

Investigación

## **RESILIENCIA EN MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA SEXUAL DENTRO DEL CONFLICTO ARMADO, VILLAVICENCIO-COLOMBIA**

### **RESILIENCE IN WOMEN VICTIMS OF SEXUAL VIOLENCE WITHIN THE ARMED CONFLICT, VILLAVICENCIO-COLOMBIA**

Luis Merardo Barrera Acosta

Enfermero, Magister en Salud Pública, Maestría en Salud Pública

Facultad de Economía, Universidad Santo Tomás, Bogotá, Colombia

---

*Artículo recibido el 17 de septiembre de 2020. Aceptado en versión corregida el 2 de diciembre de 2020.*

#### **RESUMEN**

**Objetivo:** Esta investigación se realizó con el objetivo analizar los procesos de Resiliencia desarrollados por un grupo mujeres víctimas de violencia sexual dentro del conflicto armado colombiano **Materiales y métodos:** Estudio cualitativo desde el enfoque epistemológico crítico social a partir de un estudio de caso. Se realizaron entrevistas semiestructuradas a siete mujeres que fueron víctimas de violencia sexual en el conflicto armado, mayores de edad, residentes en Villavicencio, Colombia que presentaron violencia sexual en los últimos 10 años. **Resultados:** Los procesos de resiliencia permitieron a las víctimas un afrontamiento del hecho victimizante mediado por elementos individuales y colectivos, se reconoce que la Memoria de las víctimas es un pilar importante en este proceso seguido de las redes apoyo construidas por las propias víctimas; dentro del proceso se identificaron varios factores importantes la ocupación, la familia, la religión, la sororidad lo cual permitieron llegar a cada una al afrontamiento pero no a una superación. **Conclusiones:** es importante reconocer que existen los procesos de resiliencia y que no todas las víctimas de violencia sexual pueden llegar a la superación, la mayoría se adaptan utilizando elementos internos y externos claves para su proceso.

**Palabras clave:** conflictos armados, violencia sexual, resiliencia psicológica.

#### **ABSTRACT**

**Objective:** This research was carried out with the objective of analyzing the Resilience processes developed by a group of women victims of sexual violence within the Colombian armed conflict. **Materials and methods:** Qualitative study from the social critical epistemological approach based on a case study. Semi-structured interviews were conducted with seven women who were victims of sexual violence in the armed conflict, of legal age, residents of Villavicencio, Colombia who experienced sexual violence in the last 10 years.

**Results:** The resilience processes allowed the victims to cope with the victimizing event mediated by individual and collective elements. It is recognized that the Memory of the victims is an important pillar in this process, followed by the support networks built by the victims themselves; within the process, several important factors were identified, such as occupation, family, religion, sisterhood, which allowed each one to cope but not to overcome. **Conclusions:** it is important to recognize that there are processes of resilience and that not all victims of sexual violence can overcome, most adapt using internal and external elements that are key to their process.

**Keywords:** Armed Conflicts, sexual violence Resilience, Psychological.

[http://dx.doi.org/10.7764/Horiz\\_Enferm.31.3.268-290](http://dx.doi.org/10.7764/Horiz_Enferm.31.3.268-290)

## INTRODUCCIÓN

Por más de 50 años el conflicto armado asecho a la población colombiana, podría decirse que la mayoría de los colombianos lo han padecido, son innumerables las víctimas que ha dejado a la larga de este conflicto en las que incluyen asesinatos, desplazamientos, narcotráfico, violencia de género entre otras; Según el Observatorio de la Memoria y el Conflicto (CNMH), que da cuenta de las cifras de la violencia en suelo colombiano, desde 1958 hasta octubre de 2020 se presentaron 35.108 hechos violentos que han dejado 416.808, la modalidad violenta que más víctimas ha dejado ha sido el asesinato selectivo, 179.551 personas murieron bajo esta modalidad, lo que corresponde al 42.94 por ciento de los actos de violencia cometidos en el marco del conflicto, la siguiente modalidad de violencia que más se ha presentado en el país es la desaparición forzada, modalidad de la cual se han presentado 67.850 actos, lo que representa el 19, 2 por ciento del total de hechos de violencia. Por esta circunstancia han quedado 80.599 víctimas. De las 80.599 víctimas de desaparición forzada,

8.248 aparecieron muertas, 1.793 aparecieron vivas, 58.951 no se tiene mayor información a su desaparición y 11.607 siguen desaparecidas, pero se tienen indicios de su suerte, la tercera modalidad de violencia que más se ha presentado son las acciones bélicas (10,2 por ciento de los casos), seguidas por el secuestro (8,7 por ciento de los casos). El daño a bienes civiles representa el 5,9 por ciento de las acciones, el reclutamiento y utilización de menores constituye el 4,7 por ciento de los casos y la violencia sexual el 4,3 por ciento. Se ha documentado que la violencia sexual en el marco del conflicto armado ha dejado 15.757 víctimas entre 1958 y 2020<sup>(1)</sup>.

Se debe agregar que la Violencia contra la mujer en Colombia en sus diferentes manifestaciones, ha sido continua, tal como lo indica el Instituto Nacional de Medicina Legal en el boletín del año 2018 según el cual hubo un total de 1.042 feminicidios a nivel nacional, y 22.309 exámenes médico legales por presunto delito sexual contra mujeres y 42.753 casos de violencia de pareja contra las mujeres<sup>(1)</sup>.

También la encuesta de prevalencia de violencia sexual contra mujeres en el contexto del conflicto armado realizada entre 2010 a 2015 calcula que 875.437 mujeres fueron víctimas directas de algún tipo de violencia sexual 145.906 mujeres al año, 12.158 al mes, 400 cada día, y 16 mujeres cada hora<sup>(2)</sup>. Así mismo el registro Único de víctimas en Colombia, datos actualizados a 2019 refieren 4.234.086 mujeres víctimas del conflicto armado, donde los hechos referidos a los delitos contra la libertad y la integridad sexual acumulan 27.956 casos de los que se tiene conocimiento y han sido declarados<sup>(3)</sup>.

Además, el Instituto Nacional de Medicina Legal (INMLCF) afirma que para el año 2016 se registraron 558 casos de Mujeres Víctimas de Violencia de Violencia sexual en el departamento del Meta<sup>(4)</sup>. Se debe mencionar que el departamento del Meta ocupa el tercer lugar con mayor cantidad de hechos violentos que han acontecido entre 1958 y 2020, con 17.471 hechos de violencia siendo una zona sometida al conflicto armado donde existe gran magnitud de víctimas, entre las cuales están las mujeres víctimas de violencia sexual durante el conflicto armado<sup>(1)</sup>.

Así mismo la ciudad de Villavicencio capital del departamento del Meta, es donde residen la mayor parte de las víctimas, en cuanto a las cifras de violencia sexual contra la mujer existe registro de 473 delitos los cuales si bien se notificaron en la ciudad la ocurrencia pudo haber sido en otros municipios del departamento<sup>(5)</sup>.

Claramente la violencia contra la mujer ha sido utilizada como un medio para resolver diferencias relacionadas con

el poder, utilizando los diferentes tipos de violencia entre ellos la violencia sexual siendo el fenómeno que ha generado más daño a las víctimas<sup>(6)</sup>.

Para Colombia fue invisible en el marco del conflicto armado durante mucho tiempo la ocurrencia de hechos violentos contra la mujer que a su vez se convirtió en un suceso de cotidianidad que no permitió reconocer a la mujer como víctima de la violencia sexual, vulnerándose los derechos, creando situaciones de trauma en las víctimas a causa de las diferentes formas de accionar de los victimarios<sup>(7)</sup>.

En efecto la violencia sexual trae para las mujeres consecuencias físicas, psicológicas y sociales los cuales generan incapacidades de su salud física y mental por lo tanto existe la necesidad de conocer los procesos que han llevado a las mujeres con el fin de superar esta violencia y sus impactos. La intervención en salud puede proporcionar resultados fundamentales para reforzar en ellas la capacidad de resiliencia, es necesario recalcar que la salud pública es fundamental en el abordaje integral de las mujeres víctimas de violencia sexual de acuerdo a los descritos Humphrey sobre la influencia de factores protectores en la salud física y mental de las mujeres y los estudios sobre resiliencia en mujeres maltratadas aportan elementos para comprender la adaptación eficaz de estas mujeres y muestran cómo se recuperan del trauma y logran vidas y relaciones personales exitosa<sup>(8),(9)</sup>.

Por lo anterior, este estudio se sustenta en las bases del modelo teórico de Grotberg, que define los procesos de resiliencia como la interacción entre factores de soporte social (yo tengo),

habilidades personales y fortalezas personales el cual presenta cualidades como la confianza de la persona en sí misma y en los demás, es la base de los otros pilares y la clave principal para promover los procesos de resiliencia, la autoestima consistente y la identidad, reconocer los propios logros y aceptarse individualmente, la introspección, reflexión y sentido crítico es preguntarse, conversar con uno mismo y darse una respuesta honesta, la independencia y autonomía, es saber fijar límites entre uno mismo y el medio con problemas o la capacidad de mantener la distancia emocional y física<sup>(8)</sup> para este estudio las subcategorías que se relacionan son las redes de apoyo instituciones, la familia, los amigos grupos de mujeres, (lo que soy) que además de los factores individuales requiere de un proceso dinámico en relación con el ambiente y redes de apoyo, es donde la resiliencia cobra significado a partir de las fortalezas con que cada persona tiene para reaccionar ante las circunstancias de trauma generadas por la violencia sexual y desarrollan exitosamente para el crecimiento de forma individual, psicológico, social, familiar<sup>(10)</sup> (lo que puedo hacer) como las de resiliencia que promueven las víctimas de violencia sexual como un proceso dinámico que permiten trabajarla y potencializar el proceso<sup>(11)</sup>.

Se reconoce que las víctimas de violencia sexual han sobrellevado obstáculos que tienen que superar, para seguir avanzando y ejercer su capacidad de adaptación frente al traumatismo generado por la violencia<sup>(12)</sup>. Es el momento propicio donde la víctima debe desarrollar y transformar su contexto en un proceso

resiliente para seguir proyectándose en el futuro a pesar de los acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas a veces graves<sup>(9)</sup>.

En este sentido los procesos de resiliencia se centran en los recursos personales que permiten a las personas enfrentar situaciones adversas<sup>(9)</sup>, con los sistemas de ayuda disponibles, tanto formales como informales, resulta determinante del modo como el evento traumático es asumido por las mujeres y sus familias, de modo más o menos resiliente completando con el perdón unilateral de las víctimas tiene implicaciones personales en los procesos de duelo y en la determinación de renunciar a la venganza o a la justicia por mano propia<sup>(13)</sup>.

Al ubicarse desde una perspectiva de salud pública, esta investigación toma el marco de determinantes social de la salud que relaciona la violencia sexual como un problema de salud pública con el poder entre hombres hacia las mujeres, al analizar los determinantes sociales afectados en las víctimas desde lo macro se identifica que la raza fue un factor de vulnerabilidad para algunas víctimas el ser indígenas es una situación especial dado que las mujeres indígenas son más pobres esto limita el acceso al empleo, la educación donde sus creencias y valores son condiciones que permiten la violencia bajo una perspectiva de tradiciones y costumbres. El bajo nivel académico de las víctimas como un factor de desventaja para pedir apoyo de las autoridades o de la comunidad, el sistema de salud para las víctimas presentaron barreras de acceso y mal implementación de los protocolos y rutas de atención a las víctimas de la

violencia sexual. En el nivel intermedio las redes de apoyo construidas fueron fundamentales para las víctimas, se idéntico que las redes familiar no son una opción para ellas por el temor a ser señaladas y la vergüenza; a nivel micro el curso de vida es determinante para entender el desarrollo de una persona en el tiempo, las víctimas crecieron en un contexto de violencia dentro del marco del conflicto armado colombiano razón por que fueron más vulnerables a ser abusadas y a la invisibilidad de la violencia sexual<sup>(14)</sup>.

De este modo esta investigación tuvo como objeto analizar los procesos de resiliencia de un grupo de mujeres que residen actualmente en la ciudad de Villavicencio las cuales están organizadas por grupos de mujeres con el fin de apoyarse.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

Estudio cualitativo enmarcado en un paradigma crítico social a través de diseño de estudio de caso, su finalidad fue lograr una descripción y análisis detallados de unidades sociales, para llegar a comprender su actividad en circunstancias concretas, pretendiendo describir y entender aquellas situaciones o entidades sociales únicas, en este caso las siete mujeres participantes víctimas de violencia sexual.

### **Criterios de selección**

Mujeres mayores de edad, que presentaron hecho victimizante ocurrido en los últimos 10 años, identificadas a través de la mesa de violencia sexual de la ciudad de Villavicencio, Meta.

Esta investigación se clasificó sin riesgo de acuerdo con los parámetros de la resolución No. 8430 de 1993 del Ministerio de Salud, como se describe en el artículo 11 “Investigaciones con riesgo mayor que el mínimo, que implica remover una vivencia dolorosa para la víctima”<sup>(15)</sup>. Se reservó la confidencialidad en todo momento, así como aplicación con cada persona de la muestra que cumplió los criterios de inclusión, del proceso de consentimiento informado, siendo esta información parte de un proceso académico. Fue sometida a la revisión por parte del comité de ética institucional para la investigación de la Universidad Santo Tomás mediante acta No. 08 de 2018 que aboga por el respeto y la libertad de los sujetos a participar sin ninguna presión o cohesión por lo tanto no se indago acerca del hecho victimizante, se contó con el acompañamiento de un profesional de psicología.

La información fue recolectada mediante una entrevista semiestructurada de trece preguntas orientadoras tales como:

- ✓ ¿En qué región vivía usted y cómo era el diario vivir en ese lugar ¿qué cosas se hacían en un día normal?
- ✓ ¿Cómo era la situación de orden público en esa región
- ✓ ¿De qué manera la afectó como mujer, en su propio ser, esa situación de orden público que se vivía en donde usted vivía?
- ✓ ¿Cómo la percibió (a usted) su comunidad, su familia o personas cercanas que conocieron lo que le sucedió?

- ✓ ¿Cómo ha podido superar ese recuerdo de lo que sucedió? ¿Cómo la afecta ese recuerdo en este momento?
- ✓ ¿Cómo cambió su vida después de los hechos? ¿Tuvo que ir a vivir a otro lugar, dejar sus estudios, o su familia?
- ✓ ¿Recibió ayuda de alguna persona, familiar, amigo, entidad? ¿Qué tipo de ayuda?
- ✓ ¿Cuál cree que fue su mayor fortaleza que le ayudó a continuar su vida, después del suceso?
- ✓ ¿Cómo se ha relacionado con otras mujeres u otras personas que han vivido su misma situación? ¿Ha logrado pertenecer a algún grupo o liderar algún grupo de movilización social?
- ✓ ¿Descubrió alguna cualidad o capacidad suya que no sabía que tenía y que le ayudó (o le ha ayudado) a superar el daño sufrido?
- ✓ ¿Ha iniciado algún proyecto productivo, o educativo después de lo sucedido como una forma de ayudarse a superar esa situación?
- ✓ Fue o ha sido (si todavía la recibe) suficiente, completa esa ayuda? Es decir, siente que es lo que estaba esperando como apoyo?
- ✓ ¿Qué cree usted que se puede hacer para superar una situación difícil como la que usted vivió?

Que identificó los procesos de resiliencia que han construido las mujeres víctimas de violencia sexual durante el conflicto armado, en mujeres participantes a través de la mesa de violencia sexual de la ciudad de Villavicencio se utilizó un instrumento especialmente diseñado para obtener información sobre los factores individuales, familiares y comunitarios, el

proceso de validación de la entrevista se realizó en dos momentos, en primera instancia se realizó una prueba piloto que permitió verificar aquellas preguntas que no eran de fácil comprensión para las entrevistadas. En un segundo momento se hizo una validación por expertos, en las cuales se evaluaban que las preguntas del instrumento cumplieran con los siguientes criterios: Coherencia, pertinencia y redacción

Se recolectó hasta lograr la saturación de la información y el entendimiento, posterior se realiza la transcripción escrita de cada una de las entrevistas y se analizaron cada uno de los relatos seleccionando categorías y subcategorías de las narrativas de las participantes.

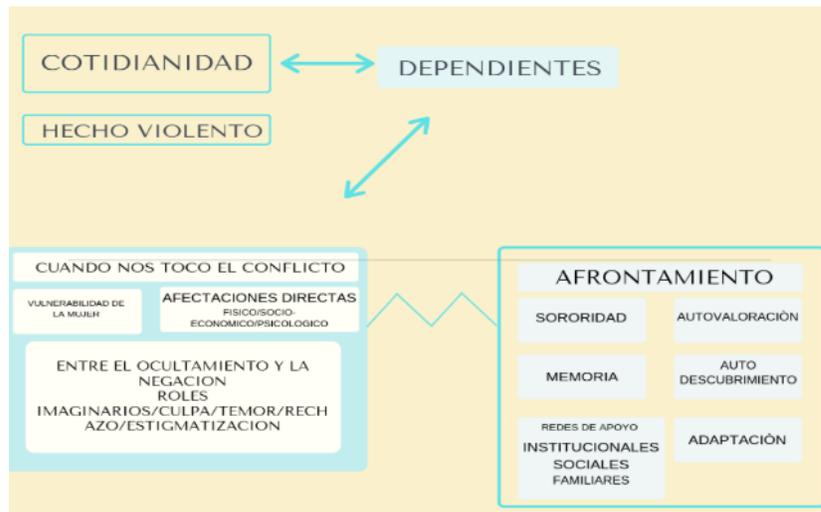
Plan de análisis de la información: Posterior a la realización de las siete entrevistas, a través de una matriz se fue citando la información relevante y se iba comentando la misma, posteriormente se codificaban las citas, para luego distribuir estos códigos por categorías y subcategorías las cuales fueron creadas de acuerdo a los objetivos planteados, finalmente se procedió al análisis de la información obtenida. Se realizó de esta forma, porque este tipo de análisis permite darle estructura al relato y comprender la profundidad del proceso que han elaborado. Para el análisis se transcribieron las entrevistas, se realizó un ejercicio de lectura y relectura por parte del investigador, e identificar categorías relacionadas con los procesos de Resiliencia.

## RESULTADOS

En esta investigación se busca conocer como es el proceso resiliente que llevan las víctimas, para esto se intenta conocer la noción que tienen de adversidad, como se dio su proceso de adaptación positiva y los recursos individuales y colectivos con que contaron, estos aspectos se convirtieron en las categorías de análisis. En la primera, cotidianidad, en la segunda, cuando no toco el conflicto, en esta se identifican tres

subcategorías, vulnerabilidad, afectaciones directas, y en la tercera y última de las categorías, afrontamiento, está compuesta por: memoria, adaptación, redes de apoyo, sororidad, autodescubrimiento, autoestima. Estas categorías fueron definidas a partir del proceso analítico realizado con la información brindada por las participantes y de acuerdo a los objetivos específicos planteados en la investigación (Figura 1).

**Figura 1.** Aproximación relacional a los procesos de resiliencia desarrollados por las mujeres del estudio.



Las mujeres participantes nacieron en regiones como Bogotá, Puerto Rico (Meta), Fresno (Tolima), Retorno (Guaviare), Virginia (Risaralda), Cáceres Antioquia. El lugar de los hechos sucedió para la gran mayoría en el Departamento del Meta y actualmente todas residen en la ciudad de Villavicencio la procedencia de todas ha sido del área rural, se encuentran en Juventud, adultez y Adulto mayor. El grado de escolaridad transcurre desde la básica primaria hasta estudio medio técnico.

La violencia sexual contra la mujer en el conflicto armado ha sido utilizada como una forma de manifestación de poder de los grupos armados sobre las comunidades.

Las participantes que han llevado individual y colectivamente procesos de resiliencia como se reflejan en las categorías encontradas en el análisis de las entrevistas que se relacionan a continuación.

## Cotidianidad

Al indagar sobre la región y diario vivir predomina la ruralidad en diferentes regiones del país como en el departamento del Meta donde hubo mayor desarrollo del conflicto armado; la presencia de grupos armados fue predominante por muchos años, las actividades diarias que desarrollaban están relacionadas con las prácticas de agricultura, producción de tierras, avicultura, horticultura entre otras la mayoría de estas mujeres se encontraba unión libre convivían con sus esposos e hijos y algunas con otros familiares.

“...eeee bueno yo vivía en Puerto Rico Meta, en la vereda Caño Alfa; eeee pues nosotros estábamos bien gracias a Dios pues teníamos la finca, eeee vivíamos bien, gracias a Dios” (E2).

“Nosotros éramos felices, nosotros manteníamos felices ahí en la finca, nosotras los fines de semana pues si salía él al pueblo yo me quedaba ahí en la finca o yo a veces salía y él se quedaba, nos turnábamos para salir” (E3).

“yo tenía mi propia huerta, entonces pues se me facilitaba más porque en la casa obviamente teníamos animales, teníamos todo lo que era de finca” (E6).

### Cuando nos tocó el conflicto armado

Las mujeres víctimas de violencia, relataron como hicieron presencia los actores armados a sus territorios de una forma pacífica con acercamientos a sus viviendas que luego se convirtió en solitud de ayudas económicas y de bienes que terminaron con asesinatos frente a las negaciones de estas ayudas y la negación de producción de cultivos ilícitos, en relación a las represalias tomados por estos

grupos armados las comunidades se apoyaban para evitar las agresiones alertando de la presencia de estos grupos para protegerse entre sí.

“Cuando llegaron esos grupos, ya si se escuchaba mucho que mire que mataron a fulano que, a zutano, que, que violaron a fulana” (E3).

“ya cuando ya, se hizo el conflicto, entonces si ya miraba uno muchos muertos, mataban a la policía, mataban a la gente eeee los del 43, si ese era el grupo de las FARC” (E4).

Estos atropellos vividos no solo se relacionan a muertes o ataques injustificados, el robo de las inmuebles fue otra de las abusos cometidos por los estos grupos al margen de la ley durante el conflicto armado; la finalidad de estos abusos siempre fue el poder de los territorios en su mayoría para la producción de cultivos ilícitos, la violencia también fue perpetrada contra las personas donde hacían presencia estos grupos armados para obtener poder y dinero para el financiamiento de sus actividades ilícitas.

“por todo había que pagarles a las autodefensas que se apoderaron prácticamente del Retorno, Libertad, Calamar, pues si usted salía entonces usted es colaborador, entonces uno se queda en medio de todos esos grupos que uno no sabe, hasta que llega” (E4).

“o sea usted va o ahí si usted no va nos llevamos el carro; la primera vez el dejó que se llevarán el carro, me dijo que no iba, pues entonces se llevaron el carro” (E4).

“yyy pues muchas veces llegaban y ellos le ponen precio a lo de uno...no es de preguntarle a uno cuánto vale ese

*cerdo y uno le va a decir cuatrocientos, quinientos mil peso..., sino le voy a dar doscientos por ese cerdo y me lo voy a llevar''(E6).*

### **Vulnerabilidad**

Las mujeres fueron violentadas sexualmente por grupos armados entre los que reconocieron las participantes estuvieron involucrados las Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia y autodefensas grupos que hacían presencia en sus territorios, es difícil esclarecer para ellas a qué tipo de frente pertenecían o recordar sus rostros pues algunas fueron vendadas y torturadas por los abusadores que aprovecharon la vulnerabilidad de las víctimas y de que el momento de los hechos estuvieran solas con sus hijo lo cual utilizaron como una amenaza, las víctimas como protección a sus hijos no tuvieron más elección que acceder a ser violentadas sexualmente para que los menores pudieran esconderse u huir, no es claro por qué la violencia sexual fue una media utilizada por los grupos al margen de la ley y es quizás la pregunta que las víctimas se hacen, pero reconocen que su cuerpo fue utilizado como un botín de guerra para demostrar el poder y sembrar temor.

*“como no quiso a su hija, entonces le va a tocar a usted”. Y pues abusó de mí''(E1)*

*“entonces me tiraron entre varios, me cogieron y abusaron de mí''(E3)*

### **Afectaciones directas**

La violencia sexual trae consecuencias graves para la salud física y mental de las víctimas lo cual provoca efectos negativos a corto, mediano y plazo, las víctimas

presentaron reacciones físicas, emocionales, cognitivas y comportamentales. Entre las reacciones emocionales se encuentra el miedo, la ansiedad y angustias, síntomas de depresión, sentimientos de vergüenza, culpa, enfado, euforia y apatía.

Además de lo anterior las víctimas fueron obligadas a interrumpir las actividades económicas de subsistencia y desplazamiento forzado el cual les obliga a asumir costos elevados de sus cuidados médicos a causa de la violación y del desplazamiento.

*“a mí me ha tocado sufrir mucho con mis niños, aguantar hambre, pasar necesidades''(E1)*

*“eso fue terrible, porque yo quedé muy mal y perdí el sentido y no desde ahí pa'lante fueron cosas horribles, o sea los recuerdos, lo que había pasado''(E2).*

*“Dure tres meses postrada en una cama, porque las piernas me dolían, se me inflamó el estómago... las caderas me dolían pues seguro de los golpes...del maltrato...eehh cuando me venía el período era terrible porque botaba unos coágulos de sangre...o sea la salud se me puso pésima''(E4).*

### **Entre el ocultamiento y la negación**

El miedo es el temor constante entre las víctimas que experimentaron una experiencia de violencia sexual, la mayoría experimentaron miedo que antes no conocían. Entre los más comunes, mencionaron el miedo a sufrir otra violencia, miedo a situaciones que recuerden el hecho traumático, así como el miedo a las estigmatizaciones sociales y las consecuencias de salud de la agresión. El miedo a otras tipas de violencia está

relacionado con ser abusadas de nuevo, torturas o que sus hijas puedan sufrir este tipo de violencia, es común en las víctimas pensar que el hecho puede reproducirse.

Los Roles imaginarios que tiene las mujeres de ser sumisas y dependientes a sus esposos y la protección a estos para que la sociedad no los tome como objeto de burla además de las pocas garantías que tiene de protección relacionada con las amenazas de los victimarios son en general las causas de su silencio.

*“si claro...la verdad yo no le pedí ayuda a nadie... Yo lo que quería era... porque estaba muerta del miedo. Porque ellos me dijeron: no la queremos ver acá, ni en el pueblo, ni en ningún lago, ¡se me va, se me va!” (E1).*

*“ellos no supieron las cosas esas...todo callao para que él no se fuera a sentir vergonzoso... eso no se podía contar porque lo mataban a uno” (E2).*

*“Eso lo disimulamos porque venga y le cuento...es muy duro vivir en boca...entonces nosotras hicimos el pacto de que nunca jamás se nos iba a salir de la boca” (E5).*

## **Procesos de Resiliencia**

### **Afrontamiento**

Se reconoce en el estudio como el elemento central dentro del proceso de Resiliencia después de haber utilizado los factores individuales, familiares y comunitarios.

En los procesos de resiliencia llevados por las participantes del estudio, reconocen utilizar factores individuales como la fortaleza personal; en relación a esto se indago de como poder sobreponerse a este hecho a lo que refieren

que los hijos son fundamental en su proceso de afrontamiento la responsabilidad de la crianza y la educación de sus hijos para ellas representa un motivo de querer salir adelante, las creencias religiosas y su Fe de mejorar las condiciones junto al apoyo psicosocial fueron fundamentales, al igual que la escucha activa durante las intervenciones psicosociales tanto individuales como grupales se relaciona como el primer elemento de afrontamiento dentro del proceso de resiliencia.

*“Bueno los recuerdos no se olvidan... pero entonces yo tuve psicóloga y nos dieron mucho como contar como sacar eso... pero igual eso no se borra... pero uno va aprendiendo aaa... a vivir... uno va aprendiendo a que eso va quedando es atrás” (E2).*

*“mis hijos me han ayudado mucho..., mucho... mucho... porque no tiene uno tiempo de estar uno recordando... mis hijos y el trabajo...eso es lo que me ayudado porque mantiene uno ocupado que la casa que los oficios, en la casa no tiene uno tiempo de estar uno recordando” (E3).*

*“Ellas me invitaron a una iglesia que se llama La Ministerial... yo empecé a asistir a esa iglesia y me gusta, así como le he dicho a muchos... no es por adorar a la pastora ni nada de eso...sino me gusta como explica y me alimentaba mucho de la palabra... de la explicación y muchas cosas... una llevaba a la otra y yo le pedía como esa paz” (E4).*

### **Memoria**

La memoria histórica y las narrativas de las víctimas fueron una medida de reparación simbólica y un excelente

recurso a los procesos de resiliencia les permitió expresar el dolor y manifestar los sufrimientos vividos que a su vez se convirtió en un mecanismo de empoderamiento y construcción del proceso de resiliencia ya que no solo visibilizo el dolor y sufrimiento si no todos los aspectos positivos que han utilizados para el afrontamiento.

La memoria se ubica dentro del proceso de resiliencia en la fase de lo que puedo hacer en cual está relacionada con las estrategias que las victimas utilizaron para el afrontamiento.

*''Pues mira lo primero que uno tiene que hacer... es aceptar que le pasó, cuando uno empieza o acepta qué le pasó y le sucedieron esas cosas... empieza como a... Como digamos a vivir... o sea... cuando uno puede contar su dolor... uno puede sacar eso... uno empieza a vivir'' (E7).*

### **Adaptación: todo cambió**

Esta categoría se abordo acerca de los cambios en las vidas de las participantes después del hecho victimizante al cual refieren desplazamiento forzado, cambios socioeconómicos sociales y humanitarias enfrentándose a situaciones de desempleo, miseria y hambre que reflejan la cara del conflicto armado, según las narrativas de las victimas uno de los problemas más graves al que tuvieron que enfrentarse fue la superveniencia económica propias y de sus familias, en su mayoría obtuvieron empleos informales buscando una adaptación al cambio de vida.

La adaptación del cambio es una de las estrategias individuales que utilizaron las víctimas para sobreponer a los hechos

el cual incluyo búsqueda de empleo y escolaridad para sus hijos.

*''uyyyy a mí me ha tocado llevar del arrume, doctor... ¿La ausencia, quedar uno como si lo mandaran a un abismo, he... (Lágrimas), tenerlo, no todo, pero sí no nos faltaba la comida, para después estar...qué un pedacito de yuca? Comprarlo... que para hacer cualquier cosa... viendo que allá teníamos, que la carnita que las gallinas que uno criaba... lo que uno cultivaba'' (E1).*

*''Antes de que me pasara yo era muy feliz... después de lo que me pasó que me sacaron en las canecas... llegar aquí a Villavicencio a esta ciudad pues así uno tenga familia uno se siente, se siente uno mal''(E3).*

*''Pues me volví amargada... hija mi vida tuvo un giro... porque yo tener un hogar... no volví a tener un hogar y a mí me da miedo volver a enredarme'' (E5).*

*''Yo me tuve que ir cuatro años para Bogotá... huyéndole a todo eso... uno... qué uno quiere olvidar... dos...que queda con esos miedos y esos temores... entonces yo me tuve que ir... me tuve que llevar a mi familia... mi familia sufrió también... ese cambio fue terrible... espantoso, porque de todas maneras llegar a donde uno nunca ha estado'' (E7).*

### **Redes de apoyo: ''La palabra de ánimo que le levantan a uno como las ganas de vivir...''**

En medio de todas las necesidades por las que tuvieron que pasar las víctimas, fue importante recibir el apoyo y ayuda por parte de las entidades del gobierno y algunas ONG, las ayudas de emergencia y los subsidios que recibieron las victimas

por parte de estas entidades ha resultado positivo, como se mencionó anteriormente las condiciones en que se encontraron las víctimas eran bastantes precarias, el apoyo psicosocial también ha sido fundamental para el afrontamiento de las víctimas poder recibir ayudas de otras personas y una orientación profesional es considerado por las víctimas como un apoyo importante, la familia se convertido en una red importante de ayuda.

Las redes de apoyo tanto institucionales como las creadas por los víctimas está relacionado con la Fase yo tengo dentro el proceso de resiliencia la ayuda recibida por familiares, vecinos e instituciones han sido importante para las víctimas el cual han podido establecer relaciones interpersonales con otras víctimas y la comunidad.

*“fui a la UAO... fue cuando entonces bueno declaré yo recién de esto yo declaré y entonces nos brindaron ayuda psicológica. EEEEhh yo me acuerdo tanto que a esta entidad que yo fui se llamaba SEDAVIDA... allá nos daban cursos... nos decían... o sea nos hablaban... así psicólogas... desahóguense... hablen, nos ponían a hacer varios ejercicios y... y nos ayudaban con mercado... la Cruz Roja Internacional también nos ayudó con mercado, con colchonetas... con ollas... porque yo quedé sin nada” (E1).*

*“Mi hermana, nos ayudado harto... nos ha apoyado y mi Consuelo Campesino que nos ayuda...hacen reuniones y nos explican sobre lo de víctimas y eso... Y de desplazada... Como desplazada me dieron remesas...ya después nos dieron plata para que compráramos” (E2).*

*“Las personas que fueron muy apoyo incondicional conmigo, que me sirvieron... que donde quiera que estén yo siempre le pido al cielo por ellas” (E5).*

El pertenecer a una comunidad les ha permitido a las víctimas construir redes de apoyo, mejorar su auto concepto, capacitarse en diferentes oficios o destrezas relacionadas con la independencia económica, con el objetivo de mejorar las condiciones de vida de su familia. Este espacio de participación les permite a las víctimas ser escuchadas y ayudar a otras mujeres que han sido violentadas de la misma manera.

*“Encontré Red de Mujeres que es un grupo de mujeres de apoyo... ahí empecé y aunque no conté... hay... hay una forma allá... que nos llevaron a una concentración... donde había velitas... una musiquita y hubo un momento en que queda uno como dormido y en ese momento fue que volvió todo los recuerdos... sentí algo como si estuviera viviendo y ahí fue como donde yo pude sacar... hablar... contar” (E7)*

### **Sororidad**

La sororidad entre mujeres les ha proporcionado mayor confianza a las víctimas en sí mismas. Al desarrollar el sentido de pertenecía de hacer parte de una organización de mujeres que tiene reconocimiento de instituciones y la comunidad, es también una oportunidad para demostrarse sus verdaderas capacidades como mujeres y apoyar a otras víctimas que están iniciando un proceso de Resiliencia.

Se promueve además el bienestar personal, el reconocimiento de fortalezas

individuales y colectivas y la exigencia de sus derechos como lo han logrado varias líderes que hacen parte de la mesa de prevención de violencia sexual municipal.

La sororidad se reconoce como una estrategia de afrontamiento colectivo entre las víctimas que se relaciona con el modelo teórico dentro de la fase **lo que puedo hacer**.

*“yo creé mi propia organización y de ahí saqué muchas amistades... fui conociendo y ya luego entré a ser parte de la mesa de víctimas municipal y departamental... representando este hecho... hice más amigos... hice más empalme con las instituciones, ”(E4).*

*“Todas estas vulneraciones me llevaron a formar parte de la mesa de víctimas... porque como que yo quería encontrar el conducto para poder ayudar a la mujer...como poder contar... comunicar” (E7).*

*“a mí sí me ayudaron fue Mujeres y otras instituciones que venían a dar formación y apoyo y que yo trabajé y decidí tomar la rienda de apoyar también... ir a la fiscalía...qué Naciones Unidas y también apoyamos y trabajamos esos grupos... Pero ya ahorita último... hará unos tres años, ya entré a formar parte de la Unidad de Víctimas” (E7).*

La relación entre mujeres ha solidificado los procesos de resiliencia a un nivel colectivo el descubrimiento de nuevas habilidades les ha permitido mejorar su autoestima, se han fortalecido políticamente logrando el reconocimiento y la visibilidad en el país y en el mundo con este tipo de hechos, pero lo más importante ha sido el apoyo que han logrado encontrar en las diferentes

asociaciones u grupos creados por ellas mismas.

*“pues a veces así... cuando tenemos así otra compañera porque estamos en un grupo... tratamos pues deee... de pues darnos como un aliento... como vea usted puede trabajar... usted puede esto... brinda uno como un apoyo... se va brindando como una amistad... yo la invito a mi casa... usted a la suya y si usted no tiene yo le doy o yo le ayudo a un trabajo” (E2).*

*“Eehhh con... ahorita estamos con doña Mariela, doña Mariela....es la que ha hecho ese ese grupo... yo no me recuerdo cómo es que se llama el grupo... ella forma el grupo y nos consigue pa hacer talleres... que pa hacer que cuadros, pintar uno cosas... que eso le ayuda mucho a uno y las charlas, ya nos han ayudado con las charlas, demasiado con eso” (E4).*

*“en la personería municipal cuando me llamaron de que me necesitaba porque me habían postulado a la mesa y yo dije pues vamos a ver de qué se trata y hago parte de la mesa... no sé cómo... ni cuando Diosito me dio la oportunidad de llegar ....pero ahí estamos... Le cuento que me siento más libre, empecé yo a relatar mi vida, me saqué ese ahogo, me quite esa carga, solté ese bulto que tenía encima y volví a ser yo, volví a ser la que puedo hablar, la que me río, la que comparto con todos, no la que era” (E5).*

*“Pues mire que yo me relaciono muy bien con ellas... porque nosotras entre... o sea se hacen las reuniones... se descarga el peso que lo atormenta a uno... entonces uno ya sabe que es una compañera que sufrió la misma situación*

*o la misma vulneración... entonces nosotros le llenamos de amor... de afecto.... de cariño, miramos cuál es la falencia que tiene... pero no hablamos del tema... evitamos hablar de todo esa parte... mientras los psicólogos y esas otras personas sí revictimizan porque ellos quieren saber... profundizar'' (E7).*

La organización de las mujeres víctimas de violencia sexual es un elemento clave en los procesos de resiliencia de las participantes y una de las estrategias colectivas utilizadas para el afrontamiento las víctimas se sienten más confiadas, autónomas y seguras y alzar las voces para la construcción de la memoria histórica, les ha permitido ser escuchas e incluidas y dar visibilidad a la violencia sexual.

*''yo fui una de las que recogí todos los testimonios... o sea toda la memoria histórica de los casos e inclusive yo estuve y a eso se dio que nosotros trabajáramos con la esposa del senador Cepeda para que se diera la ley 1719 de las Víctimas de Violencia Sexual, nosotras fuimos las pioneras y evidenciamos que en el departamento del Meta si había violencia sexual'' (E7)*

La violencia sexual produjo un sufrimiento inmenso en las víctimas que abarca una multitud de experiencias vividas; este sufrimiento lleva pérdidas, abandonos, inseguridades, miedo, humillaciones, torturas y soledad. Es innegable todo lo que las víctimas han sufrido durante el conflicto armado.

Las víctimas de violencia sexual se sienten humilladas y deshonradas; sienten incomodidad frente a los demás y odio hacia sí mismas tiene la sensación de estas sucias; pierden autoestimas; estos sentí-

mientos construyen barreras para las víctimas para poder desarrollar nuevas relaciones amorosas y conyugales pues existe un coctel de sentimientos que perturba su tranquilidad y que les recuerdo el hecho victimizante a cada momento. Es quizás uno de los retos más difíciles que tuvieron que afrontar las víctimas de poder aceptar que otro hombre pueda tocar su cuerpo nuevamente para lo que la participante hace uso de factores individuales dentro del proceso como la fuerza interior, redes familiares.

*''eso también ha hecho parte de mi recuperación porque él...es...ex combatiente y a mí quien me hizo daño fue la guerrilla... pero pues yo me siento digamos que bien... o sea yo siento que eso ha hecho, no me sana porque la cicatriz de ahí no se va a borrar nunca... pero a veces yo siento como porque precisamente yo tengo que vivir con él y me pongo a pensar que es parte como de ese proceso que yo llevo de perdón'' (E4).*

### **Autodescubrimiento: "El Mundo es de Valientes, Jamás de Vencidos"**

La cualidad de las participantes para el afrontamiento ha sido importante para el proceso de resiliencia acompañado de las motivaciones personales que las impulsaron a continuar aun cuando todas sus esperanzas se han debilitado, sus hijos, las redes de mujeres, sus creencias religiosas y sus parejas sentimentales han sido motivaciones suficientes para aferrarse a la esperanza y vencer el temor.

*''la fe...eehh... no me he dejado... o sea... lo motivos... mis hijas...Dios es él me ha dado la fortaleza ante todo Dios... y pues yo he sido muy luchadora y no me dejado vencer'' (E1).*

*''estar como en eso... entre las reuniones... entre ellas y ir ayudando a las demás... decirles hagan esto que yo también lo hice... yo también superé... yo también trabajé... pues uno no va a decir que olvida porque eso no se olvida... pues por lo menos uno aprende a vivir''(E2).*

*''poco a poco con mi compañero... Eso me dio...me dio cómo ser más fuerte, llenarme de valor de afrontar la vida... que no bajar... no bajar la cabeza... a mirar padelante y yo decía no me voy... no me voy dejar achantar'' (E3)*

*''Pensar en cosas positivas y más bien que le buscar soluciones a las situaciones que a mí me había toca vivir... entonces ya intenté fue a comooo como a apegarme más de las cosas de Dios... leer más y pues intentar integrarme más a las demás personas'' (E6).*

La fuerza interior es una de las capacidades individuales más importante para las víctimas en el afrontamiento durante el proceso de resiliencia la cual estuvo motivado por protección a sus hijos se convirtió en el motor que las impulso para sobreponerse, activarse y darles unas mejores condiciones de vida.

*''Pues yo toda la vida desde pequeña me acuerdo que yo jugaba con piedritas y nosotros como mis hermanos jugábamos un juego que se decía "querer es poder"... "si tú quieres, te levantas y sigue adelante", "el mundo es de valientes, jamás de vencidos"... "si te dejas doblegar y atropellar por otros" y "yo soy porque quiero ser"... o sea nadie lo hace a uno, uno mismo se forma... a mi esas frases fueron las que me ayudaron... el juego, lo que jugábamos nosotros y yo siempre he dicho querer es poder y en ese*

*jueguito yo me fui recuperando como que me encerré en eso'' (E7)*

El auto descubrimiento de nuevas habilidades y destrezas en las víctimas hace parte también de las estrategias de afrontamiento individual de las víctimas que depende de las capacidades y fortalezas que cada una logro desarrollar; en esta etapa las víctimas son más autónomas y seguras; pues la víctima logra de manera individual autodescubrir capacidades para potencializar la resiliencia.

*''yo pensé que yo solamente servía pa ordeñar vacas o pa sembrar yuc..., yo también puedo ayudar a las demás personas...yo también puedo dar como ánimo... o sea decirle a otra... usted puede, eeeelógremolo, haguemolo que... si podemos... o de pronto a una persona que no tiene plata o que no sabe cómo hacer.... decirle a venga yo le enseño... venga yo le digo o venga la llevo a tal lado que allá si le dicen... siempre me ha gustado ese lado de cómo ayudar a los demás''(E2).*

*''Yo no me conocía con esas capacidades... aunque yo siempre me he destacado por ser líder... a mí siempre me ha gustado el trabajo de comunidad... pero yo no conocía que tenía tanto poder de oratoria... yo no reconocía que yo tenía tanto poder de conviencia... tanta capacidad de mover gente yo no lo sabía''(E5).*

*''Pues yo siempre he dicho que yo soy como el camaleón... porque me adaptaba muy fácil al a otras situaciones porque de pronto muchas personas no lo hacen... que antes no veía esa capacidad de adaptación y después de lo que viví sí''(E6).*

*“Pues que me pude dar de cuenta digamos que esa forma de ser espontánea... esa lucha de no permitir que se vulnere... porque sí... porque eso para mí ha sido muy importante... o sea yo descubrí que el dolor me endureció... que el dolor... o sea me fortaleció, que ya que me digan verdad que usted la violaron, si me violaron y a muchos les puede pasar”* (7).

La ocupación también es un elemento importante en los procesos individuales de resiliencia, aunque en su mayoría los trabajos que ejercen las participantes son informales han fortalecido su autoestima y su ego como mujer y el aprovechamiento de sus capacidades ha sido útil para el apoyo a sus familias.

*“El trabajo que tengo ahorita porque nunca nunca había sido capaz yo miraba la gente metiendo las manos a la basura y yo decía uy no... pero eso qué meter la mano donde hay gusanos donde se encuentre uno unos muchas cosas... que decía no soy capaz... pero eso me ha ayudado mucho para uno valorarse uno más y salir uno más adelante”* (E3).

### **Autoestima: “Aprender a autoestimarse, a quererse, porque eso sí aprendí, para mí es más valioso”**

Las afectaciones psicológicas son quizás unas de las condiciones más difíciles de reponerse para las víctimas; después del hecho victimizante existen sentimientos de culpa, tristeza, frustración entre otras como se ha mencionado anteriormente y es uno de los grandes retos del proceso de resiliencia volver a recuperar la confianza y autoestima. Esta es una de las últimas etapas por la que atraviesan las víctimas

durante el proceso antes conseguir un afrontamiento por lo cual es indispensable que la víctima utilice todos los factores como la fuerza interior, la memoria histórica, la adaptación, las redes de apoyo, el auto descubrimiento, la sororidad para llegar al afrontamiento del trauma.

*“trabajar, eehh, o sea, no dejarse uno de ¡Ayy no! me voy a morir de hambre, no... luchar, luchar, luchar, así sea, lo que si uno nunca... ha salido, a la calle a vender, hacerlo... o sea no dejarse uno como vencer por todas esas circunstancias, no, me suicidé porque estoy pasando hambre o por esto... no, luchar, luchar, luchar, pedirle a Dios, ante todo Dios”* (E1)

*“yo siempre he pensado, o sea, yo me afianzo en mí, yo digo, caramba, yo soy una diseñadora patronista, yo sé hacer, crear los patrones, pero me falta lo más importante, me faltan las herramientas, entonces a las víctimas se les debe dar las herramientas y hacerles unas asesorías y un seguimiento, no dejarla sola, pero verdaderamente para que la víctima se recupere hay que buscarle qué sabe hacer y fortalecerle esa parte de lo que sabe hacer”* (E7).

## **DISCUSIÓN**

La resiliencia es un proceso integrado a la vida de la víctima, posterior a una experiencia traumática vivida, haciéndola enfrentar a situaciones adversas para las cuales no estaba preparada, que exige respuestas cuando estas no son adaptativas, estas adversidades pueden desencadenar afectaciones físicas, emocionales y cognitivas, en el caso particular

de las participantes, por ejemplo, muchas de las situaciones adversas que enfrentaron se derivan de los estereotipos de género comunes a muchas culturas y enraizados en prácticas sociales que fue necesario transformar; ayudándolas a sobreponerse ante tal suceso vivido, la seguridad que necesitan para poder afrontar la adversidad, el amor y soporte de la familia generaron seguridad y confianza de poder lograr sus objetivos y metas en el futuro. El apoyo familiar a las víctimas de violencia sexual fue fundamental y de mucha importancia lo cual coincide con varios estudios de resiliencia<sup>(8,16-17)</sup>.

Grotberg (2006) coincide en que la resiliencia es la interacción entre factores sociales (yo tengo), habilidades personales y fortalezas personales (yo soy y yo estoy)<sup>(18)</sup>, las cuales resultan precisas al hacer el análisis de las categorías de este estudio en las cuales se pueden identificar el proceso que individual y colectivo que las participantes han llevado para la superación de la adversidad a causa de la violencia sexual.

Como proceso de Resiliencia podemos identificar tres fases de acuerdo al modelo teórico utilizado para este estudio (yo tengo, lo que soy y lo que puedo hacer).

**Yo tengo** el cual está relacionado con el apoyo externo que recibieron las víctimas como las redes de apoyo institucionales, construidas, familiares, en relación a lo anterior varios estudios más coinciden que las redes construidas por las participantes fueron esenciales en los procesos de Resiliencia, les permitió conocer u relacionarse con más mujeres que vivieron las mismas o peores

situaciones, estas redes les ha permitido apoyar a otras mujeres y orientarlas en el proceso de aceptación, si bien varios estudios relacionan que las interacciones sociales son estrategias para la Resiliencia no se aborda en la construcción de este tipo redes<sup>(11,14,19-20)</sup>.

El apoyo psicosocial que recibieron las víctimas y las primeras ayudas de emergencias fueron importantes para su proceso Resiliencia, al igual que el primer momento de atención en las cuales se encuentran desorientadas y con temor<sup>(21)</sup>, el acompañamiento que se hace a través del equipo interdisciplinar con el propósito de orientar las víctimas en su situación son positivas para las participantes, les ha permitido ganar confianza, aceptación y enfrentar los miedos, la intervención psicosocial ayudo a generar una estabilidad emocional en las víctimas buscando potencializar la autoestima, permitiéndoles el reconocimiento social como integrantes de una sociedad, potencializando actitudes, habilidades permitiendo el desarrollo de las relaciones interpersonales con el medio, potenciando las habilidades de comunicación, lo que permitió desarrollar relaciones tolerantes y pacíficas con la familia, con el medio y con la comunidad lo cual coincide con otros estudio relacionados con el apoyo psicosocial y estrategias de afrontamiento a víctimas del conflicto armado<sup>(21-22)</sup>.

Las víctimas han sido silenciadas por el olvido de la sociedad en general en ese proceso de negación constante y de aplazamiento de los derechos de las personas en condición de víctimas, los trabajos sobre la memoria de las víctimas son un elemento fundamental en la Resiliencia, para las participantes de este

estudio hacer memoria a través de las narrativas fue estrategia liberadora de dolor, a partir de estas narrativas pudieron cicatrizar el dolor y llegar a la construcción de su proyecto de vida y generar un proceso de autonomía que les permitió llegar hasta escenarios políticos y luchar por sus derechos como víctimas y ayudar a otras personas, lo cual coincide en investigaciones de memoria donde se identificó que son oportunos para que la víctima no se quede siendo víctima y sea capaz de transformar, desde la resiliencia, su condición de víctima<sup>(23)</sup>.

**Lo que soy**, según Edith H. Grotberg son las fortalezas personales internas. Estos son sentimientos, actitudes y creencias que depende de las características de cada uno, la fuerza interior que cada víctima tiene para llevar su proceso relacionadas con las capacidades y estrategias individuales y colectivamente; en relación a las participantes se idéntica en los diferentes roles , como ser mujer, ser madre, trabajadora , proveedora, habilidades y destrezas descubiertas que se convirtieron en eje fundamental para la reconstrucción de su proyecto de vida, la responsabilidad que tiene el desempeño de estos roles, las mujeres vieron las necesidades de utilizar estrategias para responder a todas estas demandas, por lo que asumieron responsabilidades de cuidado, protección , sostenimiento de otros, destrezas artísticas, oratoria, que les permiten otorgar sentido a su existencia en medio de la adversidad (8), (18).

**Lo que puedo hacer**, para Edith H. Grotberg son las habilidades sociales e interpersonales, las estrategias de Resiliencia que promueven las víctimas de

violencia sexual pueden ser estimuladas y promovidas de acuerdo a las habilidades y fortalezas que cada una desarrolle, lo corrobora los resultados de este estudio donde las mujeres que fueron víctimas de violencia logran desarrollar niveles de memoria, confianza, iniciativa, autonomía<sup>(24-28)</sup>, identidad a través de las redes construidas en sus territorios donde se han fortalecido, superado, llegando a liderar diferentes escenarios de visibilidad y empoderamiento de su rol como mujeres en una sociedad patriarcal.

Las categorías estudiadas en estudio coinciden con las expuestas en otros que relacionan a la resiliencia como un proceso dinámico, en el cual las características personales, la familia, la seguridad el apoyo social, la autonomía, proyectos de vida, son factores importante para el proceso de resiliencia; de igual se ha encontrado que las personas que desarrollan estos proceso están abiertas al cambio a nuevas experiencias que puedan mejorar sus condiciones y calidad de vida<sup>(29-32)</sup>.

En definitiva en el proceso de resiliencia se logra el afrontamiento acompañado de las diferentes herramientas ya mencionadas anteriormente como la memoria, la ocupación, la educación, reconocimientos de habilidades, las redes institucionales, sociales y familia que les permite seguir adelante y construir su nueva vida<sup>(33)</sup>.

A manera de reflexión central que aporta esta investigación se inclina por los procesos de resiliencia que han llevado las víctimas más allá de las narrativas; es describir como cada etapa del proceso ha sido tan importante para la superación de hechos y fortalecimiento de cada víctima,

desde la perspectiva de la salud pública implica pensar en acciones objetivas interdisciplinarias que potencialicen los procesos de Resiliencia la integridad y salud mental de las víctimas.

## CONCLUSIONES

- ✓ Aproximarse a la realidad de las mujeres víctimas de violencia sexual fue interesante de modo que permitió analizar el proceso de resiliencia que cada una ha vivido y los elementos utilizados para la transformación de su realidad al llegar al afrontamiento de la adversidad.
- ✓ Las víctimas utilizaron elementos individuales y colectivos para lograr el afrontamiento aun frente a las implicaciones que deja violencia sexual en un contexto del marco del conflicto armado, para así lograr sobreponerse y adaptarse en un proceso lento y dinámico hasta llegar a la adaptación.
- ✓ Las ayudas brindadas por diferentes instituciones, personas y entorno familiar fue realmente importante para el proceso de resiliencia, de acuerdo a lo manifestado por las participantes, sin embargo el apoyo psicosocial debe estar orientado a la búsqueda de estrategias de superación y de proyecto de vida y no en profundizar en el suceso de los hechos violentos, el acompañamiento gubernamental e institucional debe ser constante en todo el proceso desde los factores económicos, psicosocial con la finalidad de mejorar las condiciones de vida y de adaptación de las víctimas.

- ✓ Las redes construidas, la memoria y la sororidad son elementos claves en los procesos de resiliencia de acuerdo a lo manifestado por las mujeres víctimas de violencia sexual, lo cual es importante que sean integrados en el abordaje y las rutas de atención a las víctimas de violencia sexual en el país.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Observatorio de Memoria y Conflicto, el conflicto en cifras [internet] Colombia [consultado 2020 Nov. 26]. Disponible en: <http://micrositios.centrodememoriahistorica.gov.co/observatorio/portal-de-datos/el-conflicto-en-cifras/>
2. Sánchez Gómez O. A., Carrillo Urrego A., Giovanni Babativa J., Márquez Rengifo M.D.P., Miguez L. S. Encuesta de prevalencia de violencia sexual en contra de las mujeres en el contexto del conflicto armado colombiano (2010 – 2015) [internet] Colombia; 2017 [consultado 2017 oct 7]. Disponible en : <https://humanidadvigente.net/wp-content/uploads/2017/08/Encuesta-de-prevalencia-de-violencia-sexual-CSCG.pdf>
3. Unidad de Víctimas. Registro nacional de información al servicio de las víctimas [internet] Colombia: gobiernos de Colombia; 2018 [revisado 2018 ene 29] Disponible en: <https://www.unidadvictimas.gov.co/es/ruv/37385>
4. Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses Subdirección de Servicios Forense, forensis 2018 Datos para la Vida. [internet] Colombia: gobiernos de Colombia; 2019 [Consultado 2019 jun 28]. Disponible

- en:  
<http://www.medicinalegal.gov.co/documents/20143/386932/Forensis+2018.pdf/be4816a4-3da3-1ff0-2779-e7b5e3962d60>
5. Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses, Subdirección de Servicios Forenses Grupo Centro de Referencia Nacional sobre Violencia. Boletín Epidemiológico Violencia de Género en Colombia análisis comparativo de las cifras de los años 2014, 2015 y 2016 víctimas [internet] Colombia: Subdirección de Servicios Forenses; 2017 [consultado 2017 oct 6]. Disponible en: <https://www.medicinalegal.gov.co/documents/20143/57985/Violencia+de+G%C3%A9nero+en+Colombia.+An%C3%A1lisis+comparativo+de+las+cifras+de+los+a%C3%B1os+2014%2C+2015+y+2016.pdf>
  6. Fulchiron, Amandine. La violencia sexual como genocidio. Memoria de las mujeres mayas sobrevivientes de violación sexual durante el conflicto armado en Guatemala. Rev. mex. cienc. polít. soc [internet]. 2016, vol.61, n.228 [consultado 2017 jun 28], pp.391-422. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-19182016000300391&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-19182016000300391&lng=es&nrm=iso). ISSN 0185-1918.
  7. Informe presentado por organizaciones, de mujeres y de derechos humanos a, La Representante Especial del Secretario General para, Violencia Sexual en el marco de los conflictos armados, Bogotá, 16 de mayo de 2012. El Estado y la violencia sexual contra las mujeres en el marco de la violencia sociopolítica en Colombia. [ Internet] 2012 [consultado 2017 oct 8]. Disponible en : [https://www.dejusticia.org/wp-content/uploads/2017/04/fi\\_name\\_recurso\\_265.pdf](https://www.dejusticia.org/wp-content/uploads/2017/04/fi_name_recurso_265.pdf)
  8. Salvador Sánchez L. Resiliencia en violencia de género. Un nuevo enfoque para los/las profesionales sanitarios/as. [internet]. España 2015 [consultado 2017 oct 7]. Disponible en: <https://revistas.uam.es/revIUEM/articloe/view/416/388>
  9. Jaramillo-Velez, Diva e et al. Resiliencia, Espiritualidad, Aflicción y Tácticas de Resolución de Conflictos en Mujeres Maltratadas. Rev. salud pública, Bogotá, v. 7, n. 3, p. 281-292, Nov. 2005 .[ Internet] Colombia 2005 [consultado 2017 sep 7 Disponible en : [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-00642005000300004](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642005000300004)
  10. Cordero, V, Teyes, R. Resiliencia de mujeres en situación de violencia doméstica. Omnia [internet] [consultado 2017 Nov 22 ]Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/737/73749821009>
  11. Ospina Muñoz D E, Jaramillo Vélez D E, Uribe Vélez T M, La resiliencia en la promoción de la salud de las mujeres. Investigación y Educación en Enfermería 2005XXIII78-89. [internet] 2005 [consultado 2017 oct 25],
  12. Josse E. “Vinieron con dos armas”: las consecuencias de la violencia sexual en la salud mental de las víctimas mujeres en los contextos de conflicto armado [internet] [consultado 2018 Ene 29] Disponible

- en:<https://www.icrc.org/spa/assets/files/other/irrc-877-josse.pdf>
13. Cortes, Ángela et al. Comprensiones sobre el perdón y la reconciliación en el contexto del conflicto armado colombiano. *Psychosocial Intervention*, Madrid , v. 25, n. 1, p. 19-25, abr. 2016 [internet] 2016 [consultado 2018 Ene 29]. Disponible en <[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-05592016000100003&lng=es&nrm=iso](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-05592016000100003&lng=es&nrm=iso)>. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psi.2015.09.004>.
  14. Caudillo-Ortega, L, Hernández-Ramos, MT, Flores-Arias, ml. Análisis de los determinantes sociales de la violencia de género. *Ra Ximhai* [Internet]2017 [consultado 2019 mar 29]. 2017;13(2):87-96. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=46154510007>
  15. Ministerio de Salud. Resolución 008430 de Octubre 4 de 1993. [Internet] [consultado 2017 oct], Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>
  16. Kotliarenco M. A., Cáceres I., Fontecilla M. Estado del arte de la Resiliencia Internet] [consultado 2017 de Nov 20]. Disponible en: <http://www1.paho.org/hq/dmdocuments/2009/Resil6x9.pdf>
  17. Castillo Tenorio A. C., Palma Bernal E. Resiliencia en mujeres viudas por el conflicto armado vinculadas a Funvida en Tumaco. Internet] [consultado 2017 Nov 22]. Disponible en: [http://vitela.javerianacali.edu.co/bitstream/handle/11522/7313/Resiliencia\\_mujeres\\_viudas.pdf?sequence=1](http://vitela.javerianacali.edu.co/bitstream/handle/11522/7313/Resiliencia_mujeres_viudas.pdf?sequence=1)
  18. Grotberg E. A guide to promoting resilience in children: strengthening the human spirit. The international resilience project. La Haya: Bernard Van Leer Foundation; 1996.
  19. Roa, C., Estrada, K. y Tobo, M. Nivel de resiliencia en mujeres maltratadas por su pareja 2012 Junio 10, [internet]. [consultado 2017 oct 8] Disponible en : <http://www.contextos-revista.com.co/Revista%208/A4-Nivel%20de%20resiliencia%20en%20mujeres%20maltratadas%20por%20su%20pareja.pdf>
  20. Quiceno, Japcy M. et al. Calidad de vida, resiliencia e ideación suicida en adolescentes víctimas de abuso sexual. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, [S.l.], v. 18, n. 2, p. 107-117, jul. 2014. ISSN 2254-6057. [internet]. 2014 [consultado 2017 oct 8] Disponible en: <http://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/12767>
  21. Hewitt Ramirez N. et al. Afectaciones Psicológicas, Estrategias de Afrontamiento y Niveles de Resiliencia de Adultos Expuestos al Conflicto Armado en Colombia. *Rev. colomb. psicol.*, Bogotá , v. 25, n. 1, p. 125-140, Jan. 2016.
  22. Villa Gómez J.D, Arroyave L., Pizarro L., Montoya Betancur Y., Muñoz A. Vicisitudes de los proyectos institucionales de atención psicosocial a víctimas del conflicto armado colombiano 2016. [internet].2016 [consultado 2017 oct 8],Disponible en:<http://www.scielo.org.co/pdf/agor/v17n1/v17n1a09.pdf>

23. Latorre Iglesias. La Memoria y la Resiliencia. Estudio de la memoria de las víctimas del conflicto armado en el departamento del Magdalena: presentificación, visibilización, catarsis y resiliencia. *Prolegómenos. Derechos y Valores* [Internet]. 2010;XIII(25):95-109.
24. Samaniego Salcan, I. K. (2015). Resiliencia en violencia de género (trabajo de titulación). UTMACH, Unidad Académica de Ciencias Sociales, Machala, Ecuador [internet].2015. [consultado 2019 de jun 4]. Disponible en:<http://repositorio.utmachala.edu.ec/handle/48000/4385>
25. Abirrached Fernández, María Teresa, *Contra la violencia, la resiliencia familiar* 2016. [citado el 4 de junio de 2019].
26. Elsa Edith Zalapa Lúa, Yolanda Elena García Martínez y Gisella Esmeralda Figueroa López, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, *Resiliencia en Mujeres Morelianas Separadas por Violencia Conyugal*, [internet].[consultado 2019 Jun 4 2019]. Disponible en: <http://dspace.ucuena.edu.ec/handle/123456789/3920>
27. Guardo Figueroa Luz Mallelis, Factores Protectores que Construyen un Grupo de Mujeres Frente a la Violencia de Pareja, en el Municipio de Arjona Bolívar, año 2017, Universidad de Cartagena, [revisado 2019 Jun 4].
28. Moreano Burneo María Gabriela, Universidad Pontificia *Análisis de los componentes de Resiliencia en las Mujeres Adultas, mayores de 30 años, de clase media, que han experimentado acoso sexual en espacios públicos*, [internet].[ [consultado 2019 Jun 4].Disponible en : <http://repositorio.puce.edu.ec/handle/2000/15047>
29. Utria Utria Leider, Amar Amar José, Martínez González Marina, Colmenares López Colmenares, Crespo Romero Fernando. *Resiliencia en mujeres víctimas de desplazamiento forzado* [Internet] 2015. Barranquilla: Universidad del Norte 2015[internet]. 2015 [Consultado 2019 may 30]; Disponible en: [https://www.academia.edu/35949574/Resiliencia\\_en\\_mujeres\\_v%C3%ADctimas\\_del\\_desplazamiento\\_forzado](https://www.academia.edu/35949574/Resiliencia_en_mujeres_v%C3%ADctimas_del_desplazamiento_forzado)
30. Avila Paredes. Programa de intervención para el fortalecimiento de la resiliencia en mujeres violentadas de Gualaceo 2011 JP Tesis [Internet]. 2011 [consultado 2019 Jun 4]. Disponible en: <http://dspace.ucuena.edu.ec/handle/123456789/3920>
31. COMINS-MINGOL, Irene. De víctimas a sobrevivientes: la fuerza poética y resiliente del cuidar. *Convergencia*, Toluca, v. 22, n. 67, p. 35-54, abr. 2015. [internet]. 2015 [consultado 2019 Jun 4] Disponible en <[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-14352015000100002&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-14352015000100002&lng=es&nrm=iso)>.
32. Constanza Gonzáles Viveres, «Transformación y resiliencia en familias desplazadas por la violencia hacia Bogotá», *Revista de Estudios Sociales* [internet] 2004, [consultado 2019 Jun 4].,Disponible en:

<http://journals.openedition.org/revestudsoc/2494>

- <sup>33</sup>. Alvares Betancour Luisa, Arango Pérez Dayana, Universidad de Antioquia, Proceso de Resiliencia en mujeres víctimas del conflicto armado por la desaparición forzada de hijos o esposos

en la zona urbana del municipio de yarumal.2018, [internet] 2018, [consultado 2019 Jun 4]. Disponible en: [http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/15828/1/AlvarezLuisa\\_2018\\_ProcesoResilienciaMujeres.pdf](http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/15828/1/AlvarezLuisa_2018_ProcesoResilienciaMujeres.pdf)