



Intervenciones utilizando resiliencia, en mujeres víctimas de violencia

Interventions using resilience in women victims of violence

Intervenções com resiliência em mulheres vítimas de violência

Deysi Manuela Lazo-Ancajima ¹

dlazoa@ucvvirtual.esu.pe

<https://orcid.org/0000-0001-9671-9957>

Correspondencia: dlazoa@ucvvirtual.esu.pe

Ciencias políticas y sociales

Artículo de revisión

***Recibido:** 28 de mayo de 2021 ***Aceptado:** 20 de junio de 2021 * **Publicado:** 05 de julio de 2021

I. Magister, Universidad César Vallejo, Piura, Perú.

Resumen

La violencia contra la mujer es tan antigua como la civilización misma, desde el inicio de la historia la mujer ha sufrido una larga y dura discriminación de sus derechos. Siempre se ha utilizado como mano de obra barata, como reproductora, cuidadora de niños y encargada de llevar los asuntos del hogar. Casi que su contribución a la sociedad en épocas pasadas se invisibilizó, se le negó el derecho a la educación y solo unas pocas mujeres lograron educarse, luego de la revolución industrial y la revolución francesa fue tomando poco a poco los derechos que le correspondían. Actualmente las mujeres todavía deben luchar para ser reconocidas. La resiliencia es una característica que desarrollan algunas personas que son víctimas de abusos, esta les permite enfrentar estas situaciones adversas sobreponerse e intentar seguir con su vida. Esta investigación tiene por objetivo general analizar las intervenciones utilizando la resiliencia, en mujeres víctimas de violencia. La metodología empleada se basó en un diseño bibliográfico de tipo documental. Los resultados obtenidos dan cuenta de la importancia de aplicar resiliencia a mujeres víctimas de violencia para la recuperación de su salud y ser nuevamente parte de la sociedad como conclusión se tiene que la resiliencia potencia las características de las personas que le permitirán salir airoso de y fortalecidas de las situaciones de peligro que vivieron.

Palabras Clave: Violencia; Mujeres; discriminación; resiliencia.

Abstract

Violence against women is as old as civilization itself, since the beginning of history women have suffered long and harsh discrimination against their rights. It has always been used as cheap labor, as a breeder, a babysitter and in charge of running household affairs. Almost that her contribution to society in past times was invisible, the right to education was denied and only a few women managed to educate themselves, after the industrial revolution and the French revolution, little by little, the rights that corresponded to her were taken over. . Today women still have to fight to be recognized. Resilience is a characteristic that some people who are victims of abuse develop, it allows them to face these adverse situations, overcome and try to continue with their life. The general objective of this research is to analyze interventions using resilience in women victims of violence. The methodology used was based on a bibliographic design of the documentary type. The results obtained show the importance of applying resilience to women who are victims of

violence for the recovery of their health and to be part of society again, as a conclusion it is necessary that resilience enhances the characteristics of the people that will allow them to emerge successfully from and strengthened of the dangerous situations they experienced.

Keywords: Violence; Women; discrimination; resilience.

Resumo

A violência contra as mulheres é tão antiga quanto a própria civilização, desde o início da história as mulheres sofreram longa e dura discriminação contra seus direitos. Sempre foi usada como mão-de-obra barata, criadora, babá e encarregada de cuidar dos negócios domésticos. Quase que a sua contribuição para a sociedade em tempos passados era invisível, lhe foi negado o direito à educação e apenas algumas mulheres conseguiram educar-se, depois da revolução industrial e da revolução francesa, aos poucos os direitos que lhe correspondiam foram assumidos . Hoje as mulheres ainda precisam lutar para serem reconhecidas. A resiliência é uma característica que algumas pessoas que são vítimas de maus-tratos desenvolvem, pois permite que enfrentem essas situações adversas, superem e procurem continuar com sua vida. O objetivo geral desta pesquisa é analisar intervenções de resiliência em mulheres vítimas de violência. A metodologia utilizada baseou-se num desenho bibliográfico do tipo documental. Os resultados obtidos mostram a importância da aplicação da resiliência às mulheres vítimas de violência para a recuperação da sua saúde e para voltarem a fazer parte da sociedade, concluindo, é necessário que a resiliência valorize as características das pessoas que lhes permitam emergir com sucesso e fortalecido das situações perigosas que vivenciaram.

Palavras-chave: Violência; Mulheres; discriminação; resiliência.

Introducción

La violencia en el mundo ha existido desde que el hombre hizo su aparición sobre la faz de la tierra, desde tiempos inmemoriales, las diferencias han sido parte de esa energía maligna que impulsa al ser humano a querer hacer daño a quienes nos parecen distintos, estas particularidades en muchos casos entendidas como superioridad física o intelectual, lleva a hacerle daño a otros, es allí donde la violencia hace su aparición como arma o mecanismo de imposición de nuestros criterios, según la Organización Mundial de la Salud OMS (2014) la violencia se puede definir como:

El uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho o como amenaza, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones (OMS, 2014)

Según la OMS (2014) clasifica la violencia en tres categorías generales, según las características de los que cometen el acto de violencia:

- la violencia autoinfligida (comportamiento suicida y autolesiones)
- la violencia interpersonal (violencia familiar, que incluye menores, pareja y ancianos; así como violencia entre personas sin parentesco)
- la violencia colectiva (social, política y económica).

La violencia se presenta en distintos ámbitos, en el trabajo puede ocurrir maltrato físico y psíquico como por ejemplo: acoso sexual, intimidación, amenazas, humillaciones, menosprecio, así como también violencia contra la pareja y esta es una de las formas más comunes de violencia contra la mujer, normalmente es infligida por su marido o pareja masculina. Esto contrasta sobremanera con la situación de los hombres, mucho más expuestos a sufrir agresiones de extraños o de conocidos que de personas de su círculo íntimo. Este comportamiento incluye:

- Agresiones físicas: abofetear, golpear con los puños, patear.
- Maltrato psíquico: mediante intimidación, denigración y humillación constantes.
- Relaciones sexuales forzadas y otras formas de coacción sexual.
- Diversos comportamientos dominantes: por ejemplo, aislar a una persona de su familia y amigos, vigilar sus movimientos y restringir su acceso a la información o asistencia. Un porcentaje alto de las mujeres agredidas físicamente también habían sido maltratadas sexualmente por su pareja.

Dentro de las consecuencias sobre la salud femenina producto de la violencia pueden llegar a padecer alteraciones psíquicas y mentales como el abuso de alcohol y otras drogas, depresión y ansiedad, trastornos de los hábitos alimentarios y del sueño, Sentimientos de vergüenza y culpabilidad, fobias y trastorno por pánico, inactividad física, poca autoestima, e inclusive trastorno por estrés postraumático, entre otros.

Según Da Silva, García y Sousa (2019) la violencia contra las mujeres es la historia de la civilización, no existen evidencias conocidas de una sociedad donde la misoginia y la violencia

sistemática contra la mujer no haya existido. La historia de la violencia contra la mujer de manera deliberada está arraigada en lo más profundo de la cultura occidental.

La violencia es fruto de la voluntad y capacidad que los sujetos tienen sobre el control de otros sujetos. Voluntad, libertad -sea ésta de pensamiento o movimiento producción / reproducción y corporalidad son algunos de los espacios del sujeto humano que son usurpados y controlados mediante la violencia. La vulnerabilidad que genera esa usurpación conduce al sufrimiento y como no a la pérdida de la dignidad humana. La violencia es colectiva, es social y conductual. Ejercicio de poder y deseo. Domina todos los espacios sociales y establece lenguajes que diferencian la forma en la que nos constituimos.

Lo que hoy en día se conoce como violencia contra la mujer no es una situación hija de la modernidad, sino que es una herencia tan antigua como lo son los estados de poder patriarcales.

La posesión sigue siendo uno de los argumentos de la violencia contra la mujer, sea ésta originada por la idea de posesión carnal -violencia sexual-, posesión sentimental-acoso y violencia amorosa, posesión psicológica y control -violencia psicológica, posesión administrativa y ciudadana -violencia administrativa o estatal-, posesión reproductiva -violencia sexual, rapto y matrimonio forzado- y como no posesión de la vida de una persona -violencia fáctica, asesinato-. En todas estas posesiones se encuentra el reflejo de la división clásica que se hacía de los cuerpos en cuanto a objeto de poder del varón: cuerpos para la procreación, cuerpos para el deseo (Da Silva et al. 2019)

Una capacidad o característica que deben tener las personas para salir airosos al ser tocados por la violencia es la resiliencia. Para comprender el desarrollo y abordaje del término resiliencia a lo largo del tiempo, y la implicancia que tiene este último en la actualidad, es necesario realizar una reseña acerca de las diferentes definiciones, donde la palabra resiliencia proviene del latín resilio y es utilizada en el campo de la física para describir el proceso por el cual un material vuelve a su estado anterior, esto significa volver, rebotar, saltar hacia atrás, ser repelido o surgir. Luego extraído para ser usado con los humanos, no tiene una definición única ni estática, lo que implica que está en permanente desarrollo. Según García y Domínguez citado por Fraga (2016) se puede tener varias tipos de definición, Pero más allá de una definición general, se encuentran también modos de agrupar las diferentes definiciones como se muestran en la Tabla 1.

Tabla 1: Definiciones de resiliencia agrupadas de varios autores

Grupo	Definición
<i>Relacionan el fenómeno con el componente de adaptabilidad.</i>	Expresa que la resiliencia es considerada como la adaptación exitosa de un individuo, estando expuesto este a factores de riesgo, principalmente de orden biológico; pero implica también, poseer una baja susceptibilidad del sujeto ante futuros estresores.
<i>Incluyen el concepto de capacidad o habilidad</i>	Toma como ejemplo la definición de Grotberg (1995), el cual plantea la resiliencia como una capacidad humana universal, que permite enfrentar las adversidades de la vida, poder superarlas y transformarse a partir de ello. Se refiere a ella también como parte del proceso evolutivo y que puede ser aprendida y desarrollada desde la infancia.
<i>Enfatizan la conjunción de elementos internos y externos</i>	Según Vanistendael (1994), en la resiliencia se encuentran dos componentes, por un lado, la resistencia frente a la destrucción, y por otro, la capacidad de poder construir conductas positivas a pesar de la experiencia difícil.
<i>Definen la resiliencia como adaptación y como proceso</i>	Según Rutter (1992) la resiliencia forma parte de un conjunto de procesos, que son a la vez sociales e intra psíquicos, y que hacen posible que el sujeto tenga una vida sana dentro de un contexto desfavorable. Estos procesos se combinan en el tiempo y se encuentran en permanente interacción, concluyendo que no es un atributo que el niño posee desde su nacimiento, sino que se va desarrollando.

Fuente: Elaboración propia

En estas definiciones se consideran aspectos centrales de la vida del individuo; tomar sólo algunos aspectos que las integran no permitiría comprender la dimensión de la resiliencia, y por ende la importancia que tiene el desarrollo de la vida de las personas.

Conceptos como adaptación y proceso, los cuales son tomados por diversos autores, forman parte a su vez de diversos procesos psicológicos que experimenta el sujeto expuesto a la adversidad. Se puede entender el proceso como condición propia del ser bio-psico-social, que busca la adaptación constante, siendo la resiliencia el resultado de ello.

En este sentido, esta investigación tiene por objetivo general analizar las intervenciones utilizando la resiliencia, en mujeres víctimas de violencia. La metodología empleada se basó en un diseño bibliográfico de tipo documental.

Metodología

Esta Investigación se realizó basándose en un diseño bibliográfico de tipo documental. El trabajo se fundamenta en la revisión sistemática, rigurosa y profunda de material documental de cualquier clase, donde se efectúa un proceso de abstracción científica, generalizando sobre la base de lo fundamental, partiendo de forma ordenada y con objetivos precisos. (Palella y Martins, 2010) La

investigación documental se concreta exclusivamente en la recopilación de información de diversas fuentes, con el objeto de organizarla describirla e interpretarla de acuerdo con ciertos procedimientos que garanticen confiabilidad y objetividad en la presentación de los resultados (Palella y Martins, 2010). Para lograr este propósito se utilizaron herramientas como textos, documentos y artículos científicos publicados disponibles en la web.

Los objetivos de esta investigación se basaron en definir y establecer la importancia de la resiliencia en personas, detallar cual es el aporte de la resiliencia a las víctimas de violencia, detallar los tipos de violencia aplicadas a las mujeres, definir las características de las mujeres víctimas de violencia, analizar el uso de la resiliencia en mujeres víctimas de violencia.

Resultados y discusión

Para Fergus y Zimmerman citado por Fraga (2016), se refieren a la resiliencia como aquel proceso vinculado a superar los efectos negativos después de haber estado expuesto al riesgo y afrontar de manera exitosa la experiencia traumática. Plantean también factores de riesgo y de protección. Este último es el que ayuda a reducir o evitar los efectos negativos y lograr así resultados positivos. En la tabla 2 se presenta otra manera de definir a la resiliencia según sus dimensiones.

Tabla 2: Definición de resiliencia según las dimensiones

DEFINICIÓN CENTRADA EN:	DIMENSIONES
<i>El individuo</i>	Se manejan conceptos referentes al ámbito de la personalidad.
<i>El proceso</i>	Se centran en la interacción entre la personalidad y el medio ambiente
<i>El resultado</i>	Enfatizan la superación de la adversidad, es decir el logro de un resultado positivo.

Fuente: elaboración propia

Como se puede observar, definir la resiliencia dando cuenta de todas sus dimensiones y abarcando todos sus aspectos resulta amplio, ya que se incluyen en cada modelo diferentes concepciones así como distintos mecanismos psíquicos y emocionales.

En resumen, las distintas definiciones enfatizan características de los sujetos tales como: habilidad, adaptabilidad, baja susceptibilidad, enfrentamiento efectivo, capacidad, competencia, resistencia a la destrucción, conductas vitales positivas, temperamento especial y habilidades cognitivas, que desplegadas frente a situaciones estresantes, hacen posible la resiliencia.

Para Fraga (2016) las primeras investigaciones realizadas en torno a la resiliencia en los estados unidos en niños y adultos que habían sufrido Violencia, notaron que los programas de intervención tuvieron éxito, muy especialmente en jóvenes problemáticos consumidores de drogas, Los primeros estudios fueron basados entonces en las cualidades personales de los niños para establecer las características resilientes.

Uno de estos estudios fue hecho por la psicóloga estadounidense Emmy Werner donde se trató de establecer qué factores intervinieron en el desarrollo de estos chicos, para poder definir lo que Werner llamó “factores de resiliencia”. Se concluye que las primeras experiencias en la vida del niño no son permanentes, es decir, no dejarían marcas que no se pudieran revertir y que la resiliencia puede darse en cualquier momento del desarrollo.

Para García y Domínguez citado por Fraga (2016), la resiliencia se amplía hacia dos aspectos fundamentales: Comienza a tener en cuenta la noción de “proceso”, implicando una interacción dinámica e incluyendo en ella factores de riesgo. Y por otro lado, tomando en cuenta el aspecto “adaptativo”, además se busca la forma de promover la resiliencia de la manera más eficaz posible a partir de programas sociales. Posteriormente se constituye así un modelo de resiliencia, organizando los factores resilientes en tres niveles: individual, familiar y ambiental.

Las investigaciones demuestran que los factores sociales, psicológicos y biológicos son los que influyen en los determinantes de la resiliencia. Las variables conductuales, genéticas y biológicas se combinan con las variables ambientales, dando o no, como resultado, una respuesta resiliente en el sujeto.

Cuando el organismo, en cambio, se ve alterado por cierto factor estresante, la resiliencia hace posible que regrese a un estado previo, de forma de seguir su funcionamiento a nivel fisiológico y lograr la adaptación.

La resiliencia desde una perspectiva psicosocial: Para (Irurzun, Mezzadra, y Preuss, 2017; García y Domínguez 2013). Si bien no existe una concepción única, hablar de resiliencia hoy es hablar de un constructo teórico empleado dentro de disciplinas tales como la psicología, sociología, antropología, salud, trabajo social, economía y filosofía. Todas ellas tratan de estudiar la resiliencia desde la infancia, pasando por la adolescencia hasta llegar a la edad adulta.

Fínez, Morán, y Urchaga (2019), estudiaron la resiliencia a través de la edad y el sexo y aplicaron encuestas entre hombres y mujeres de varios grupos etareos, siendo estos: Adolocentes (de 16 a

18 años), jóvenes (de 19 a 25 años), adultos jóvenes (de 26 a 45 años) y adultos (de 46 a 65 años). El grupo de adolescentes es el que obtiene puntuaciones más bajas en resiliencia, especialmente las mujeres. Existen diferencias significativas entre los adolescentes y el grupo de adultos- jóvenes que son los que obtienen las puntuaciones medias más elevadas en resiliencia no habiendo diferencias significativas entre hombres y mujeres. También existen diferencias significativas entre el grupo de adolescentes y el grupo de adultos, las adolescentes son las que obtienen las menores puntuaciones y las mujeres del grupo de adultos las que obtienen las puntuaciones más elevadas. Aunque no existen diferencias significativas en función del sexo, se observó que en los grupos adolescentes, jóvenes y adultos-jóvenes las medias de los varones son más elevadas que las de las mujeres. En cambio, en el grupo de adultos son las mujeres las que obtienen una media en resiliencia más elevada. La resiliencia se va incrementando desde la adolescencia hasta llegar a su máximo en la etapa de adultos-jóvenes.

Comparando los estudios de Fínez et al. (2019) con respecto a otros autores con respecto a la resiliencia y Edad: los resultados hallados en este estudio indican que a medida que la edad se incrementa la resiliencia aumenta. Asimismo, en el estudio realizado por García, González, Robles, Padilla, y Peralta (2019) no se encontraron diferencias significativas en resiliencia en función de la edad.

En cuanto a la Resiliencia y Sexo, en esta investigación no aparecieron diferencias significativas entre varones y mujeres en resiliencia. En García et al. (2019) tampoco se encontraron diferencias significativas en un estudio realizado con estudiantes universitarios y población general española. En cambio en la investigación de Tsigkaropoulou et al. (2018) si hallaron diferencias significativas en resiliencia a favor de los varones en una muestra de 244 sujetos sanos y 302 pacientes psiquiátricos griegos.

La mujer ha ido con el pasar del tiempo, ocupando roles cada vez más importantes roles en la sociedad, pero aún no ha alcanzado la igualdad plena con los hombre, desde un primer momento, por su debilidad física, fue tratada con inferioridad, y relegada a tareas menos importantes a lo largo de la historia (Quitumbo, 2019). La mujer en la prehistoria se ocupaba de la preparación de los alimentos y de cuidado de los niños, cuando las tribus se asentaron también se ocupaba de la siembra, el trabajo de la mujer también fue invisibilizado o menospreciado. Según Cid (2015) considera que la mujer estaba relegada a contribuir con las labores domésticas o de mantenimiento. La mujer en la antigüedad Así pues, en las primeras comunidades sedentarias, cuyo sustento

alimenticio provenía de la caza y la recolección, las mujeres cumplían con la función de cosechar las frutas y los vegetales, mientras que los hombres debían proveer la proteína por medio de la caza y la pesca (Cid, 2015).

Según Quitumbo (2019), los teólogos argumentaban que los hombres y las mujeres participan de la esencia de Dios y las labores agrícolas que ejecutaban las mujeres las hacían en condiciones iguales a los hombres, pero el pago por estas era muy inferior el pastoreo de rebaños también era ejercido por las mujeres pero a un pago ínfimo, la mujer en la edad media debido a la explosión demográfica comienza a cobrar la importancia económica que se le había negado en la antigüedad. El aumento de las actividades industriales y comerciales facilitó que se crearan nuevos puestos de trabajo que podían ser ejercidos por mujeres. En parte, porque las máquinas que la ciencia comienza a desarrollar le permiten hacer labores que antes requerían mucho más esfuerzo y porque las actividades productivas exigían la mayor cantidad de mano de obra económica posible. Claro está, el aporte de la mujer en la sociedad y en las actividades laborales no era reconocido, de manera equitativa, en relación con el hombre (Stuven, 2013).

Una vez iniciado el tránsito entre la edad media y la edad moderna, la mujer puede acceder a ciertas libertades. Estaban facultadas, legalmente, para poseer tierras, poseer negocios personales y reemplazar en las decisiones al marido, cuando este se encuentre ausente (Stuven, 2013).

En la revolución Industrial emerge la industria manufacturera donde la mayoría de los empleados eran mujeres. La revolución francesa promovió los principios de dignidad, libertad e igualdad, que comienza a cobijar a todo hombre y ciudadano, tuvieron que ser ampliados para que la mujer fuese considerada un ser humano completo. La mujer ya no será asumida como un ser susceptible de ser traficado, mal tratado o que requiere de dirección y control, por parte de un hombre. La autonomía, la dignidad, la libertad y la igualdad que le otorgaron a la mujer, los cambios sociales logrados a partir de la Revolución Francesa solo se alcanzaron gracias al reconocimiento de la importancia de la mujer en las sociedades.

Para Quitumbo (2019), la mujer contemporánea ha tenido que abrirse camino en el reconocimiento no solo de sus derechos, sino también de sus capacidades (intelectuales y laborales, por ejemplo). A principios del siglo pasado, la mujer seguía relegada a las labores domésticas y las que podían trabajar eran remuneradas de manera desigual frente a hombres que desempeñaban las mismas

funciones. La participación política de la mujer se amplía hasta el punto de que en muchos países se incrementó la ocupación de altos cargos públicos.

Alonso (2017) la resiliencia es considerada un factor de protección de la salud. En este sentido, conocer los factores que influyen en que las personas superen sus infortunios y traumas provenientes de la violencia enfrenten al trauma de forma eficaz, y fomentar estas potencialidades en todas las víctimas, incorporando estas herramientas a los programas de asistencia, ayudará a aumentar la salud de la población. Por lo tanto la resiliencia es una herramienta eficaz para la promoción de la salud en la población. Por otro lado es muy importante potenciar la resiliencia del personal que atiende a las mujeres víctimas de violencia. De este modo, permite ampliar la mirada del profesional más allá de los síntomas de la víctima y descubrir también los recursos que las personas tienen en su entorno para la prevención y la promoción de estilos de vida libres de violencia.

En relación a la puesta en marcha de intervenciones que potencien la resiliencia, ciertos estudios proponen seguir el Modelo Teórico del Sistema Conductual de Dorothy Johnson que se centra en cómo el paciente se adapta a la enfermedad y cómo el estrés presente o potencial puede afectar a su capacidad de adaptación Oropeza (2019), el objetivo de este modelo es mantener y recuperar el equilibrio del paciente, ayudándole a conseguir un nivel óptimo de funcionamiento. Dentro de este modelo las intervenciones ayudan al paciente a enfrentarse de manera positiva a sus amenazas, promoviendo su resiliencia. Por este motivo, este modelo se relaciona con el concepto de resiliencia.

La resiliencia, como estrategia en mujeres víctimas de violencia sexual, funciona bajo ciertos parámetros a saber:

- 1) la confianza
- 2) la consciencia
- 3) la independencia

Estos pueden ser aplicados de manera indiferente a la línea de intervención propuesta. Así pues, la búsqueda de la resiliencia de las mujeres víctimas de violencia sexual debe contemplar, al tiempo, los principios mencionados y las particularidades de cada caso. Frente a este punto existe unanimidad en los criterios expuestos en las investigaciones consultadas. La distinción del evento traumático como el disparador de una psicopatología de base permite al sujeto comprender la raíz de su sufrimiento (Quitumbo, 2019).

Según Canal citado por Quitumbo (2019) Los pilares de la resiliencia, sirven para reconocer las estrategias que han sido eficaces. Dichas técnicas no pueden ser aplicadas sin unos objetivos claros si lo que se quiere es una resiliencia exitosa. Una resiliencia que asegure que el sujeto ha logrado hacer de los eventos traumáticos una motivación para la realización de un proyecto de vida estable. La confianza, como primer pilar, ha de presentarse en dos niveles: por un lado, se hace preciso que exista confianza, por parte de la víctima, sobre la conveniencia de los resultados que se pueden alcanzar. Si el sujeto carece de confianza frente a los resultados del proceso, se incrementan las probabilidades de deserción.

La consciencia, como pilar de la resiliencia, se entiende como una directriz que debe seguir el sujeto a lo largo del proceso. Está en el individuo hacer uso de los mecanismos de los que dispone (internos y externos), lo cual parte de una erradicación de las creencias irracionales y de los paradigmas erróneos que constituyen el imaginario colectivo de la violencia. Cuando se eliminan los prejuicios y la víctima puede enfrentar sin la presión social y en una deliberación personal, todas aquellas ideas que alimentan el terror, la depresión y la ansiedad, pues estas afectaciones son producto de un relato que se ha asumido como cierto, pero que no corresponde a la realidad de que la víctima puede pensar que el evento traumático fue culpa suya y que debe asumir su responsabilidad cada vez que lo recuerda.

Conclusiones

La resiliencia es la característica que presenta una persona que le permite recuperarse de un evento traumático y salir fortalecido, es la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, aprender de ellas, superarlas e inclusive, ser transformados por estas. La importancia de la resiliencia en la personas radica en que a pesar de haber tenido un trauma debido a la violencia, se puede salir de esta situación y potenciar un nuevo proyecto de vida, de la mano de personal con el conocimiento necesario para potenciar los pilares de la resiliencia.

La resiliencia aporta a las mujeres víctimas de violencia la fortaleza necesaria para salir de situaciones difíciles, aumenta la autoestima, y da herramientas para que la mujer en relación con el ambiente que la rodea pueda actuar sobre él y crear barreras de protección.

La violencia aplicada a las mujeres tiene un amplio rango y factores de aplicación, puede ser económica donde se busca conseguir y perpetuar la dependencia financiera, no permitir el manejo

de sus recursos. Psicológica provocándole miedo a través de la intimidación, amenazándola con hacerle daño a ella o a sus familiares. Emocional minándole su autoestima con críticas constantes, infravalorarla, insultándola. Física causándole daño golpeándola, tirándole del cabello, mordiéndola, empujándola. Sexual obligándola a participar en un acto sexual sin su consentimiento. Acoso sexual contacto físico no consensuado, sugerencia de actos sexuales, solicitud de favores sexuales. Política cuando se desconocen o conculcan los derechos políticos.

Las mujeres víctimas de violencia se caracterizan por tener una baja autoestima, son inseguras, son blanco fácil de enfermedades, están descuidadas, generalmente solo trabajan en el hogar, sufren daños físicos producto de sus parejas, tienen tendencia al suicidio, a consumir alcohol y drogas.

El uso de la resiliencia en mujeres víctimas de violencia es un tema nuevo, el cual debe ser abordado por un equipo multidisciplinario, médicos, psicólogos trabajadores sociales, entre otros debido a que el mismo concepto de resiliencia es dinámico y permanentemente se hacen agregaciones. No se nace resiliente, las características están en cada uno en menor o mayor grado pero con la intervención adecuada se pueden mejorar para el bienestar de las mujeres víctimas de violencia.

Referencias

1. Alonso, P. (2017). POTENCIALIDADES DE LA RESILIENCIA PARA LOS PROFESIONALES DE ENFERMERÍA. Castilla la Mancha: XII Premio Nacional de Investigación en Enfermería.
2. Canal, A. (2011). Reconstrucción de la memoria histórica de mujeres en la fase de Atención y Orientación a población desplazada. Magíster en Psicología con énfasis en Socialización, género, diversidad y migraciones. Bogotá.: Universidad Nacional de Colombia. Facultad de Ciencias Humanas. Departamento de Psicología.
3. Cid, R. (2015). El género y los estudios históricos sobre las mujeres de la Antigüedad. Reflexiones sobre los usos y evolución de un concepto. (U. d. Oviedo., Ed.) Revista de Historiografía.
4. Correa, M. (2018). La violencia contra las mujeres en la legislación penal colombiana. Nuevo Foro Penal , 14 (90), 11-53.

5. Da Silva, A., García, A., & Sousa, G. (2019). Una revisión histórica de las violencias contra mujeres. *Rev. Direito e Práx.* , 10 (1), 170-197.
6. Fínez, M. J., Morán, C., & Urchaga, J. D. (2019). Resiliencia psicológica a través de la edad y el sexo. *International Journal of Developmental and Educational Psychology* , 4 (1), 85-94.
7. Fraga, G. (2016). Resiliencia: un concepto que abre cuestionamientos sobre su construcción y desarrollo. Montevideo, Uruguay: Informe de la Universidad de la República de Uruguay.
8. García, M. A., González, . A., Robles, H., Padilla, J. L., & Peralta, M. I. (2019). Propiedades psicométricas de la Escala de Resiliencia de Connor y Davidson (CD-RISC) en población española. *Anales de Psicología* , 35 (1), 33-40.
9. García, M., & Domínguez, E. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud* , 1 (11), 63-77.
10. Irurzun, J. I., Mezzadra, J., & Preuss, M. (2017). Resiliencia y espiritualidad. Aportes para su estudio desde una perspectiva psicológica. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación Mente Clara* , 2(2), (2), 205-216.
11. Organización Mundial de la Salud OMS. (2014). Washington, DC.
12. Oropeza, C. (2019). Prevención de violencia e (In) comunicación familiar en mujeres de 20 A 30 años. Centro de Salud Carmen Medio .
13. Palella, S., & Martins, P. (2010). Metodología de la Investigación Cuantitativa. (2da ed.). Caracas, Venezuela: FEDEUPEL.
14. Quitumbo, L. V. (2019). La resiliencia: Estrategia en mujeres víctimas de abuso sexual en el marco del conflicto armado. Cali, Colombia: Univerdidad Santiago de Cali.
15. Stiven, A. (2013). La mujer ayer y hoy: un recorrido de incorporación social y política. (P. U. Chile., Ed.) *Revista Temas de la Agenda Pública*.
16. Tsigkaropoulou, E., Douzenis, A., Tsotas, N., Ferentinos, P., Liappas, I., & Michopoulos, I. (2018). Greek version of the Connor-Davidson Resilience Scale: Psychometric properties in a sample of 546 subjects. *In Vivo* , 32, 1629-1634.