y la de las personas a quienes cuidan. La esperanza los alimenta y con ella, no dudan en plantear sus sueños, porque a través de ellos gritan al mundo que el cuidado de las personas en situación de discapacidad es una responsabilidad que el destino les asignó” (p. 74)

En relación al indicador conflicto armado se reconoce como factor de riesgo pues el sometimiento prolongado a hechos de violencia política como la tortura, la desaparición forzada y las masacres se convierten en una situación traumática para las víctimas y la población en general, ya que estos hechos producen tensión en las personas y las obligan a vivir situaciones extremas de terror. Así mismo se debe tener en cuenta que lo más grave que afrontan las personas expuestas al conflicto no es el miedo constante pues como menciona. Torrado, A. (2003)“lo más letal y lesionador para la vida psíquica de las víctimas de la violencia política es tener que “aprender “a vivir en medio de las pérdidas, tener que actuar como si nada hubiese pasado”. Esta cuidadora permite observar desde su discurso este factor de riesgo presente en su historia de vida: *“Después que yo tenía veinte años ahí si fue la lucha, por que llego el conflicto armado allá, antes eso no se había visto,... muchas muertes, demasiadas ”*“*Allá tocaba hacer lo que ellos dijeran. O se va conmigo o se va...*”

Ante esta situación de desplazamiento que es lo que más recuerdas? *“Pues muy difícil...”*

El desplazamiento forzado es otra de las consecuencias a las que lleva el conflicto armado y que representa un riesgo tanto para la salud física y mental. El desplazamiento es una medida desesperada que toman las comunidades e individuos para proteger la vida, este tiene la



intencionalidad por parte de los actores armados de someter, producir terror, aniquilar, romper el tejido social, controlar el territorio etc. El desplazamiento no es una decisión voluntaria, las personas no quieren dejar su comunidad, sus tradiciones, o buscar una nueva tierra para que sus hijos crezcan. Bello (2000).

La participante se refirió a ello así: *“Venirme fue en si cuando empezó la violencia allá”*  
*“Alla tocaba hacer lo que ellos dijeran. O se va conmigo o se va...”**“Pues heee, de venirme, venirme fue en si cuando empezó la violencia allá, Yo ya había estado aquí en Bogotá con mis hermanos, pero me toco devolverme por que María estaba apeliando igual que la niña. Los paramilitares estaban abusando de ella, abusaron de ella constantemente... el papa de la niña no se sabe quién es. La niña también estaba corriendo peligro. ... toco salir con ellas”*

Por ultimo en relación a los factores de riesgo se identificó que esta cuidadora ha estado expuesta a varios duelos por muertes de personas de su sistema familiar, dos hermanos y recientemente su madre. El duelo es el proceso psicológico que se produce a partir de alguna pérdida. Es la reacción frente a la pérdida de algo significativo, las cuales pueden ser desde una persona, un animal, una cosa, una relación, etc. Es una experiencia emocional humana y universal, única y dolorosa; el hecho de enfrentarse a esta pérdida se le llama elaboración de duelo y conduce a la necesidad de la adaptación a una nueva situación. Se convierte en un factor de riesgo al representar un proceso de aceptación y adaptación que para algunos individuos y familias se convierte en un verdadero reto mientras se trasciende sobre las diferentes etapas de afrontamiento. Ortega. M, López, S. Álvarez, M. Aparicio. (2002). Al respecto retomo algunas de las expresiones de la participante. Haciendo referencia a la muerte de uno de sus hermanos,

quien falleció atropellado *“Fue muy difícil, porque fue la primera muerte de la familia”* Que aprendizajes te dejó esta experiencia? *“La verdad de amar la familia y estar más pendiente de ella. Valorar más los hermanos”* Y tu otro hermano? *“Mi otro hermano falleció el año pasado de un paro cardíaco por cáncer de pulmón, eso también fue difícil, porque faltó mucho afecto y apoyo. De mi parte la relación con era muy distante”*. Que aprendizajes te dejó esta experiencia? *....esto nos enseñó el haber estado más cerca, la muerte de él fue negligencia de nosotros... haber estado más cerca más pendientes. Mi madre falleció hace un año en abril, ella estaba muy enferma.*

El análisis de la entrevista permite vislumbrar eventos difíciles así como condiciones en el entorno que posibilitaron de alguna forma riesgos a lo largo de la historia de vida de esta cuidadora, es por ello que al respecto vale la pena tener en cuenta conceptos diferenciales para evitar confusiones con el concepto de resiliencia y vulnerabilidad, pues se puede asociar directamente con riesgo.

La relación que existe entre estos dos conceptos es que la vulnerabilidad es una característica de la gestación de comportamientos resilientes. Según Reichers y Weintraub (1990) citado en Kotliarenko (1996), se debe diferenciar entre lo que ellos denominan desadaptación y el concepto de vulnerabilidad, al entender la vulnerabilidad como un fenómeno perceptible en el cual cierto nivel de estrés resulta desadaptativo y que varía constantemente de acuerdo a las capacidades de cada persona y es allí donde se convierte en un proceso protector y exitoso si se logran manejar oportunamente.

Ahora, basado en los intereses de entender que factores son los que permiten que se de la resiliencia en esta cuidadora, se describen los factores protectores que posibilitaron el desarrollo de esta capacidad teniendo en cuenta la definición de Munist et al, (1998) donde los describe como el conjunto de condiciones en el entorno que favorecen el desarrollo de los individuos o grupos y que mitigan los efectos de eventos difíciles, estos pueden diferenciarse en internos y externos. Para el caso se retomó la mándala de la resiliencia para referirnos a los aspectos internos basado en lo expuesto por Wolin y Wolin (1996) frente a las características que poseen las personas que desarrollan resiliencia, entre ellos se encuentra la iniciativa, la introspección, la capacidad para relacionarse, humor, creatividad, independencia y la moralidad.

El indicador iniciativa corresponde a la cualidad de la persona que le permite establecerse metas y exigencias frente a tareas que se tornan cada vez más adversas y a pesar de ello mantiene el control de la situación. En la participante se observan varias expresiones que dan cuenta de este aspecto, en ella se observa como recurre a diferentes medios para solucionar problemas económicos, para llevar a cabo su rol de cuidadora, para terminar su formación académica y proyectar un mejor futuro para ella y las personas que tiene a cargo, por ejemplo al recurrir a diferentes medios para encontrar apoyo y poder tener una vivienda propia. Es notable además una posición positiva ante las situaciones difíciles, estas son algunas de sus expresiones:

*Yo me la rebusco así haciendo de todo un poquito.*

*Yo me rebusco, lo de los subsidios y todo eso*

*Yo estudie hice hasta séptimo de bachiller... allá en caldas, en Manzanares. Acá termine el resto... el año pasado, valide.*

*Me ofrecieron un apoyo para la casa y con eso si Dios quiere y una plática que me dejo mi mamá con el fondo nacional del ahorro, dentro de poco me entregan la casa.*

*Difícil, pero imposible jamás.*

*Yo la veo difícil pero no imposible.*

Otro de los indicadores es la capacidad de reflexionar sobre sus actos basado en principios éticos y morales que han sido construidos desde su medio, conocido como la introspección, la persona tiene la capacidad de mirarse internamente, plantearse preguntas difíciles y responder honestamente. En la participante se encontró que:

- Haciendo referencia a los aprendizajes que se generaron a partir del fallecimiento de sus hermanos.

*“La verdad de amar la familia y estar más pendiente de ella. Valorar más los hermanos”*

*“eso también fue difícil, porque faltó mucho afecto y apoyo. De mi parte la relación con era muy distante.”*

*....esto nos enseñó el haber estado más cerca, la muerte de él fue negligencia de nosotros... haber estado más cerca más pendientes”*

- Reconoce dificultades y necesidades de su labor.

*“Más apoyo de mi familia, también más apoyo económico para poder vivir mejor no....para poder vivir mejor”*

- Identifica una de sus fuentes de motivación.

*“Me motiva que las niñas estén bien. El bienestar es lo más importante para mí”*

El indicador capacidades para relacionarse, tiene que ver con la capacidad de establecer vínculos satisfactorios con otros que le permiten desarrollar habilidades de empatía y establecimiento de lazos sociales, que para el caso resultan de utilidad para poder llevar a cabo su labor.

*“Yo me rebusco, lo de los subsidios y todo eso es porque yo estoy pendiente o las amigas le avisan a uno”*

*“A veces les solicito apoyo a otras personas”*

Sin embargo en otro apartado de la entrevista refiere: *“Yo no soy compinchera yo con la gente así poco”*. Se identifica que las relaciones que establece con las personas se dan principalmente por fines instrumentales, es decir por necesidades para su rol, por lo que en el área individual se reconoce con necesidades de afecto y de una compañía que le entienda y apoye en su vida diaria.

Que pone triste a LUCILA? *Me siento sola, en voz suave (rompe en llanto y mantiene la mirada en el piso) una carga tan grande y uno solo... eso es duro.*

Como te ves en diez años? ... *le digo la verdad... yo a los 50 años yo espero estar casada, yo la veo difícil pero no imposible. Difícil, pero imposible jamás... Yo sueño estar casada.*

El indicador humor, indica que la persona encuentra el lado cómico de la situación, la persona es capaz de encontrar lo cómico en una situación difícil. Sin embargo, respecto a la aplicación de la mandala de la resiliencia como indicador para apreciar las cualidades resilientes

de esta cuidadora se haya que el sentido del humor no es una característica que haya identificado en la participante.

El indicador creatividad refiere que la persona busca alternativas innovadoras a partir de una situación de crisis, “La capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden”. En ella se identifican varias expresiones relacionadas con este concepto que se asocian además con la capacidad de iniciativa para llevar a cabo diferentes funciones sin indisponerse ante el cambio.

- Refiere no tener una labor específica, se adapta fácilmente a varios contextos laborales y formas de ingreso para obtener el sustento del hogar.
- A que te dedicas? *“No pues oficios varios”. “Yo vendo revistas, YANBAL AVONE y pues un auxilio que recibo del ICBF de un programa que se llama Hogar Gestor, ese lo recibo por la niña menor. Yo me la rebusco así haciendo de todo un poquito”.*

La capacidad de independencia tiene que ver con poder establecer límites ante contextos adversos alude a la capacidad de mantener distanciado emocionalmente de situaciones pudiesen afectar física o emocionalmente. Para el caso se identifica que la cuidadora estuvo expuesta a situaciones de conflicto armado y desplazamiento forzado, éstas se reconocen como hechos que pueden representar riesgo a nivel emocional y físico al estar en medio de lugares de conflicto, está característica precisamente permite reconocer que a pesar de estar en un contexto vulnerable logro fijar límites entre el riesgo y la superación.

Por último dentro de los factores protectores se encuentra la moralidad la cual hace referencia a la capacidad de interiorizar conductas bajo una mirada de valores y principios que le generan bienestar en la toma de decisiones. Al respecto en esta cuidadora se observa cómo a partir de este factor logrará movilizarse en las demás esferas de su vida personal. Su rol más que convertirse en una obligación, significa un sentido de vida que da sentido a su cotidianidad. Estas expresiones dan cuenta de este indicador de moralidad: *“Me motiva que las niñas estén bien. El bienestar es lo más importante para mí”*. *“A mí me gusta servir”*.

Al respecto más adelante planteo una discusión sobre como el rol de cuidador que se plantea como un factor de riesgo, pasa a ser un factor protector.

Dentro de la categoría de FACTORES PROTECTORES se ubicó la subcategoría EXTERNOS la cual hace referencia al contexto o redes que propician el afrontamiento y brindan apoyo, Kotliarenco, Et al (1996) haciendo referencia a los factores externos que promueven la resiliencia indica que entre ellos se encuentra la familia a través de los atributos como la cohesión, la ternura y la preocupación por el bienestar de los niños, otro aspecto tiene que ver la disponibilidad de fuentes de apoyo externo, tales como contar con un profesor, un padre, madre sustituta, o bien, instituciones tales como la escuela, agencias sociales o la iglesia, entre otros. Así mismo Kotliarenco citando a Fonagy et al (1994) refiere que dentro de las características presentes en el medio social de las personas que han desarrollado resiliencia se encuentran:

- Padres competentes

- Relación cálida con al menos un cuidador primario
- Mejor red informal de apoyo (vínculos)
- Mejor red formal de apoyo a través de una mejor experiencia educacional y de participar en actividades de instituciones religiosas y de fe. (Pag. 23)

En tanto en la entrevista se reconoce que existen instituciones de tipo formal e informar que de forma directa e indirecta brindan herramientas que le posibilitan mejores formas de afrontamiento. Entre las formales se encuentra apoyo de instituciones de intereses sociales como el Instituto Colombiano de Bienestar familiar a través del programa Hogar gestor que se encarga de apoyar económicamente el cuidado de niños en situación de discapacidad y que además brindan articulación con otras instituciones para otro tipo de beneficios económicos a familias vulnerables.

- Fuente de apoyo formal.

*“Ellos fueron los que me apoyaron a mí a estudiar, las doctoras y la gente del programa Hogar Gestor”*

*“Un auxilio que recibo del ICBF de un programa que se llama Hogar Gestor”*

*“Nos ofrecieron un apoyo para la casa y con eso si dios quiere y una plática que me dejo mi mamá con el fondo nacional del ahorro, dentro de poco me entregan la casa”*

*“También estoy haciendo papeles para que le den a María la interdicción”*

- Fuentes de apoyo informal a través del soporte espiritual que le brinda asistir a una iglesia cristiana.

A quien le pides ayuda cuando necesitas algo? *“A Dios la verdad, yo también voy a una iglesia cristiana”*



También se incluyó como indicar a la familia, teniendo en cuenta que Kotliarenco, Et al (1996) menciona que tener padres competentes y relación cálidas con al menos un cuidador primario son características de un perfil resiliente. En la cuidadora se identifica que la infancia y adolescencia estuvo marcada por un apoyo y atención contante de su familia. *“...hasta los 18 años, era una niña niña, totalmente la casa, mi mama no nos dejaba salir, no nos dejaba salir a una taberna nada. Solo en la casa”* Indica como era el tipo de relación con sus padres. *“Bonita, Mi mamá también era de carácter fuerte, pero cuando ella se le quitaba el mal genio yo trataba acercármele para hablar con ella. A la única que le contaba cosas era e ella y a veces a mi papa también. Yo le contaba los problemas que tuviera”*

Retomando el tema de la espiritualidad, este fue uno de los temas identificados en la entrevista, la participante asiste a una iglesia cristiana y se reconoce como creyente, se identifica en ella este aspecto como elemento protector que atreves de un sistema de creencias brinda soporte al área emocional, pues reconoce en él un poder que guía a apoya y da fuerza para salir adelante a pesar de las adversidades. Expresiones como estas, dan cuenta de ello: *“Pedirle a Dios que me de mucha fortaleza. Él me ha dado fortaleza” “siempre he sido muy bendecida también”*.

Kotliearenco, M. Caceres, I. Alvarez, C. (1996) definen la espiritualidad como *“una dimensión integrante de la vida y la experiencias humanas, caracterizada por la apertura a la trascendencia”* Así mismo señalan que este es factor de protección especialmente para las personas expuestas a condiciones de riesgo.

La espiritualidad se soporta desde tres leyes fundamentales que permiten además dar sentido a este como elemento protector. El primero es la aceptación incondicional por el otro, ante los ojos de este Dios todas las personas son iguales, en este aspecto la persona percibe inmediatamente como este Dios es gratuito, incondicional, total, que ama y protege sin reparos, el segundo tiene que ver con la conciencia de que existen normas básicas que orientan hacia conductas constructivas, la espiritualidad también se basa en principios éticos universales que dirigen y moldean la moralidad de las personas y por ultimo experimentar que existe un sentido para la vida que está dotada de significados y de que la persona es importante no solo para sí mismos sino para una construcción trascendente.

”Hallar sentido a la vida entonces es encontrarse con el amor que salva que libera del mal radical y que abre las puertas a la vida eterna, que no es otra cosa sino la felicidad que proviene de la plenitud, es decir de la unión con Dios” (Kotliarenco, et al, pág., 106)

Tomando lo expuesto por Rutter (1985) identificar los factores de riesgo y protectores de forma aislada no representan una explicación clara sobre el fenómeno de la resiliencia. La resiliencia debe entenderse como un fenómeno de interacción de sistémico y contextual entre diferentes factores entre los cuales están las predisposiciones genéticas, lo cognitivo, las dinámicas familiares, sociales, culturales, afectivos, entre otros tantos. En tanto como menciona Kotliarenco (1996) citando a Rutter se debe reconocer que esta dinámica orienta a replantear que más que la exposición a eventos adversos y factores de protección se debe orientar el análisis para revisar como actúan cada uno de ellos en diferentes contextos por lo que invita a pensar no en factores protectores sino en mecanismos de protección, estos resultan más precisos para

referirnos a conductas de las cuales se espera riesgo sin embargo giran de forma positiva posibilitando la adaptación.

Para dar un ejemplo de ello en la subcategoría de antecedentes dentro de los FACTORES DE RIESGO se ubicó al indicador de rol del cuidador, se observa que para el caso este no representa precisamente un predisposición, al contrario pasa a ser un factor protector asociado al indicador MORALIDAD que propone la mánkala de la resiliencia dentro de la categoría de factores protectores internos, esta hace referencia a las capacidades de interiorizar conductas bajo una mirada de valores y principios que le generan bienestar en la toma de decisiones Wolin y Wolin (1.996). Para la participante servir a otro y generarles bienestar le fortalece y da sentido a su vida.

Al respecto Buitrago (2010) refiere que se ha encontrado que los cuidadores:

“La mayoría de los cuidadores manifiestan sus necesidades ligadas profundamente a las de las personas a las que cuidan, pues en la dinámica de la vida cotidiana han interiorizado que el proceso del cuidador va más allá de una acción instrumental y han comprendido que el arte del cuidado debe traer beneficios mutuos” (p. 73).

Anelli (2004) citando a Rutter menciona cuatro de tipos de procesos protectores, que actúan como predictores a través de un efecto “catalizador” y que operan indirectamente de una variable sobre la otra, modificando los resultados de la interacción de los factores de riesgo, para el caso identifico dos de ellos.

La reducción del impacto de riesgo y la reducción de probabilidades de reacciones negativas en cadena las cuales contribuyen a perpetuar efectos adversos, partiendo de una disposición controlada a causa del conocimiento de los efectos y sacrificios que puede demandar determinada situación. Al respecto se identifica que la exposición ante el conflicto armado es un antecedente que propicio la idea del desplazamiento de la familia a la capital en busca de nuevas oportunidades, esto de acuerdo a este mecanismo se explica como un manejo controlado del riesgo que además aporció a que se disminuyeran riesgos toda la familia, como por ejemplo el reclutamiento forzado de sus hermanos o estar expuestos en la zona a conflictos donde estuviese involucrada la población civil.

Así mismo partiendo de lo expuesto por Kotliarenko (1996) las experiencias o momentos claves en la vida de una persona permiten crear oportunidades de desarrollo adaptativo y marcan continuidad en la trayectoria vital del individuo. Por lo que la exposición constante a situaciones de riesgo como el conflicto armado, desplazamiento forzado, duelos y de adquirir una responsabilidad demandante como cuidadora de su hermana y sobrina marcan el discurso de una historia de vida llena de significados y reflexiones sobre la importancia de resurgir desde lo adverso a partir de una actitud empoderada para afrontar el dolor que busca nuevas oportunidades y mejoramiento de la calidad de vida tanto para ella como para las personas que tiene a cargo.

A partir de identificar cuáles fueron los factores de riesgo en esta participante se puede analizar que la exposición a diferentes eventos traumáticos no necesariamente puede generar

crisis o traumas con consecuencias a nivel de salud mental, esto se explica también desde lo expuesto por Munist et al, (1998) con el llamado modelo del desafío:

“Ese modelo muestra que las fuerzas negativas, expresadas en términos de daños o riesgos, no encuentran a un niño inerme sufriendo inevitablemente daños permanentes. Describe la existencia de verdaderos escudos protectores que harán que dichas fuerzas no actúen linealmente, atenuando así sus efectos negativos y, a veces, transformándolas en factor de superación de la situación difícil”. (p. 10)

Finalmente el fenómeno de la resiliencia no debe entenderse como la capacidad de afrontamiento frente a la adversidad, ni tampoco como la presencia de uno u otro rasgo en la personalidad, la resiliencia es el entramado que se teje entre los eventos adversos, los factores que permitieron la protección y el contexto que sirvió de sostén o apoyo frente a la adversidad. La resiliencia es reconocer una fortaleza más allá de la vulnerabilidad, es reconocer que detrás del afrontamiento se construye un discurso a partir de significados propios que se han tejido a lo largo de la vida y que apunta a la esperanza y el mejoramiento de la calidad de vida.

Por otro lado conocer la historia de vida de esta cuidadora también significó escuchar la voz invisible de una mujer que pocas veces es escuchada, este ejercicio le permitió análisis y reflexiones sobre su rol que le permitieron dar cuenta de sus fortalezas y necesidades, frente a ello Puyana citando a (Valdés,1988) refiere que la historia de vida no es solo relatar quien es, si no es hacer una introspección sobre el pasado, presente y futuro. *"Relatar la vida, no es vaciar*

*una sucesión de acontecimientos vividos, sino hacer un esfuerzo para dar sentido al pasado, al presente y a lo que éste contiene como proyecto" (P. 189)*

Con base en lo anterior se logran desarrollar los objetivos propuestos como eje de investigación, soportado en que:

De acuerdo al material documental consultado en la selección del objeto de análisis (estado del arte) se identificó en el pre análisis los Factores protectores y de riesgo como ejes que posibilitarían obtener la información que se buscaba para comprender como desarrolló resiliencia la participante. Ver apéndice C.

Se describieron y analizaron los factores de protección y de riesgo partiendo desde la definición de unidades de análisis el establecimiento y desarrollo de categorías. Ver apéndice D y análisis de resultados.

Por último se realizó una integración final de hallazgos basados en las revisiones teóricas donde se identificó, analizo y describió el fenómeno lo cual permitió finalmente reconocer como esta cuidadora a través de los factores protectores y de riesgo desarrolla resiliencia

## **9. Conclusiones**

Abordar el fenómeno de la resiliencia fue un gran reto que brindo la posibilidad de conocer diferentes posturas desde diferentes autores ante un tema tan complejo, además entender que no es un capacidad que se de en algunas personas, sino que está presente en todos, varía de acuerdo a los contextos y tipo de eventos, a partir de muchos aspectos como los mecanismos protectores,

factores entre internos, externos, protectores y de riesgo para que se dé. Este fenómeno debe abordarse desde una comprensión sistémica y contextual.

Los factores de riesgo identificados dan cuenta de la exposición reiterada a eventos que demandan estresores tales como el conflicto armado, el desplazamiento forzado, duelos y asumir el rol como cuidadora sin embargo la investigación da cuenta como estos a través de los mecanismos de protección como menciona Anelli (2004) actúan como escudo y permiten prevenir y preparar ante una situación, disminuyendo el estrés ante una situación adversa entre ellos se encuentran: la reducción del impacto de riesgo, reducción de probabilidades de reacciones negativas en cadena el fortaleciendo de la autoestima y autoeficacia y por ultimo las experiencias o momentos claves en la vida de una persona. Todos estos actúan como “colchón” ante las situaciones adversas y nos permite entender otro aspecto que posibilita la capacidad resiliente.

Desde los factores de protección analizados a partir de la Mándala de la resiliencia de Wolin y Wolin (1996), se identificó que la iniciativa, la creatividad y el deseo de trabajar por el bienestar de las personas son de las características de más peso y que le ayudan a dar sentido a su cotidianidad, así mismo se encuentra que dentro de los factores de protección externos la actitud despierta le ha permitido que obtenga el apoyo de diferentes programas a través de instituciones formales que le han brindado un soporte económico y social para ella pueda llevar a cabo diferentes proyectos como terminar sus estudios y tener próximamente una casa propia.

Comprender el fenómeno de la resiliencia desde el rol de un cuidador de personas en situación de discapacidad permite observar que detrás de un perfil resiliente se esconde una admirable abnegación por su labor. Una de las conclusiones más importantes para esta investigación fue identificar que el rol de cuidador pasa de ser un factor de riesgo al identificarse como una labor demandante y poca reciprocidad a un sentido de vida que cambia el discurso cotidiano del cuidado de otro a un mecanismo de protección que se da parir de reconocerse importante en la vida a partir del papel que se ocupa para el otro que le necesita.

## **10. Recomendaciones**

La recomendación se orienta a invitar investigaciones que ahonden formas de intervención para la población de cuidadores de personas en situación de discapacidad, una gran parte de los intereses teóricos se han orientado en torno a la discapacidad se han centrado principalmente en reconocer, estudiar y aportar sobre aspectos de la persona dependiente del cuidado de otro denominado paciente, estas sin duda han facilitado el reconocimiento de esta población, lo que ha posibilitado la movilización de instituciones en pro de la consecución de logros que dignifican esta población tales como las políticas públicas y el reconocimiento especial como sujetos de derechos. Sin embargo este tipo de procesos aún no han logrado la visibilización de otros actores fundamentales en la vida de las personas con discapacidad y que además afrontan diferentes dificultades en su vida diaria tales como necesidades de apoyo por parte de su familia, oportunidades laborales que se ajusten a las necesidades de su labor, dificultades económicas, falencias en el sistema de seguridad social, una pareja estable que les entienda y acompañe entre otras tantas.



## 11. Referencias bibliográficas

Acero, PD, (2009) Esperanza y resiliencia: de la respuesta destructiva al crecimiento postraumático, Rv Editores, Buenos Aires

Anelli, F, fragmento texto conductas de riesgo y factores protectores de niños y adolescentes.(2004) Universidad católica del norte.

ASOCIACIÓN DE DAÑO CEREBRAL ADQUIRIDO DE BIZCAIA. El cuidado al cuidador. (2.011) España.

Becoña, E. RESILIENCIA: DEFINICIÓN, CARACTERÍSTICAS Y UTILIDAD DEL CONCEPTO, asociación española de psicología clínica y psicopatología Vil 11. Barcelona. (2006).

Bello, M et al. Relatos de la violencia. Impactos del desplazamiento forzado en la niñez y la juventud. Universidad Nacional de Colombia, Fundación Amor. Bogotá, 2000.

Buitrago. M, Ortiz. S, Eslava. D. (2010) Necesidades generales de los cuidadores de las personas en situación de discapacidad. Artículo de investigación. Facultad de Enfermería, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia.

Cáceres, P. Análisis cualitativo de contenido: una alternativa metodológica alcanzable. (2.003). Escuela de psicología, Pontificia universidad Católica de Valparaíso. Chile.

Castañeda, P. Guevara, A. (2.005) Estudio de casos sobre factores resilientes en menores ubicados en hogares sustitutos. Pontificie Universidad Javeriana. Bogotá.

Charriez, M. 2.012 Historias de vida: Una metodología de investigación cualitativa. Universidad de puerto rico. Tomado de: <http://revistagriot.uprrp.edu/archivos/2012050104.pdf>.

Cuervo, J. De la Hortua, Y. Gil, G. (2007). Comprensiones en torno a la resiliencia desde la política pública y textos de algunas organizaciones no gubernamentales con sede en Bogotá que trabajan con familias en situación de vulnerabilidad. Universidad Santo Tomás, Bogotá.

Estrada, A y Diazgranados, S. (Eds) (2.007) Construccinismo social, aportes para el debate y la práctica / Kenneth Gergen. Universidad de los andes Universidad de los Andes, Facultad de Ciencias Sociales. Bogotá.

García, C. (2005). La Cartografía Social en la práctica: Barrios del mundo: Historias urbanas, sistematización del I año del proceso Abril de 2005.

Infante, F. (2001) La Resiliencia como proceso. Compilado por: Melillo, A. y Suárez, E., N. 2002. Lanús: Argentina. Paidós.

Infante, F. (2001) La Resiliencia como proceso. Compilado por: Melillo, A. y Suárez, E., N. 2002. Lanús: Argentina. Paidós.

Kotliarenco A. M., Cáceres I. y Fontecilla M. (1996). Estado del arte en resiliencia. Centro de estudios y atención del niño y la mujer. Washington D.C. Oficina Panamericana de la Salud.

Kotliarenco, M. Cáceres, I. Álvarez, C. Resiliencia construyendo en adversidad (1996) Centro de estudios y atención del niño y la mujer. Santiago de Chile.

Martínez, V. Olguín, M (2009) “La promoción de la resiliencia: una perspectiva de abordaje de la violencia escolar”. Universidad nacional de Cuyo. Argentina.

Mayan, J. (2001) Una introducción a los métodos cualitativos, módulo de entrenamiento para estudiantes profesionales. México.

Muniz, M., Santos H., Kotliarenco M., Suárez E., Infante F. y Grotberg E., (1998). Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes. USA: Washington. Organización Panamericana de la Salud.

Ortega. M, Lopez, S. Álvarez, M. Aparicio. M. (2002) Tema 11. El duelo. Universidad de Cantabria. Extraído de:<http://ocw.unican.es/ciencias-de-la-salud/ciencias-psicosociales-ii/materiales/tema-11.pdf>.

Paz, M. (2003). Investigación cualitativa en educación, fundamentos y tradicionales. España.

Puyana, Y. Barreto, J. (1994) La historia de vida: Recurso en la investigación cualitativa, Reflexiones metodológicas. Universidad Nacional de Colombia.

Sampieri, R. (1991) METODOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN. México.

Torrado, A. Las secuelas emocionales del conflicto armado para una política pública de paz Convergencia. Revista de Ciencias Sociales, vol. 10, núm. 31, enero-abril, 2003. Universidad Autónoma del Estado de México México.

Uriarte, J. (2013) LA PERSPECTIVA COMUNITARIA DE LA RESILIENCIA. Universidad del país vasco. España.

Varón, Y. (2013) Proyecto de practica I, historias de las que hacemos parte, encuentros reflexivos para el fortalecimiento de las familias participantes del programa Hogar Gestor, Localidad de Rafael Uribe. Fundación Universitaria Los libertadores. Bogotá.

## 12. Anexos

### 12.1 12.1 APENDICE A

#### Entrevista con Cuidadora

Los nombres del participantes han sido modificados.

Tu nombre completo?

Lucila

Cuántos años tienes?

40, Nací en enero del 1974

Soy la séptima de 11 hermanos

Cuido de mi hermana María de 34 años que tiene retraso mental moderado y de mi sobrina, hija de María, Estela de 11 años, que también tiene retraso mental moderado.

A que te dedicas?

No pues oficios varios, la verdad ahoritica no estoy haciendo nada, tengo muchas citas con las niñas,... estoy corriendo para un lado y para el otro.

Cuéntame de tu infancia?

Yo me críe con mi mamá, mi papa y mis hermanos... una familia muy humilde del campo... todos del campo, campo en Manzanares caldas. Vivía con mis diez hermanos, cinco hombres, dos ya fallecieron y mis hermanas, dos viven en Pereira.

Dos de mis hermanos fallecieron...

Mi hermano murió atropellado en el puente de Venecia, tenía 27 años yo esta en caldas

Que recuerdas de esto?

Fue muy difícil, porque fue la primer muerte de la familia.

Que aprendizajes te dejó esta experiencia?

La verdad de amar la familia y estar más pendiente de ella. Valorar más los hermanos.

Y tu otro hermano?

Mi otro hermano falleció el año pasado de un paro cardíaco por cáncer de pulmón, eso también fue difícil, porque faltó mucho afecto y apoyo. De mi parte la relación con era muy distante.

Que aprendizajes te dejó esta experiencia?

...esto nos enseñó el haber estado más cerca, la muerte de él fue negligencia de nosotros... haber estado más cerca más pendientes. Mi madre falleció hace un año en abril, ella está muy enferma. Ella tenía diabetes y sufría del Corazón, del cuidado de ella estaba mi otra hermana. Siempre fue muy enferma.

Bien, por ahora y para no perder el hilo de los temas a tratar vamos a seguir hablando de tu vida y luego si hablamos un poco más del presente, de lo actual. Volviendo a hablar de tu infancia me puedes contar cuál era la fuente de sustento del hogar?

No pues mis papas, tenían una finquita y pues de ahí....mis hermanos como eran mayores, pues ellos trabajaban...colaboraban para levantarnos a nosotros, ellos eran los mayores, anteriormente trabajaban...Ellos trabajaban, mis papas decían que lo que ellos trabajaban eran para los papas, después ellos fueron madurando, se independizaron cada uno.

Cuál fue tu formación académica?

Yo estude hice hasta séptimo de bachiller... allá en caldas, en Manzanares. Acá termine el resto... el año pasado, valide.

Cuál fue tu iniciativa para entrar a estudiar.... Ummmm la verdad, pues ellos fueron los que me apoyaron a mí. Las doctoras y la gente del programa Hogar gestor, ellos fueron los que me apoyaron a mí a estudiar...

A que dedicabas el tiempo libre?

Yo era deportista a mí me gustaba mucho, habían campeonatos del municipio, alla apoyaban la gente con el deporte... eran campeonatos del municipio, no pudimos salir de ahí, porque se necesitaba el apoyo económico.

Actualmente practicas algún deporte?

De vez en cuando ... gimnasia que haga en la casa o salir a jugar basquetbol con la familia... con mis hermanas.

Que recuerdas de tu infancia?

Mi niñez fue muy bonita inolvidable... todo era muy sano, uno podía salir jugar, no había problemas de miedo nada...

Cuéntame un poco de tu adolescencia?

Pues yo la verdad seguía viviendo como una niña, yo creo hasta los 18 años, era una niña niña, totalmente la casa, mi mama no nos dejaba salir , no nos dejaba salir a una taberna nada. Solo en la casa.

Como te proyectabas en ese momento?

No... pensaba en estudiar y ya y nada más.

Como era la relación con tus padres?

Bonita, Mi mamá también era de carácter fuerte, pero cuando ella se le quitaba el mal genio yo trataba acercármele para hablar con ella. A la única que le contaba cosas era e ella y a veces a mi papa también. Yo le contaba los problemas que tuviera.

Si habláramos de necesidades cuales recuerdas en esa época?

No pues nada... si éramos muy humildes.

Tuviste una pareja o alguna relación durante ese tiempo?

No nada, antes de veinte años no... mi mama no me dejaba salir. Tuve una persona pero cuando me visitaba era con mi mama y mi papa.

Por qué debiste cambiar de lugar de vivienda, me habías comentado que vivías en Manzanares, por que llegaste a Bogotá?

Pues heee, de venirme, venirme fue en si cuando empezó la violencia allá, Yo ya había estado aquí en Bogotá con mis hermanos, pero me toco devolverme por que Maria estaba apeliando igual que la niña. Los paramilitares estaban abusando de ella, abusaron de ella constantemente... el papa de la niña no se sabe quién es. La niña también estaba corriendo peligro. ... toco salir con ellas. Alla tocaba hacer lo que ellos dijeran. O se va conmigo o se va...

Ante esta situación de desplazamiento que es lo que más recuerdas?

Pues muy difícil, porque mi mama sufriendo. Mi mama con esa enfermedad. Mi mama tenía diabetes.... Toda la vida sufrió de la tensión del corazón... Yo vivía con mis papas y las niñas, luego me vine para Bogotá con mis hermanos, pero luego me toco venirme con ellas y ellos se quedaron allá. Luego por la cuestión de la enfermedad de mi mamá toco que se vinieran para acá.

Puedes contarme un poco más sobre el momento que llego el paramilitarismo?

Después que yo tenía veinte, si fue la lucha, por que llego el conflicto armado allá, antes eso no se había visto,... muchas muertes, demasiadas.

Ahora vamos hablar un poco más sobre lo reciente, sobre lo que haces y como lo logras.

En que se basa el sustento para el hogar y cuidado de las personas que tienes a cargo? Yo vendo revistas, YANBAL AVONE y pues un auxilio que recibo del ICBF de un programa que se llama Hogar Gestor, ese lo recibo por la niña menor.

En el rol que desempeñas como cuidadora, que crees que te hace falta o que necesitas?

Más apoyo de mi familia, también más apoyo económico para poder vivir mejor no....para poder vivir mejor. Pero mi familia, no... poco cuento con eso porque no... eso es difícil. En cuanto a afecto y esas cosas. Mi familia casi no Yo no trato de ir por allá... Cuando tengo tristeza trato de no ir por allá.



Que haces cuando estas triste?... llorar sola.

Que pone triste a LUCILA? Me siento sol, en voz suave (rompe en llanto y mantiene la mirada en el piso) una carga tan grande y uno solo... eso es duro. Eso me pone triste... yo a ellos nunca les digo eso, pero para que....(refiriéndose a la familia), sabe que me dijeron. Me dijeron eso y yo dije jamás...usted se hizo responsable de esas niñas mire cómo va a salir de ahí... tenaz... Entonces yo mejor no. mira a ver que... así me respondieron mis hermanas. Yo les hablo todo pero no...

Quienes te apoyan a ti en tu labor... como crees que los has logrado hasta ahora?

Yo me rebusco aparte sola, Solo me apoya mi hermana Doris, pero un ratico y ya. Eso es una lucha... con ellos. Pase lo que pase yo tengo que estar pendiente. A veces tango problemas con los de la ruta por que no alcanzo a llegar a tiempo, me ha amenazado con quitarme la ruta. Esta labor no es fácil, el cuidado que se tiene que tener con ellas.... mis hermanos no... ellos no. A veces les solicito apoyo a otras personas, pero a mi familia no. Yo los quiero y todo pero para eso no. Me evito mejor

Mencionas que recibes un apoyo del ICBF , como lograste esta ayuda?

Yo me rebusco, lo de los subsidios y todo eso es porque yo estoy pendiente o las amigas le avisan a uno. Lo del Habitad también...

Que es lo del Habitad?

Nos ofrecieron un apoyo para la casa y con eso si dios quiere y una plática que me dejo mi mamá con el fondo nacional del ahorro, dentro de poco me entregan la casa. También estoy haciendo papeles para que le den a María la interdicción, pero eso es difícil, mi familia no sabe de eso.

Que te motiva a trabajar por los demás?

Me motiva que las niñas estén bien. El bienestar es lo más importante para mí. Y pedirle a Dios que me de mucha fortaleza. Por qué más se hace. Y él me ha dado fortaleza... y es que ellas caminan... eso es una ventaja porque yo le digo a dios cuidar una persona en una casa no tiene precio. Ellas se ayudan, se bañan, comen, se cepillan... toca estar pendiente pero ellas lo hacen,

por lo menos están niñas se mueven es mejor atajar que arriar. Estela tiene sus momentos, pero uno le habla y a ella se le pasa. Estela es una niña muy especial muy cariñosa, por eso hay que estarle poniendo cuidado a ella. ...Yo una vez tuve una pareja y él me dijo es que es una tentación... Haaaaa entonces a uno le da mucho miedo.

A quien le pides ayude cuando necesitan algo?

A Dios la verdad, yo también voy a una iglesia cristiana y a nadie más yo no le digo a mi familia porque yo sé que no me van a ayudar.

Y yo no soy compinchera yo con la gente así poco.

Quien es Lucila como te describes? A mí me gusta servir,... soy trabajadora. A veces de mal genio, pero me controlo fácil.

Que decía tu mama de lo que tú haces por tu María y Estela?

Muy agradecida...porque yo me hice cargo de la niña... vivía muy agradecida con migo.

Ella me dejo una plata para la casa.

Como te ves en un año?

Dios quiera que me de vida y salud y estar bien... siempre he sido muy bendecida también ...

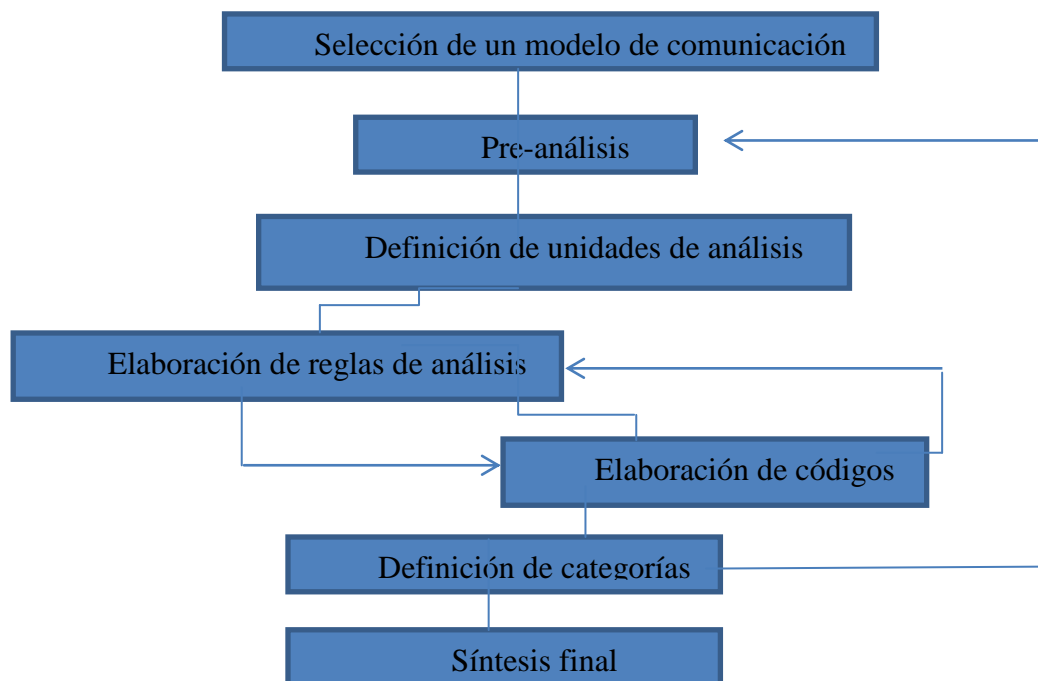
Quisiera estar bien. Espero estar en mi vivienda propia, con lo del Habitat y el Fondo Nacional del Ahorro el otro año me entregan la casa.

Como te ves en diez años?... le digo la verdad... yo a los 50 años yo espero estar casada, yo la veo difícil pero no imposible. Difícil, pero imposible jamás. Tengo unas personas de la iglesia con las que salgo, pero a mí me preocupa mucho lo de las niñas... Yo sueño estar casada.

Me da mucho miedo, Toda la vida he tenido ese temor, no quiero problemas... (Refiriéndose a que las niñas puedan ser abusadas por un hombre) Estela es muy cariñosa. Uno lo piensa para evitar por problemas... créame que soy la persona más insegura de este mundo con eso.

**12.2 12.2 APENDICE B**

- Procedimiento general de la técnica de análisis cualitativo de contenido.



## 12.3 1.1 APENDICE C

## 7.1 Matriz 1

## Definición de unidades de análisis

<b>CATEGORIA / FACTOR</b>	<b>CONCEPTO</b>	<b>SUBCATEGORIA</b>	<b>CONCEPTO</b>
FACTORES DE RIESGO	Aspectos que están presentes en el medio y predisponen riesgos es decir, hacen referencia a cualquier característica o cualidad de una persona o comunidad que se relaciona con una elevada probabilidad de riesgo a la salud mental o física. Munist et al, (1998)	ASPECTO	
FACTORES PROTECTORES	Son el conjunto de condiciones del entorno que favorecen el desarrollo de los individuos o grupos y que mitigan los efectos de eventos difíciles. Munist et al, (1998)	INTERNOS	<p>Mándala de la resiliencia para referirse a algunas características de las personas que tienen capacidades resilientes como:</p> <p>Iniciativa: Establece metas y exigencias frente a tareas que se tornan cada vez más adversas teniendo el control de la situación.</p> <p>Introspección: Reflexiona sobre sus actos basado en principios éticos y morales que han sido</p>

			<p>construidos desde su medio.</p> <p>Capacidades para relacionarse. Establece vínculos satisfactorios con otros que le permiten desarrollar capacidades de empatía y establecimiento de lazos sociales.</p> <p>Humor: “Encuentra el lado cómico de la situación. Se mezcla el absurdo y el horror en lo risible de esta combinación”.</p> <p>Creatividad: Busca alternativas innovadoras a partir de una situación de crisis. “La capacidad de crear orden, belleza y finalidad a partir del caos y el desorden”.</p> <p>Independencia: Es capaz de distanciarse de situaciones adversas, fijando límites frente a ambientes adversos.</p> <p>Moralidad: Posee capacidades de interiorizar conductas bajo una mirada de valores y principios que le generan bienestar en la toma de decisiones.</p>
		EXTERNOS	<p>Hacen referencia al contexto o redes que favorecen y propician el afrontamiento.</p>

## 12.4 APENDICE D

## 7.2 Matriz 2

Establecimiento de reglas de análisis y códigos de clasificación.

CATEGORIA / FACTOR	SUB CATEGORIA	INDICADOR	TEXTO
FACTORES DE RIESGO	ASPECTOS	ROL DE CUIDADORA	<p>Refiriéndose a las demandas de tiempo que obliga su labor.</p> <p><i>“tengo muchas citas con las niñas,... estoy corriendo para un lado y para el otro.”</i></p> <p>Haciendo referencia a falta de reciprocidad y necesidades que reconoce en su rol.</p> <p><i>“Más apoyo de mi familia, también más apoyo económico para poder vivir mejor no...”. “Una carga tan grande y uno solo... eso es duro. Eso me pone triste”</i></p> <p>Haciendo referencia a la reciprocidad por parte de la familia, quienes han relegado este compromiso a la participante.</p> <p><i>....me dijeron...usted se hizo responsable de esas niñas mire cómo va a salir de ahí... tenaz.</i></p> <p>Referenciado la realización de tareas incómodas.</p> <p><i>“Estela tiene sus momentos... pero uno le habla y a ella se le pasa”</i></p>

			<p>Indicando la atención constante que requieren las personas que tiene a cargo</p> <p><i>“Por eso hay que estarle poniendo cuidado a ella”</i></p>
		CONFLICTO ARMADO	<p><i>“Después que yo tenía veinte años ahí si fue la lucha, por que llego el conflicto armado allá, antes eso no se había visto,... muchas muertes, demasiadas”</i></p> <p><i>“Allá tocaba hacer lo que ellos dijeran. O se va conmigo o se va...”</i></p> <p>Ante esta situación de desplazamiento que es lo que más recuerdas?</p> <p><i>“Pues muy difícil”</i></p>
		DESPLAZAMIENTO FORZADO	<p><i>“Venirme fue en si cuando empezó la violencia allá”</i></p> <p>Haciendo referencia a las consecuencias que genera el conflicto como la tensión y terror.</p> <p><i>“Allá tocaba hacer lo que ellos dijeran. O se va conmigo o se va...”</i></p> <p>Indica que debieron abandonar su lugar de vivencia en pro de proteger sus vidas.</p> <p><i>“Pues heee, de venirme, venirme fue en si cuando empezó la violencia allá, Yo ya había estado aquí en Bogotá con mis hermanos, pero me toco devolverme por que María estaba apeliando igual que la niña. Los paramilitares estaban abusando de ella, abusaron de ella</i></p>

			<p><i>constantemente... el papa de la niña no se sabe quién es. La niña también estaba corriendo peligro. ... toco salir con ellas.</i></p>
		DUELOS	<p>Haciendo referencia a la muerte de uno de sus hermanos, quien falleció atropellado.</p> <p><i>Fue muy difícil, porque fue la primera muerte de la familia.</i></p> <p>Que aprendizajes te dejó esta experiencia?</p> <p><i>La verdad de amar la familia y estar más pendiente de ella. Valorar más los hermanos.</i></p> <p><i>...Mi otro hermano falleció el año pasado de un paro cardíaco por cáncer de pulmón, eso también fue difícil, porque faltó mucho afecto y apoyo. De mi parte la relación con era muy distante.</i></p> <p>Que aprendizajes te dejó esta experiencia?</p> <p><i>“...esto nos enseñó el haber estado más cerca, la muerte de él fue negligencia de nosotros... haber estado más cerca más pendientes. Mi madre falleció hace un año en abril, ella estaba muy enferma”</i></p>
FACTORES PROTECTORES	INTERNOS (Mándala de la resiliencia)	INICIATIVA	<p><i>“Yo me la rebusco así haciendo de todo un poquito”</i></p> <p><i>“Yo me rebusco, lo de los</i></p>



			<p><i>subsidios y todo eso”</i></p> <p><i>“Yo estudie hice hasta séptimo de bachiller... allá en caldas, en Manzanares. Acá termine el resto... el año pasado, valide.”</i></p> <p><i>“Nos ofrecieron un apoyo para la casa y con eso si Dios quiere y una plática que me dejo mi mamá con el fondo nacional del ahorro, dentro de poco me entregan la casa “</i></p> <p><i>“Difícil, pero imposible jamás”</i></p> <p><i>“Yo la veo difícil pero no imposible”</i></p>
		INTROSPECCIÓN	<p>Haciendo referencia a los aprendizajes que se generaron a partir del fallecimiento de sus hermanos.</p> <p><i>“La verdad de amar la familia y estar más pendiente de ella. Valorar más los hermanos”</i></p> <p><i>“eso también fue difícil, porque faltó mucho afecto y apoyo. De mi parte la relación con era muy distante.”</i></p> <p><i>....esto nos enseñó el haber estado más cerca, la muerte de él fue negligencia de nosotros... haber estado más cerca más pendientes”</i></p> <p>Reconoce dificultades y necesidades de su labor.</p> <p><i>“Más apoyo de mi familia, también más apoyo económico para poder vivir</i></p>

			<p><i>mejor no....para poder vivir mejor”</i></p> <p>Identifica una de sus fuentes de motivación.</p> <p><i>“Me motiva que las niñas estén bien. El bienestar es lo más importante para mí”</i></p>
		CAPACIDAD PARA RELACIONARSE	<p><i>“Yo me rebusco, lo de los subsidios y todo eso es porque yo estoy pendiente o las amigas le avisan a uno”</i></p> <p><i>“A veces le solicito apoyo a otras personas”</i></p>
		HUMOR	No aplica, no se identificó en la entrevista.
		CREATIVIDAD	<p>Refiere no tener una labor específica, se adapta fácilmente a varios contextos laborales y formas de ingreso para obtener el sustento del hogar.</p> <p>A que te dedicas?</p> <p><i>“No pues oficios varios”.</i></p> <p><i>“Yo vendo revistas... y pues un auxilio que recibo del ICBF de un programa que se llama Hogar Gestor, ese lo recibo por la niña menor. Yo me la rebusco así haciendo de todo un poquito”</i></p>
		INDEPENDENCIA	<p>Se identifica que la cuidadora estuvo expuesta a situaciones de conflicto armado, duelos y desplazamiento forzado.</p> <p>Ver en categoría, factores de riesgo los indicadores CONFLICTO ARMADO y DESPLAZAMIENTO</p>

		MORALIDAD	<p><i>“Me motiva que las niñas estén bien. El bienestar es lo más importante para mí”</i></p> <p><i>“A mí me gusta servir”</i></p>
	EXTERNOS	INSTITUCIONES	<p>Fuente de apoyo formal.</p> <p><i>“ellos fueron los que me apoyaron a mí a estudiar, las doctoras y la gente del programa Hogar Gestor”</i></p> <p>Hace referencia a un auxilio económico que recibe por parte del ICBF para el sostenimiento de la niña que tiene a cargo.</p> <p><i>“un auxilio que recibo del ICBF de un programa que se llama Hogar Gestor”</i></p> <p>Referenciado apoyo que recibirá para compra de vivienda</p> <p>Que es lo del Habidad?</p> <p><i>“Nos ofrecieron un apoyo para la casa y con eso si dios quiere y una plática que me dejo mi mamá con el fondo nacional del ahorro, dentro de poco me entregan la casa”</i></p> <p>Está en busca de recibir un auxilio del gobierno para su hermana mayor.</p> <p><i>“ También estoy haciendo papeles para que le den a María la interdicción”</i></p> <p>Fuentes de apoyo informal.</p>

			<p>Ella asiste a una iglesia cristiana, la cual según menciona le permite tener herramientas desde lo espiritual para ejercer seriamente sus labores.</p> <p>A quien le pides ayuda cuando necesitas algo?</p> <p><i>“A Dios la verdad, yo también voy a una iglesia cristiana”</i></p>
		<p>APOYO FAMILIAR</p>	<p>Se observa cuidado y atención por parte de los padres.</p> <p><i>“...hasta los 18 años, era una niña niña, totalmente la casa, mi mama no nos dejaba salir, no nos dejaba salir a una taberna nada. Solo en la casa”</i></p> <p>Indica como era el tipo de relación con sus padres.</p> <p><i>“Bonita, Mi mamá también era de carácter fuerte, pero cuando ella se le quitaba el mal genio yo trataba acercármele para hablar con ella. A la única que le contaba cosas era e ella y a veces a mi papa también. Yo le contaba los problemas que tuviera”</i></p>

## 12.5 12.3 APENDICE E

## Mándala de la Resiliencia

