


**EXPERIENCIAS DE VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO
Y AUTOCUIDADO EN MUJERES WAYÚU**Experiences of Gender-based Violence and Self-care in
Women Wayúu**Endrina Rojo Puche**Universidad Rafael Urdaneta.
Maracaibo, Venezuela. <https://orcid.org/0009-0006-3082-7254>
endrinap14@gmail.com

Este trabajo está depositado en Zenodo:

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.17228107>**RESUMEN**

La presente investigación tuvo como propósito comprender las experiencias de violencia basada en género y autocuidado en mujeres Wayúu mediante una investigación realizada en el paradigma interpretativo, metodología cualitativa y método fenomenológico; con cinco informantes clave quienes respondieron a una entrevista semiestructurada, analizada con el método hermenéutico-dialéctico, procesos de categorización y triangulación de expertos. Las categorías que emergieron fueron efectos de la violencia, formas de ejecutar la violencia, características de la figura agresora, factores relacionados con el autocuidado y el rol del entorno ante la violencia.

Palabras claves: Violencia basada en género, Mujeres Wayúu, Autocuidado.

ABSTRACT

The purpose of this research was to understand the experiences of gender-based violence and self-care in Wayúu women through research carried out in the interpretive paradigm, qualitative methodology and phenomenological method; with five key informants who responded to a semi-structured interview, analyzed with the hermeneutic-dialectical method, categorization processes and triangulation of experts. The categories that emerged were the effects of violence, the ways of executing violence, characteristics of the aggressor figure, the role of the environment in the face of violence and factors related to self-care.

Keywords: Gender-based violence, Wayúu Women, Self-care.

INTRODUCCIÓN

El término de violencia hace referencia a un cúmulo de hechos que pueden ser agresiones de forma física (Chesnais, 1981), verbal, emocional, pero también, la represión de la libertad (Domenach, 1980). Ésta repercute de forma significativa, afectando la capacidad de toma de decisiones de la persona que vive violentada. A lo largo de la historia se ha considerado a la mujer junto con demás sectores de la sociedad, como niños y ancianos, parte de la sociedad vulnerable. Panorama que se ve expuesto cuando hablamos de mujeres que pertenecen a una comunidad indígena (Nava-Navarro et al. 2017), que están en una condición de pobreza (Moctezuma et al. 2014) o en una situación migratoria (Willers, 2016). La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2013), estima que, el 35 % de mujeres ha padecido algún tipo de violencia física y/o sexual en algún momento de su vida, lo cual se traduce a 1 de cada 3 mujeres en el mundo; estas agresiones pueden ser por parte de una persona desconocida o por una persona que ellas conocen.

La violencia contra las mujeres fue reconocida por primera vez como una violación a los derechos humanos de niñas y mujeres por el simple hecho de su género en 1993 en la Conferencia Mundial de las Naciones Unidas sobre Derechos Humanos que se celebró en Viena. Anterior a ese año había diversas formas para nombrar este suceso: violencia doméstica, violencia familiar y violencia sexual. Esta declaración incorporó el concepto de violencia de género, para referirse a un suceso que vulnera la integridad física, emocional, sexual, su libertad, dignidad y los derechos humanos, pero también como un conjunto de estructuras analíticas de categorización la palabra género que diferencian la posición de una persona según su sexo, clase social, la orientación se-

xual, la denominación de pertenecer a una etnia. (Dirzo, 2021).

Si a eso podemos sumar que existen mujeres que aún no problematizan la violencia de género ya que algunas personas han recibido, como parte de su educación, un deber ser así, creyendo que la violencia de género ocurre porque “así tiene que ser” (Garzón, 2011). Este tipo de pensamientos se van reafirmando de generación en generación como lo establece la Violencia Transgeneracional descrita por Bowen en 1981. Es común que las mujeres en situación de violencia vean naturalizados estos comportamientos. Estas creencias se acompañan de un sentimiento de resignación y aceptación del sufrimiento en estas mujeres que viven en una situación de violencia; además de relacionarse con una tendencia de pasividad, conformismo y sumisión (Martín-Baró, 1987).

Al señalar que la violencia contra las mujeres está basada en el género, (Olivares et al, 2014) se reconoce que es un problema multifactorial que tiene bases históricas, sociales y culturales complejas, por lo cual no se puede abordar desde la perspectiva de actos asilados y ocasionales, producto de decisiones personales de individuos, sino que se debe entender como un problema que se configura sobre relaciones desiguales de poder entre las mujeres y los hombres, y que se sostiene en prejuicios y estigmas históricos socialmente construidos, que tienen un efecto excluyente de menoscabo o anulación del reconocimiento de los derechos humanos y las libertades fundamentales de las mujeres en igualdad de circunstancias que los hombres.

En este orden de ideas, (Giménez, 1994) precisa reconocer que las manifestaciones de violencia están estrechamente ligadas a la construcción social de las identidades de género y etnia, ya que este proceso de construcción identitaria genera

criterios que sirven de base para clasificar a las personas, sobre lo cual se da una determinada valorización social y económica. Por su parte, Alberti (1994) señala que las desigualdades intergeneracionales e interétnicas favorecen en las personas una respuesta a los cambios y tensiones a partir de su propia conciencia de género y de etnia, las cuales pueden abrir la posibilidad de que las mujeres indígenas desarrollen estrategias identitarias para protegerse, pero también para cuestionar las estructuras sociales que limitan su posibilidad de ser.

Las mujeres y niñas indígenas enfrentan las mayores desigualdades en la dinámica social, económica, política y cultural: a) Por ser mujeres; en los pueblos indígenas subordinados los derechos femeninos se ubican por debajo de los derechos de los hombres para la toma de decisiones comunitarias; b) Por ser indígenas; donde el uso de la lengua y su identidad han sido estigmatizados y desvalorizados por las posiciones occidentales o eurocentristas; c) Por ser pobres; porque la pobreza históricamente está asociada a la condición indígena, hasta nuestros días, se observa un componente de desigualdad económica y social (Segato, 2020).

Basándonos en lo mencionado por el autor anterior, es posible que las mismas mujeres indígenas no identifiquen como prioridad las inequidades de género, centrando más bien su preocupación en su condición de "indígena" dentro de una población más amplia, y colocando las necesidades de su comunidad entera encima de las suyas propias. Recordemos que las comunidades indígenas, como la población general, definen roles culturales y normas específicas de comportamiento para los hombres y las mujeres, algunos de los cuales anteceden la colonización, y otros han sido integrados en las sociedades indígenas como resultado de la colonización. La posición social de las mujeres indígenas se caracteriza

principalmente por su subordinación a los hombres y por su triple carga de trabajo productivo, reproductivo y comunitario.

Así pues, las mujeres se encargan del cuidado de los niños y del trabajo doméstico en el hogar, pero también participan en tareas masculinas como la agricultura comunitaria, y en otras actividades económicamente productivas como la venta callejera. El trabajo de las mujeres es extenso y arduo, disminuyendo sus posibilidades de tiempo para otras actividades como la educación, la participación en la toma de decisiones comunitarias, y la búsqueda de la atención de salud para sí mismas o sus hijos, lo cual tiene un impacto considerable sobre su estado de salud.

En el ámbito familiar y comunitario, es preciso reconocer que la violencia contra las mujeres indígenas tiende a justificarse por el respeto a los usos y costumbres, lo que conlleva a no denunciar y a atestiguar silenciosamente las violencias que sufren. Las propias mujeres indígenas han identificado que a nivel comunitario la expresión más clara de violencia es que las autoridades aún no reconocen la violencia contra ellas como problema público, o al menos no en todas sus modalidades. En el ámbito institucional, se conjugan una serie de factores que obstaculizan el acceso de las mujeres a la justicia: la diferencia cultural, el monolingüismo, el desconocimiento de los procesos administrativos y legales, la falta de apoyo para el cuidado familiar, la poca costumbre de andar solas, la escasez de recursos económicos y la lejanía. Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer (UNIFEM 2009).

Por consiguiente, se logró evidenciar a través de lo referido previamente, que las mujeres indígenas suelen enfrentar formas diversas y sucesivas de discriminación histórica que se combinan y se superponen, exponiéndolas a violaciones de derechos humanos en todos los aspectos de su

vida cotidiana: desde sus derechos civiles y políticos, sus derechos a acceder a la justicia, hasta sus derechos económicos, sociales y culturales, y su derecho a vivir sin violencia.

Ahora bien, otro punto de relevancia en la presente investigación es el autocuidado; Fundación Silencio (FUNDASIL, 2022) afirma que se trata de una aproximación a la salud, en la cual la persona es responsable de llevar a cabo acciones individuales y/o colectivas que puedan fortalecer o reestablecer el estado de bienestar integral, así como prevenir enfermedades. En este sentido, el autocuidado requiere el desarrollo de prácticas que, según los intereses y destrezas aprendidas, así como las costumbres habituales de la cultura, fomentan la supervivencia y favorecen la toma de responsabilidad en la solución de aquello que afecta su salud.

Entre los principios de autocuidado se deben considerar algunos de los siguientes elementos al momento de abordarlo, (Uribe, 1999, como se citó en Correa, 2016): a) Es un acto de vida que permite a las personas convertirse en sujetos activos del cuidado de su salud y es un proceso voluntario de la persona para consigo misma. b) Es una responsabilidad individual y un compromiso cotidiano que se fundamenta en un sistema formal de salud e informal con el apoyo social. c) Al realizar las prácticas de autocuidado, ya sea con fines protectores o preventivos, las personas las desarrollan con la certeza que van a mejorar su nivel de salud. d) Para que haya autocuidado se requiere cierto grado de desarrollo personal, que está mediado por un permanente fortalecimiento del autoconcepto, el autocontrol, la autoestima, la autoaceptación y la resiliencia.

Arango (1994), argumenta el autocuidado en las mujeres como la reivindicación de una relación para sí, lo que se fundamenta en el reconocimiento de su capacidad de decidir, de optar y de elegir sobre su cuerpo

desde la experiencia de la propia corporalidad, como un compromiso con ella misma para el logro de su salud física y mental, sin renunciar al derecho a disponer y demandar atención sanitaria de las instituciones estatales en tanto la salud se constituye como un acto de corresponsabilidad.

Por su parte, De los Ríos (1993) propone redireccionar a partir de la teoría de género el carácter biologicista y funcionalista de la atención a la salud de las mujeres, orientando el reconocimiento de sus saberes, sus formas propias de hacer y la valoración de lo privado y lo familiar como espacios donde se generan las principales prácticas de socialización, de salud y reproducción social, como ruptura de la lógica de la sumisión, la culpa o la subordinación, a partir de la autonomía y autodeterminación, cuyo fin último es empoderar la toma de decisiones de las mujeres sobre sus cuerpos, su sexualidad y su vida. De acuerdo con De los Ríos, (citado en Arango, 1994), piensa que el autocuidado de las mujeres se sostiene en tres principios: Autodeterminación, Autoestima y Toma de Decisiones. Estas tres aristas configuran la triada del empoderamiento cuyos impactos se evidencian en la defensa de la vida de la mujer, de su salud a nivel individual y colectivo, en su cotidianidad, en la relación consigo misma y lo que esto implica en su círculo afectivo, laboral, cultural, social, además de la posibilidad de decidir en los ámbitos político y religioso.

Pérez et al. (2016), describen y analizan a partir de su investigación 'Prácticas de Autocuidado en Mujeres Víctimas de Violencia de Género' el autocuidado de las mujeres antes y después de una relación de violencia, definiendo el autocuidado como las prácticas o acciones cognitivas y conductuales en beneficio del bienestar físico, psicológico, emocional y espiritual que interactúan con las dimensiones personal, relacional y social. Consideran que la pérdida de

autonomía e independencia que supone la violencia de género para las mujeres, obliga a la comprensión de factores externos como el contexto, las relaciones y los factores individuales como elementos que limitan la implementación de autocuidado. Las autoras apoyadas en Thompson y Schlehofer (2007) plantean que como consecuencia del aislamiento y la subordinación a la que están sujetas las mujeres en una relación de violencia, surge una pérdida de control, autonomía e independencia que limitan de igual forma las prácticas de autocuidado.

En esta línea de pensamiento, vale mencionar el aporte hecho por Rangel (2014) a través de su investigación 'Prácticas de autocuidado sexual y reproductivo en mujeres parejas de migrantes internacionales de San Luis Potosí, México' quien enfatiza en la necesidad de deconstruir las representaciones e imaginarios que sostienen tanto hombres como mujeres frente a la promiscuidad y la infidelidad que alientan la inmunidad subjetiva de las mujeres las hace portadoras de un estigma cuando se trata de ejercer autocuidado sobre su salud sexual y reproductiva y por tanto las hacen más vulnerables frente a la enfermedad. De allí, que la capacidad de agencia de las mujeres se vea soslayada, por la dinámica coercitiva de la desigualdad de género en la sociedad.

Asimismo, Montoya et al. (2013) sustentan mediante su investigación 'Mujer y desplazamiento de sí: sustratos socioculturales que soportan las redes de la violencia de género', que da cuenta de tipos y manifestaciones de violencia de género invisibilizadas en la violencia intrafamiliar, la condición de vulnerabilidad de las mujeres frente al irrespeto y la violencia a partir de la interiorización de una red de símbolos de carácter religioso, axiológico, y emocional que configuran un ideal de comportamiento a partir de las expectativas sociales, imposi-

bitando la capacidad de autonomía y autodeterminación para la toma de decisiones.

Teniendo en cuenta los aportes de los autores mencionados, se demuestra el papel determinante que tiene el autocuidado en situaciones de violencia basada en género y vividas por mujeres, que supone el abordaje de la violencia de género como un problema de salud pública y derechos humanos que garantice las condiciones necesarias para el ejercicio del autocuidado de las mujeres y el abordaje de esta problemática desde la integración de una pedagogía horizontal y que abiertamente visibilice y confronte la violencia.

A manera de síntesis, se puede plasmar la importancia de esta investigación en el entendimiento de una problemática humana y social que afecta numerosas vidas de forma negativa y que a su vez, aumenta el número de víctimas dentro del territorio nacional, lo cual representa una amenaza para el desarrollo integral de las mujeres venezolanas pertenecientes a la etnia Wayúu; la violencia basada en género contra las mujeres en los pueblos indígenas debe ser examinada a partir de los elementos estructurales como la interseccionalidad entre género y raza, que da lugar a un incremento del riesgo de ser víctima de agresiones y violencias solo por el hecho de ser mujeres autoreconocidas como indígenas.

Además, circunstancias tales como la condición de movilidad física diversa, la expresión de identidad sexual no hegemónica, el empobrecimiento y las condiciones de vida precarias que se materializan en el escaso acceso a distintos servicios de atención, pueden agudizar la problemática. Teniendo esto en cuenta, se busca respuesta a la siguiente interrogante ¿Cómo son las experiencias de violencia basada en género y autocuidado en mujeres Wayúu? Para de esta manera cumplir con el propó-

sito de comprender las experiencias de violencia basada en género y el autocuidado en mujeres Wayúu.

MATERIALES Y MÉTODOS

La presente investigación se fundamentó epistemológicamente en el paradigma interpretativo, puesto que buscó estudiar y comprender la experiencia de violencia basada en género y los factores de autocuidado en mujeres Wayúu, a partir de la interpretación única de su realidad vivida en un contexto étnico donde se ejerce la violencia. Así mismo, se hizo uso de la metodología cualitativa, ya que esta permite que se estudie a profundidad la vivencia subjetiva e irreplicable de los sujetos de investigación, utilizando su propio discurso y dentro del marco de referencia de ellos mismos. Por tanto, la investigación se llevó a cabo implementando el método fenomenológico, dado que a través de este se puede realizar el abordaje de la realidad humana, permitiendo dar respuesta al cómo son las experiencias de las mujeres ante el fenómeno de la violencia basada en género y los factores de autocuidado.

En relación a los informantes clave, se seleccionaron 5 participantes que cumplieran con los siguientes criterios: tener entre 25 y 60 años, ser venezolana, haber experimentado en algún momento violencia basada en género dentro del contexto étnico Wayúu, y así mismo, que se encontrara a disposición de participar y compartir su historia con el investigador, permitiendo la grabación y recolección de datos a partir de dicha entrevista. De acuerdo a la técnica de recolección de información, se hizo uso de la entrevista a profundidad o entrevista semiestructurada, la cual se desarrolló a través del encuentro entre el investigador y las mujeres a participar. Esta técnica se llevó a cabo a través de una conversación intencionada en la cual el entrevistador se centró en buscar información sobre el fenómeno de estudio, a su vez hacien-

do uso de la observación para percibir los movimientos, tono de voz y toda forma de comunicación no verbal.

Por tanto, se realizó una entrevista por informante, las mismas se llevaron a cabo en los sectores Catatumbo y Chino Julio. Cada entrevista duró alrededor de 30 minutos, donde estuvieron presentes únicamente el informante y el investigador. Se buscó que en la interacción entre el investigador y los entrevistados fuera imprescindible el *rapport* para la creación de un clima de confianza en un tiempo de 5 minutos, logrando una conexión empática, donde se sintieron con plena libertad de comunicarse abiertamente.

De esta manera, las preguntas generadoras fueron: ¿Cómo es tu convivencia con otras personas de tu entorno?, Cuando alguien te agrede, ¿Cómo reaccionas?, ¿Qué situaciones consideras amenazantes con respecto a tu entorno? ¿Cómo te enfrentas a esas situaciones?, ¿Qué es lo que te ayuda a afrontar las situaciones de violencia?, ¿Cuáles consideras que son tus fortalezas personales y cómo te ayudan a enfrentar la situación?, ¿Cómo crees que afecta las situaciones de violencia a las otras áreas de tu vida?, ¿Cómo te ves en un futuro?, ¿Cómo valoras tus relaciones?, ¿Cómo sueles expresar tus emociones?

Con respecto al método de interpretación de la información, se hizo uso del método hermenéutico a través del cual se interpretó el fenómeno de la violencia basada en género en mujeres Wayuu, conservando la singularidad del contexto en el que se desenvuelven las mismas e implementando el análisis y reflexión detallada de los hechos manifiestos en el discurso, permitiendo conocer el contenido desde su esencia.

En referencia al proceso de categorización, se procedió a analizar y profundizar adecuadamente la información que expusieron las mujeres Wayúu. Se tomaron en cuenta todos los medios obtenidos, es decir, las

transcripciones y las grabaciones, las cuales fueron escuchadas y leídas de manera minuciosa las veces necesarias, de tal forma que se pudo sistematizar y extraer el significado a profundidad de dichas experiencias. Por tanto, se procedió a identificar los componentes centrales que guiaban el discurso de las mujeres y se le dio un nombre a cada uno de dichos elementos, para así conformar el apartado de las categorías. De igual manera, dentro de este análisis se identificaron otros componentes más específicos que correspondieron a las subcategorías.

Por último, la información obtenida fue validada por expertos participantes de la triangulación recogiendo diferentes puntos de vistas y contrastando los hallazgos conseguidos desde las diferentes áreas de conocimiento como psicólogos, sociólogos y antropólogos, para darle mayor profundidad y amplitud a la investigación. Así mismo, se realizó el proceso de graficación de los resultados de manera que se diera una construcción analítica y concluyente del conocimiento.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El análisis de las entrevistas permitió, primeramente, identificar las categorías y subcategorías que emergieron del contenido de las entrevistas, así como del proceso de triangulación de expertos, considerando lo aportado por las informantes. El tema central se denominó “Experiencias de violencia basada en género y autocuidado en mujeres Wayúu”, comprendiendo las categorías: Efectos de la violencia, Formas de ejecutar la violencia, Características de la figura agresora, Factores relacionados con el autocuidado y el Rol del entorno ante la violencia, como se muestra en el gráfico 1.

GRAFICO 1

Experiencias de Violencia Basada en Género y Autocuidado en mujeres Wayúu



Categoría Formas de ejecutar la violencia:

La violencia contra las mujeres wayúu es un problema complejo y multifacético que se manifiesta de diversas formas y tiene raíces profundas en la discriminación histórica y sistémica. Experimentan agresiones físicas dentro y fuera de sus comunidades, control y manipulación, así como, dependencia económica impuesta limitando el acceso de las mujeres a oportunidades de trabajo y amenazas relacionadas con el cuidado de los hijos. A continuación, se describen estas subcategorías:

Subcategoría Física: Las mujeres han experimentado actos de fuerza, no accidentales, que producen daños y lesiones físicas. Esta violencia puede incluir golpes, patadas, empujones, quemaduras y otras formas de agresión física generando consecuencias de carácter físico al poner en riesgo la vida y la integridad de la mujer. Las mujeres wayúu establecen diversos mecanismos de defensa para evitar daños físicos.

"Hay días que él me quiere pegar y yo le digo de una vez detente porque las cosas son jasi, así, así, lo pongo en su lugar". (I1, L: 16-17).

"Me pegaba, me regañaba porque él es un hombre muy mujeriego. Sí, pero hace como cuando él se fue con esa mujer, dejó de pegarme. Antes sí, los 7 años que viví, viví eso con él y eso lo cerraba yo". (I2, L: 68-69).

Subcategoría Psicológica: Los agresores persiguen a las mujeres con insultos, gritos, humillaciones, sarcasmo y críticas constantes. Puede manifestarse de diversas maneras, desde sutiles manipulaciones hasta

agresiones verbales directas. Intimidación y coacción para controlar su comportamiento, limitación de su autonomía y toma de decisiones, así como, desplazando la carga de las labores domésticas y los primeros cuidados. El objetivo principal es dañar la autoestima, la salud mental y el bienestar emocional de la víctima.

"No, de que me golpeen no, pero de insultos sí, pero por mi esposo, pero eso es cuando él llega borracho". (I3, L: 29-30).

"Aparte de que él se fue de ese hogar, le parí dos, dos niños. Hoy en día tiene ocho y uno de cuatro años y cuando yo lo parí, él decía que no era de él. No era de él, no era de él y yo sigo ahí". (I2, L: 32-34).

Subcategoría Patrimonial y económica:

Es una forma de abuso que busca ejercer poder ante la autonomía de las mujeres dentro de una relación íntima o familiar; cuando se controla o limita sus ingresos económicos y la disposición de los mismos. Las mujeres experimentan dificultades para mantener una vivienda y cubrir necesidades básicas al ser la responsable de la crianza de sus hijos, recibiendo críticas o humillaciones por su trabajo o por sus ingresos.

"Me afecta en el sentido que me duele que él no vea las cosas que yo hago, que él quisiera que yo trabajara, pero si yo digo, si yo me voy a trabajar, yo dejo a los niños". (I3, L: 112-115).

"Si usted no quiere ayudar, porque yo no trabajo, yo tengo que estar pendiente de los muchachos. Porque si yo dejo a los niños botados, ajá, podría trabajar, por eso está por ahí, casa, familia, barrio. No puedo hacer algo". (I4, L: 71-74).

Subcategoría. Vicaria: Es una forma de violencia de género en la el agresor daña a la mujer a través de sus seres queridos, especialmente sus hijos. El objetivo principal es causar dolor y sufrimiento a la madre, utilizando a sus hijos como medio para lograrlo. El agresor amenaza con dañar o quitarle los hijos a la madre, habla mal de la madre a los hijos intentando dañar su imagen e incumple sus

obligaciones como padre, causando sufrimiento a la madre. Esta forma de agresión no solo busca causar dolor emocional, sino que también pone en riesgo el bienestar físico y psicológico de los hijos.

"Si puedo, porque si niego, regreso otra vez en la misma situación y mi suegra va a mandar por mis dos niñas. Entonces yo tengo que dar, porque yo soy la madre". (I4, L: 89-90).

"Pueden ser que me quiten al mayor, porque el mayor, ¡tengo miedo que me lo quiten!" -dije- "mis padres, porque ellos siempre han querido que se quedaran con ellos, pero con él". (I1, L: 79-80).

Categoría Efectos de la violencia basada en el género:

La violencia basada en el género al ser una problemática humana y social, genera graves consecuencias en la vida de las mujeres presentando negatividad para establecer relaciones afectivas y asumir los desafíos de la maternidad ante la desigualdad de los roles de género. Esta situación las lleva a percibir negligencia y abandono ante el desarrollo de la mujer en su entorno, así como, las oportunidades para tener un bienestar físico y psicológico, limitando la expresión emocional a raíz de los hechos violentos. Al respecto se obtuvieron las siguientes subcategorías:

Subcategoría Negligencia y abandono:

Considerado como descuido u omisión en el cuidado o desamparo de la mujer ante el cuidado físico y emocional de los hijos, acompañamiento ante el embarazo, responsabilidad compartida de las tareas del hogar, comparaciones destructivas, amenazas y actos que conllevan a las mujeres víctimas a disminuir su autoestima, a perjudicar o perturbar su sano desarrollo.

"Por muchas cosas. Me operaron de la vesícula estando embarazada y él nunca me ha visto en el hospital. Nunca. No preguntó por mí, cómo estaba. Chao, un placer. No preguntó cómo salí de la operación. Cuando di luz, no fue para el hospital". (I2, L: 39-41).

"Era vómito y tras vómito. Iba para 12 semanas sin comer. Era jugo... Y él no tenía la manera para comprarme jugos, tenía que tomar agua, ese era el dolor mío". (I1, L: 117-119).

Subcategoría Limitar la expresión del malestar emocional: A partir de las consecuencias emocionales generadas por los actos de violencia, las mujeres adoptan la inhibición o supresión de las expresiones emocionales, en especial acogiendo intencionalmente una expresión o actitud diferente a las vinculadas con el fenómeno mencionado, considerando que no hay un espacio que les permita comunicar sus sentimientos sin que esta experiencia sea invalidada por su entorno.

"Bueno, me quedo sin tener una palabra pues, porque yo no soy una persona que me llega a asustarme, me dice una cosa, yo no lo contesto, pues me queda como si fuera yo no tengo palabras". (I4, L: 37-39).

"Cuando estoy mal, a pesar de todo, escondo mi tristeza con la risa. Esa soy yo". (I1, L: 138-139).

Subcategoría Negatividad para establecer relaciones afectivas: Rechazo a establecer vínculos con nuevas parejas íntimas al generarse un sentimiento de vergüenza y desigualdad al ser víctimas de maltrato y violación de sus derechos, por lo que la mujer tiende a cohibirse deseando no volver a experimentar las situaciones de violencia generalizando esta característica a todos los hombres.

"Que no puedo tener más pareja porque para mí son iguales". (I5, L: 107).

"Entonces yo dije, no, mejor sigo adelante sola porque nosotros no podemos depender de un hombre pero la mayoría de nosotros dependemos de un hombre". (I2, L: 116-118).

Subcategoría Posición defensiva/protección: Se desarrollan acciones de precaución personalizadas para neutralizar la violencia ejercida hacia la víctima y sus hijos. En esta situación, la mujer se protege de las diversas formas de violencia a las que está expuesta: detener un gol-

pe físico, descartar una opinión para no molestar al agresor, desplazar los hechos violentos de los cuidados de sus hijos.

"Aunque en estos días me puse a discutir con él, sí, que vos hacéis esto y esto, me dio rabia, y estaban mis hijos. Yo no debía hacer eso delante de los hijos, porque los hijos estaban ahí, y él que estaba borracho". (I2, L: 32).

"Por ejemplo, me ha querido, bueno, agredirme, no, que me ha puesto la mano así [señala el cuello], "¡cuidado!" y ¡ha frenado!". (I2, L: 49-50).

Categoría Características de la figura agresora: Persona que perpetró el maltrato, el victimario o abusador de la mujer, que pudo haber sido una pareja masculina que se valía del amor y la vinculación romántica para sobrepasar límites e ir más allá de lo que la mujer quería consentir. Ante esta figura que ejerce poder sobre la mujer suelen tener dificultades para manejar la ira y otras emociones intensas, pueden culpar a la víctima por su comportamiento, justificando la violencia como una reacción a sus acciones y la ausencia ante el rol paterno de acuerdo a las responsabilidades con sus hijos.

Subcategoría Temperamento fuerte: La figura agresora tiene una emocionalidad lábil que puede pasar rápidamente de la alegría a la tristeza, o del afecto al desprecio. Esta falta de estabilidad facilita la frustración y la tensión interna, que junto a una elevada impulsividad y un pobre control de los impulsos desencadena los actos violentos.

"No desee sobrellevar a alguien así. Todo el mundo lo conoce, que él es de un temperamento fuerte, que lo que no le gusta de una vez empieza a querer tomarlo". (I1, L: 21-22).

"Cuando él está bueno y sano, que me hace sentir bien, vamos a esto, vamos a hacer esto, vamos a preparar la comida, está él ahí conmigo, en que te ayudo. Este, así él, él es muy amor cuando él no está así. Mi miedo es ese, cuando él llega así borracho, cuando él está bueno y sano, él es amor". (I5, L: 102-106).

Subcategoría Culpabilizar a la mujer: El maltratador tiende a considerar la violencia ejercida como justificada, disminuir la importancia de sus efectos o situar la culpa en la actuación de la pareja o en otros factores como el alcohol. Al no comprender los motivos que propician los actos de violencia, las mujeres asumen la responsabilidad del maltrato al no cumplir las expectativas impuestas ante el rol femenino o tomar la decisión de estar con esa pareja íntima.

"Me ponía a llorar nomás. Llorar y...y yo decía que... Yo misma me lo busqué". (12, L: 73).

"En esos años... me pegaba, pues. Pero no todos los días, sino que... cuando él se enamoraba, él llegaba que si no le cocinaba, llegaba muy pretencioso, me ignoraba, decía ¡La comida no la quiero! Así". (14, L: 80-82).

Subcategoría Ausencia del rol paterno: A raíz de los hechos violentos, la figura agresora desplaza su desatención y negligencia ante los cuidados parentales, no participa de manera activa en la crianza y crecimiento de los niños aunque está presente en la familia generando rechazo y malestar psicológico en los infantes y mayor carga en las mujeres teniendo que asumir la responsabilidad de todos los cuidados.

"Entonces ellos están más pegados a mí que al papá, la que tiene ahorita va por ocho años le pregunté ¿y tu papá? No sé, está por ahí dice, yo no tengo un padre y yo le digo, no, sí tienes papá. Sí tienes papá, le digo yo". (12, L: 156-158).

"Y así estamos, él llega por sus hijos! Porque los míos están pequeños. Como yo le digo, si usted no quiere responder, para eso está la ley. Si usted quiere, yo voy". (13, L: 69-71).

Categoría Factores relacionados con el autocuidado ante la violencia:

A pesar de las vulnerabilidades, las mujeres desarrollan factores de autocuidado en respuesta a la violencia basada en género, hay un aprovechamiento de sus fortalezas personales para sobreponerse a la adversidad, y

a su vez, salir fortalecidas de la misma. Además, el apoyo de sus vínculos familiares como soporte, el cuidado de los hijos y las creencias religiosas cumplen un papel fundamental para desarrollarse positivamente e implementar una actitud resiliente. Esta categoría se nutre de las siguientes subcategorías:

Subcategoría Creencias religiosas como soporte: La relación espiritual que establecen las mujeres luego del acto de violencia les brinda un sentido de propósito, esperanza y optimismo con el apoyo espiritual de Dios o de un poder superior para facilitar el entendimiento de las diversas problemáticas, y la reformulación de una situación estresante en un sistema de significado más amplio y benévolo

"Primeramente, mi Señor Jesucristo, que es mi Dios". (11, L: 59).

"Ahorita, levantarme todas las mañanas, pedirle gracias a Dios. Caminar. Yo sé que puedo, yo no estoy muy viejita, yo sé qué hacer. Eso es lo que yo pienso ahorita". (12, L: 93-94).

Subcategoría Búsqueda de apoyo en vínculos familiares: Los vínculos familiares funcionan como un factor de protección ante los hechos violentos, con ese acompañamiento se brinda apoyo emocional e información que logre protegerles de las amenazas y abusos de su pareja. El papel del sistema familiar permite que la mujer se sienta acompañada ante las diversas vulnerabilidades y puedan ser empoderadas a través de la escucha y la sensibilización.

"Bueno, las hermanas no quieren nada conmigo. Yo voy para allá con los niños. A veces ellos vienen para acá a visitarme. Bueno, me siento sola, que estoy triste, yo voy para allá. O sea, conversando con ellos, ahí haciendo algo, ayudando a hacer otras cosas, ya eso uno se lo quita". (13, L: 134-138).

"Yo me siento bien con mi hermana, ella me ayuda. Por ejemplo, cuando yo trabajo, ella me cocina a las dos niñas. Y a ella le pido gracias a Dios, mi cuñado también está dando la mano

cómo te dije, no es fácil conmigo ahorita". (I4, L: 136-138).

Subcategoría Avanzar hacia una superación del conflicto: Se entiende como la transformación de las mujeres desde la visión que tienen de sí mismas y de su vida en general. Esto involucra la aceptación y confianza, el fortalecimiento de sus capacidades personales y el vínculo con su entorno como una manera de afrontar el futuro y reconstruir la experiencia personal desde una mirada resiliente.

"Lo que me gustaría, lo que me gusta de mí, bueno, que soy una mujer fuerte, que ha salido adelante de tantas cosas que le han pasado. Tantas cosas". (I1, L: 71-73).

"Es duro. Durísimo. Pero yo dije, yo puedo, yo puedo y yo sé que yo voy a salir de eso. Y ese es mi... ahorita mi reto, pues, en la vida. No es fácil mudar en una casa nueva". (I2, L: 138-139).

Subcategoría Cuidado de los hijos como motivación: Se centra la atención de la mujer en el cuidado de los hijos para prevenir los efectos de verse involucrados en entornos violentos, atendiendo sus necesidades fisiológicas, educativas y emocionales como parte de su proyecto de vida. Además, el desarrollo funcional de sus hijos les brinda aliento y fortaleza ante la situación adversa, puesto que no solo se analiza la relación interna consigo misma sino la relación que establece con su entorno ante el cuidado.

"Bueno, lo bueno es que salgan adelante mis hijos, que sigan estudiando, y bueno, y que tengan mi casa, eso es lo que yo quiero, y seguir adelante". (I4, L: 48-50).

"Y ahora mis hijos, yo digo, yo puedo. Yo puedo por ellos, yo los quiero ver grandes, crecer y que sea alguien más que yo". (I2, L: 99-100).

Categoría Rol del entorno ante la violencia: El entorno juega un papel crucial en la generación y perpetuación de la violencia, múltiples factores ambientales pueden influir en la probabilidad de que una persona se convierta en víctima de actos violentos como las normas culturales, la expo-

sición a la violencia, la pobreza y desigualdad desempeña un papel complejo y multifacético desde los niveles familiares, sociales y comunitarios. Desde las dinámicas de los pueblos wayúu podemos ver como practicas ancestrales funcionan como socializadores de la violencia hacia la mujer, los estereotipos de género desde el etnocentrismo y la cosmovisión de la violencia como una deuda que debe ser pagada a la familia de origen.

Subcategoría El entorno como socializador de la violencia: A través de las prácticas culturales y étnicas, se evidencia como los hombres aprenden a través del proceso de socialización que la violencia es la mejor forma de controlar a las mujeres, asignando una serie de conductas vinculadas al género femenino y como las mismas establecen una valoración de la mujer ante su entorno.

"Nosotros somos paisanos. Yo crecí en La Guajira. Muchas cosas que pasan allá. Las venganzas, todo eso. El tiroteo, nosotros crecemos al lado de eso". (I4, L: 73-75).

"Me dolió más cuando las hermanas le dijeron: "¡no sé qué clase de mujer tenéis vos, quieres hacer todo por ella!". Pero en serio, yo estaba muy mal con ese embarazo, me cayó mal". (I1, L: 129-130).

Subcategoría Estereotipo social de la mujer: Existe socialmente una idea preconcebida sobre las características que poseen o deberían poseer las mujeres que limita su capacidad para desarrollar sus atributos personales, seguir sus intereses y/o tomar decisiones sobre sus vidas. Algunas de las características que se le exige a la mujer wayúu está relacionada con las labores domésticas y los primeros cuidados de los hijos, entendiendo que la ejecución de estas prácticas representan la valía de la mujer.

"Y bueno, llevé como un saco de ropa que estaba muy sucio y él ya no me quería ayudar, me dice "yo veo muchas mujeres que hacen todo: lavan, planchan, que esto"; vos soy la única mujer que tengo ahí para lavar, para cocinar, te veo muy mal". (I1, L: 127-129).

"Yo molía dos kilos de maíz, hacía la chicha, él me paraba temprano, bajaba escalera, subía escalera, le trabajaba y yo no veo, no entiendo. Pero bueno, y él dice: "no, no sé qué clase de mujer!". (I5, L: 85-86).

Subcategoría Violencia como una deuda social/étnica:

La violencia desde el contexto étnico es silenciada por las mujeres para evitar las consecuencias que representa para el núcleo familiar ya que se percibe como una deuda a la que debe responder el agresor a través de las leyes indígenas. Por lo tanto, la cosmovisión que se tiene de la violencia en los contextos étnicos ha generado que las mujeres se repliegan en sí mismas cuando son violentadas con la finalidad de evitar la confrontación entre el agresor y la familia de origen.

"Primero, porque, como yo le dije a él, por mi familia porque pueden surgir cosas graves con él y, bueno, con mis hijos". (I2, L: 78-79).

"El hecho de que yo sea menor de edad, que "tú no me vas a... no me conseguiste en una basura, no me conseguiste así. Yo, me sacaste de mi casa", le dije. Aparte de eso, le dije: "si mis padres se enteran de eso, y mis hermanos, -que yo soy la menor de ellos-, eso les va a causar problemas". Mejor tenerme así". (I4, L: 18-21).

REFERENCIAS

Arango, Y. (1994). Discurso, Género y Mujer. Universidad del Valle. Santiago de Cali: Facultad de Humanidades.

Alberti, (1994), La identidad de género y etnia desde una perspectiva antropológica, en Antropológicas, núm. 10, abril, Instituto de Investigaciones Antropológicas, Universidad Nacional Autónoma de México.

Bowen, M. (1981). De la familia al individuo. Paidós. Barcelona

Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH). (2017). "Las Mujeres Indígenas y sus Derechos Humanos en las Américas"

Correa, O. (2016). El autocuidado. Una habilidad para vivir.

Chesnais, J. (1981). Histoire de la violence, París, Robert Laffond (ed.) 1981.

Domenach, J. (1980). La violencia y sus causas. Publicado por la Organización de las Naciones Unidas. ISBN 92-3-301A09-1.

Dirzo, L. (2021). Mujeres de Morelos en situación de violencia de género: fatalismo y promoción del autocuidado. (Tesis Doctoral, Universidad Autónoma del estado de Morelos).

De los Ríos, R. (1993). Género, salud y desarrollo: un enfoque en construcción. En O. P. (OPS), Género, Mujer y Salud en las Américas (págs. 3-18). Washington, D.C.: Elsa Gómez Gómez.

FUNDASIL. (2022). Manual de autocuidado. <https://www.unicef.org/el-salvador/media/5036/file/Manual%20de%20Autocuidado.pdf>

Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer. (2009). El progreso de las mujeres en el mundo 2008/2009. ¿Quién responde a las mujeres? Género y rendición de cuentas. https://www.unwomen.org/sites/default/files/Headquarters/Media/Publications/UNIFEM/POWW08_Report_Full_Text_es.pdf

Gómez, P. (2020). Resistencia: Las prácticas de cuidado de las mujeres indígenas del resguardo Cañamomo Lomapieta, Riosucio, Caldas. Universidad de Caldas.

Garzón, R. (2011). La escalada de la violencia conyugal. Montreal, 95 p. ISBN 978-2-9812014-1-6.

Giménez, G. (1994). Apuntes para una teoría de la región y de la identidad regional Estudios sobre las Culturas Contemporáneas, vol. VI, núm. 18, pp. 165-173 Universidad de Colima Colima, México

Herrera, A, Pulgarin, M y Lopez, M. (2023). Prácticas de autocuidado como herramienta de resiliencia en mujeres víctimas de violencias de

género pertenecientes al sindicato UTRASD en la ciudad de Medellín. Programa Trabajo Social.

Martín-Baró, I. (1987). El latino Indolente. Carácter ideológico del fatalismo latinoamericano. En M. Montero (Coord). *Psicología Política Latinoamericana*. Caracas, Venezuela: Pira-po. 135-1661.

Montoya, S., Romero, M., & Pérez, L. (2013). Mujer y desplazamiento de sí: sustratos socioculturales que soportan las redes de la violencia de género. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 349-358.

Nava-Navarro, Onofre Rodríguez & Báez-Hernández, F. (2017). Autoestima, violencia de pareja y conducta sexual en mujeres indígenas. Vol.14, n.3, pp.162-169. ISSN 2395-8421. <https://doi.org/10.1016/j.reu.2017.05.002>.

OMS. (2013). Estimaciones mundiales y regionales de la violencia contra la mujer: prevalencia y efectos de la violencia conyugal y de la violencia sexual. Suiza.

ONU, (1993). Conferencia Mundial de Derechos Humanos (Viena, 1993): Informe del Director general. Conferencia General 27ª reunión, París 1993.

Olivares, E. (2013). "Violencia de género contra las mujeres indígenas universitarias a lo largo de su trayectoria en el ámbito educativo. Estudio de caso: Estudiantes de la Universidad Intercultural del Estado de México" Universidad Intercultural del Estado de México.

Pérez, A., Cantera, L. M., y Pereira, J. (2016). Prácticas de Autocuidado en Mujeres Víctimas de Violencia de Género. *Ciência e Cultura*, 11-27.

Rangel, Y. Y. (2014). Prácticas de autocuidado sexual y reproductivo en mujeres "parejas de" migrantes internacionales de San Luis Potosí, México. *Cultura de los Cuidados* (Edición digital), 18-40.

Shimreichon, L y Tugendhat, H.

(2023). Violencia contra las mujeres y niñas indígenas: Un fenómeno complejo. Asia Indigenous Peoples Pact Foundation (AIPP) y Forest Peoples Programme (FPP).

Segato, R. (2020). Políticas universitarias para la igualdad de género (conferencia magistral). México. Obtenido de <https://unamglobal.unam.mx/conferencia-magistral-dra-rita-segato-curso-politicas-universitarias-para-la-igualdad-de-genero/>.

Uribe, T. (1999). El autocuidado y su papel en la promoción de la salud. Facultad de enfermería. Universidad de Antioquia.

Willers, S. (2016). Migración y violencia: las experiencias de mujeres migrantes centroamericanas en tránsito por México. *Sociológica* (Méx.). Vol.31, n.89, pp.163-195. ISSN 2007-8358.