

CREENCIAS Y PRÁCTICAS RELIGIOSAS ASOCIADAS A LA RESILIENCIA EN
PERSONAS QUE HAN EXPERIMENTADO DESASTRES NATURALES



UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
VILLAVICENCIO

2024

CREENCIAS Y PRÁCTICAS RELIGIOSAS ASOCIADAS A LA RESILIENCIA EN
PERSONAS QUE HAN EXPERIMENTADO DESASTRES NATURALES

PAULA JUREIDY PARRA SANTOS

Trabajo de grado presentado como requisito para optar como título de psicología

Directora:

Mg. DORIS MARCELA HERNÁNDEZ ÁLVAREZ

Magister en desarrollo Educativo y Social

Codirector:

Mg. LEONEL CETINA TORRES

Magister en Gestión Social Empresarial

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

VILLAVICENCIO

2024

Autoridades Académicas

P. Álvaro José ARANGO RESTREPO, O.P.

Rector General

P. Mauricio Antonio CORTÉS GALLEGO, O. P.

Vicerrector Académico General

P. José Antonio BALAGUERA CEPEDA, O. P.

Rector Seccional Villavicencio

P. Rodrigo GARCÍA JARA, O.P.

Vicerrector Académico Seccional Villavicencio

Mg. Julieth Andrea SIERRA TOBÓN

Secretaria General Seccional Villavicencio

Mg. Andrea Carolina CAÑÓN SÁNCHEZ

Decana de la Facultad de Psicología

Dedicatoria

Dedicado a mi mejor compañía de cuatro patas, Cristal, quien ha sido mi motor para salir adelante y la fortaleza de mi alma. Este logro también va dirigido a mis sobrinos Juan Ángel Rivera y Celeste Rivera, como ejemplo de que todo sacrificio tiene su recompensa. A pesar de que culminar mis estudios parecía imposible, hoy es una realidad que me llena de felicidad y orgullo. Agradezco profundamente a mi padre, Luis Santos, por ser mi apoyo inquebrantable en este camino y nunca dejarme desfallecer. Te amo, papá

Tabla de contenido

	Pág.
Resumen.....	8
Abstrac	9
Introducción	10
Problematización.....	11
Planteamiento del problema	11
Justificación	15
Objetivos.....	18
Objetivo general.....	18
Objetivos específicos	18
Marco de Referencia.....	19
Marco Epistemológico.....	19
Marco Paradigmático.....	20
Marco Teórico.....	21
Resiliencia.....	22
Vulnerabilidad.....	26
Creencias y Prácticas Religiosas.....	28
Marco Multidisciplinar	33
Resiliencia.....	33
Vulnerabilidad.....	34
Creencias y prácticas religiosas	35
Marco Normativo Legal.....	36
Consideraciones éticas	38
Antecedentes Investigativos.....	40
Metodología	50
Método	51
Técnicas	51
Participantes.....	52
Resultados.....	53
Discusión de resultados.....	59
Resiliencia.....	59

Creencias y prácticas religiosas	62
Vulnerabilidad.....	64
Conclusiones	66
Aportes	68
Alcances	69
Limitaciones.....	70
Sugerencias	71
Referencias.....	72

Lista de tablas

	Pág.
Tabla 1 Matriz Categoría Resiliencia.....	53
Tabla 2 <i>Matriz Categoría Creencias y Prácticas Religiosas</i>	55
Tabla 3 <i>Matriz Categoría Vulnerabilidad</i>	57

Resumen

La presente investigación se centra en analizar la relación entre los procesos de resiliencia y la presencia de creencias y prácticas religiosas en individuos afectados por desastres naturales, específicamente la avalancha de Naranjal en la Vía Bogotá – Villavicencio. La metodología empleada es cualitativa, un enfoque utilizado para explorar fenómenos sociales, culturales o psicológicos desde una perspectiva holística y contextualizada. En este tipo de investigación, se busca comprender los significados, experiencias y percepciones subjetivas de los participantes, así como explorar las relaciones sociales, los procesos culturales y los contextos en los que se desarrollan los fenómenos estudiados.

En el estudio se hace uso de entrevistas semiestructuradas, las cuales permiten una interacción abierta entre el investigador y los participantes, ofreciendo un espacio para escuchar sus puntos de vista directos sobre el tema y para interpretar lo discutido. La población que participo está en un rango de edad entre los 18 a 60 años que fueron sobrevivientes del desastre del Naranjal.

Los hallazgos indican que la presencia de creencias y prácticas religiosas entre las personas afectadas por desastres naturales juega un papel crucial en la resiliencia. Estos aspectos no solo proporcionan apoyo emocional individual, sino que también fortalecen la cohesión social a través de prácticas y expresiones emocionales compartidas dentro de la comunidad. Esta cohesión fortalece la solidaridad y la esperanza, aspectos fundamentales para la recuperación emocional después de adversidades. Además, las creencias religiosas facilitan la regulación emocional, ayudando a adaptarse a emociones negativas y fortaleciendo la resiliencia psicológica en general. La confianza en la resiliencia espiritual representa un recurso adicional que impulsa a los individuos a superar desafíos y alcanzar un bienestar emocional duradero.

Palabras claves: Creencias, practicas, religión, resiliencia.

Abstrac

The present research focuses on analyzing the relationship between resilience processes and the presence of religious beliefs and practices in individuals affected by natural disasters, specifically the Naranjal avalanche on the route Bogotá – Villavicencio. The methodology used is qualitative, an approach used to explore social, cultural or psychological phenomena from a holistic and contextualized perspective. In this type of research, the aim is to understand the meanings, experiences and subjective perceptions of the participants, as well as to explore the social relationships, cultural processes and contexts in which the studied phenomena develop.

The study uses semi-structured interviews, which allow open interaction between the researcher and the participants, offering a space to listen to their direct points of view on the topic and to interpret what was discussed. The population that participated is in an age range between 18 and 60 years old who were survivors of the Naranjal disaster.

The findings indicate that the presence of religious beliefs and practices among people affected by natural disasters plays a crucial role in resilience. These aspects not only provide individual emotional support, but also strengthen social cohesion through shared emotional practices and expressions within the community. This cohesion strengthens solidarity and hope, fundamental aspects for emotional recovery after adversity. In addition, religious beliefs facilitate emotional regulation, helping to adapt to negative emotions and strengthening psychological resilience in general. Confidence in spiritual resilience represents an additional resource that propels individuals to overcome challenges and achieve lasting emotional well-being.

Keywords: Beliefs, practices, religion, resilience.

Introducción

Los desastres naturales representan una amenaza para los seres vivos y para diversas partes del mundo, especialmente en las que se encuentran situadas en zonas de alto riesgo, estos eventos catastróficos incluyen terremotos, sismos, deslizamientos de tierra e inundaciones. Es importante destacar la forma en que los seres vivos hacen frente y superan las secuelas psicológicas de los desastres naturales puede cambiar dependiendo de los factores culturales, sociales y contextuales específicos (Herrera y Troya, 2017). Estas creencias no solo ofrecen consuelo, sino que también brindan a las personas a estructurar una nueva rutina de vida y afrontar las dificultades que surgen después de un desastre natural.

En esta investigación se trabajan las longitudes emocionales que conllevan los desastres naturales y de qué manera frente a ellos las creencias religiosas pueden influir en la resiliencia, el área psicológica. Se realiza en la comunidad de la vereda el Naranjal, vía Bogotá – Villavicencio, afectada por la avalancha ocurrida el 17 de Julio del 2023.

Esta investigación es crucial en el campo de la salud mental y emocional de las crisis, dado el aumento de desastres naturales y la necesidad urgente de comprender cómo las comunidades enfrentan estas situaciones utilizando recursos personales y culturales. Esta investigación busca ampliar el conocimiento sobre los procesos de resiliencia apoyado de la relación con las creencias y prácticas religiosas en situaciones de crisis.

Problematización

Planteamiento del problema

Los desastres naturales representan una amenaza inevitable para numerosas regiones del mundo situadas en áreas de alto riesgo, estos eventos catastróficos incluyen terremotos, sismos, deslizamientos de tierra e inundaciones, ponen en peligro la vida, y el modo de subsistencia de las comunidades afectadas, también pueden desencadenar devastadoras repercusiones psicológicas, sociales, ambientales y económicas a largo plazo (González y London, 2021). Estos impactos físicos, pueden generar consecuencias emocionales profundas en las personas afectadas, quienes enfrentan el fallecimiento de seres queridos, la pérdida de sus hogares y de sus pertenencias (Estrada, et al., 2021).

Es crucial destacar la forma en que las personas enfrentan y superan las secuelas emocionales de los desastres naturales puede variar según factores culturales, sociales y contextuales específicos (Herrera y Troya, 2017). Es decir, existe una gran diversidad en estrategias utilizadas para superar estos eventos traumáticos. Las creencias religiosas y espirituales, por ejemplo, desempeñan un rol importante en la resiliencia emocional y la reconstrucción de vidas después de tales tragedias (Ramírez, et al., 2022).

Para abordar este tema, la presente investigación se centra en las creencias religiosas y su relación con la resiliencia frente a desastres naturales, explorando cómo estas creencias pueden influir en la capacidad emocional de las personas afectadas. Es crucial diferenciar entre fenómenos y desastres naturales para comprender adecuadamente este contexto.

El fenómeno natural se define como una manifestación geológica, marítima o eólica que altera la naturaleza y surge del movimiento de la tierra y/o del choque de placas tectónicas, ya sea en la superficie terrestre o bajo el agua (Hernández, Vargas y Zafra, 2020). Es importante destacar que estos fenómenos son una parte inherente y constante del mundo natural, manifestándose de manera impredecible en forma de oleadas de calor extremo, huracanes, tormentas de lluvia o nieve, terremotos, sequías, tornados, deslizamientos de tierra, entre otros eventos. (Romero y Maskrey, 1993).

En el caso de un desastre natural ocurre cuando un fenómeno natural provoca daños significativos en la sociedad, la economía y/o el ecosistema. Es decir, cuando un fenómeno natural afecta negativamente a las personas, las propiedades y los ecosistemas, se convierte en un desastre natural (Trujillo y Jacha, 2021). En este sentido, el término "fenómeno natural" se refiere al evento o proceso en sí mismo, mientras que "desastre natural" hace referencia a las

consecuencias adversas y perjudiciales que resultan cuando dicho fenómeno impacta negativamente a las personas y al entorno en el que viven. (Romero y Maskrey, 1993).

Aunque estos eventos no pueden anticiparse, predecirse o evitarse, sí es factible aplicar medidas de prevención de riesgos y mitigación del impacto; esto se alcanza a través de la educación pública y el autocuidado, factores clave que permiten una respuesta efectiva antes, durante y después de la emergencia (Ayala, y Ospino, 2023).

Sin embargo, a pesar de los esfuerzos por educar y prevenir, muchas personas, debido a varias razones y a condiciones socioeconómicas precarias y por origen campesino, se ven obligadas a enfrentar estos peligros y residir en áreas de alta vulnerabilidad o riesgo (Rojas et al., 2019). La falta de recursos económicos limita la oportunidad de elegir un lugar más seguro para vivir, exponiéndolos a los riesgos asociados con los desastres naturales. Un ejemplo claro de esto es la decisión de vivir en las proximidades de un río, exponiéndose así a deslizamientos o crecientes, además de habitar en viviendas de infraestructura inestable con riesgo de colapso (González, 2021).

Por consiguiente, aquellos que se ven obligados a residir en áreas de alto riesgo tienen una mayor probabilidad de experimentar un desastre natural, lo que los expone al riesgo de vivir tragedias que desencadenan procesos de duelo. Los procesos de duelo pueden originarse en dos contextos principales. El primero se refiere a la pérdida material, caracterizada por la exposición a un evento catastrófico y la consecuente disrupción en las dinámicas cotidianas. El segundo contexto implica la pérdida de un ser querido, ya sea familiar o cercano, lo que genera un proceso de duelo vinculado a la afectación emocional (Alonso et al., 2019).

Durante el proceso de pérdida de un ser querido, la persona necesita emplear estrategias de afrontamiento para poder recuperarse, las cuales pueden variar según las características individuales, el contexto cultural y social (Morán, et al., 2019). Algunas personas encuentran consuelo al expresar sus sentimientos de diferentes maneras para afrontarlos, mientras hay quienes recurren a actividades creativas o religiosas para manejar su dolor. Desde la psicología se utilizan herramientas como la escritura y la conversación con amigos y familiares. Por otro lado, este proceso de recuperación no tiene una duración exacta, es predecible y concluye cuando la persona ya no experimenta emociones negativas al recordar el suceso, es decir, cuando puede pensar en el fallecido sin dolor, alcanzando así la aceptación (Alonso, et al., 2019). Este proceso les ayuda a elaborar, reajustar y reanudar sus vidas después de haber atravesado el evento.

Como se ha mencionado anteriormente, una parte fundamental y común para situaciones catastróficas son las creencias y prácticas religiosas, donde las personas recurren a

su fe y a sus rituales para buscar consuelo y fuerza en su Dios, divinidad o ser supremo, buscando aceptación y superación del evento traumático (Vázquez, León y Álvarez, 2022). Esto se manifiesta a través de actividades como la participación en grupos de oración, momentos de silencio, obras de caridad, el rezo del rosario, la escucha de la palabra y otros rituales religiosos, convirtiéndose en elementos resilientes que ayudan a enfrentar la adversidad y a generar un bienestar emocional en medio de la angustia y la tristeza. (Cortés 2019).

Existen diversas religiones, como el judaísmo, el budismo, el cristianismo, el catolicismo, entre otras, en Colombia las más comunes son la católica, las iglesias evangélicas y protestantes (Salgado, 2014). Estas creencias religiosas no solo ofrecen consuelo espiritual, sino que también ayudan a las personas a estructurar una nueva rutina de vida y afrontar las dificultades que surgen después de un desastre natural.

En ese sentido, según Flórez, López y Vílchez (2020) refieren que la religión emerge como un poderoso recurso de resiliencia en tiempos de crisis, ofreciendo consuelo y fortaleza a través de creencias y prácticas arraigadas, sin embargo, esta estrategia no es universal, cada individuo exhibe un nivel distinto de resiliencia y se enfrenta a los desafíos de manera única. Para Bermejo (2019), la resiliencia puede considerarse como un elemento fundamental de apoyo para la persona. Además, el problema radica en el complejo proceso que atraviesan las personas afectadas por desastres naturales, así como en las múltiples y profundas consecuencias que estos eventos dejan a su paso, entre ellos deben generar nuevas formas para la recuperación emocional, económica y el duelo de los familiares que han perdido tanto a sus seres queridos como sus posesiones materiales. La devastación de un desastre natural no solo impacta físicamente en las comunidades afectadas, sino que también deja secuelas emocionales y económicas de largo alcance, desafiando a las personas a reconstruir no solo sus hogares y medios de vida, sino también su bienestar emocional y sentido de seguridad.

En este sentido se hace necesario conocer las respuestas de las personas de las personas ante tales eventos; según Grothberg (2006, citado por García y Domínguez, 2013), existen tres características fundamentales para el desarrollo de la resiliencia. La primera "yo tengo" se refiere a las condiciones externas que rodean al individuo sobreviviente, incluyendo el tipo de apoyo y ayuda que recibe. La segunda característica, denominada "yo soy", hace alusión a la fortaleza interior y la motivación que posee la persona para cultivar su resiliencia después de un desastre natural. Por último, la tercera característica, llamada "yo puedo", resalta la capacidad de cada individuo para emplear sus propias habilidades y recursos en la resolución de conflictos y la superación de obstáculos. Son estos referentes que forman una trilogía integral para afrontar situaciones adversas que demandan acciones y reacciones para

salvaguardar la estabilidad, equilibrio y salud mental y emocional, es decir, en general bienestar personal, familiar y social.

El departamento del Meta se caracteriza por ser una región geográficamente propensa a diversos fenómenos naturales, tales como sismos y deslizamientos, son eventos frecuentes debido a los procesos de remoción de masas que ocurren en la zona; el departamento enfrenta constantes amenazas por eventos sísmicos, habiendo sido epicentro en varias ocasiones, así como por crecientes súbitas de las fuentes hídricas (Ramos y Alfaro, 2000).

Uno de los eventos más significativos recientes fue el ocurrido en la vereda Naranjal, donde tras un fuerte aguacero, se desencadenó una crecida en seis quebradas que alimentan el río Negro, provocando una avalancha que cobró la vida de familias enteras y dejó un gran número de sobrevivientes, así como daños materiales incalculables (Lancheros, 2023).

En esta investigación se busca comprender la relación que existe entre los procesos de resiliencia que emergen en una persona afectada y las creencias y prácticas religiosas, en el marco de catástrofes que impactan de manera trascendental e importante la vida de las personas, tanto a nivel individual como familiar y colectivo; la inquietud principal radica en determinar hasta qué punto las creencias y prácticas religiosas se convierten en una fuente de apoyo que contribuye a los procesos de resiliencia en comunidades afectadas, específicamente en relación con la tragedia ocurrida en la vereda Naranjal, en el departamento del Meta. La pregunta de investigación es la siguiente:

¿Cuál es la relación que existe entre los procesos de resiliencia y la presencia de prácticas y creencias religiosas en personas víctimas de desastres naturales, específicamente de la avalancha del Naranjal, Vía Bogotá – Villavicencio?

Justificación

Los desastres naturales representan una amenaza constante para las comunidades más vulnerables que residen en áreas de riesgo; estos eventos pueden causar profundas secuelas emocionales en la salud mental y el bienestar psicosocial de las víctimas (Labra, Expenda, y Castro, 2019). Reconocer y abordar estos efectos emocionales emerge como una prioridad crucial para brindar el apoyo necesario y eficaz a las comunidades en momentos de crisis, siendo fundamental no solo atender las necesidades físicas inmediatas, sino también proporcionar un soporte continuo y comprensivo que reconozca y mitigue el sufrimiento emocional experimentado por aquellos afectados por los desastres naturales.

La forma en que las personas enfrentan y superan las secuelas emocionales de los desastres naturales es influenciada por una variedad de factores sociales y culturales, incluidas sus creencias religiosas y espirituales, que ocupan un lugar y una función importante en los procesos de reconstrucción de las vidas, es decir, en la resiliencia. En muchas comunidades, la fe juega un papel central en el proceso de recuperación emocional, proporcionando consuelo, esperanza y un sentido de propósito en medio del sufrimiento (Calvo, 2019). Comprender cómo las creencias religiosas influyen en la resiliencia emocional de las personas afectadas puede ayudar a informar intervenciones más culturalmente sensibles y efectivas.

Esta investigación reviste una importancia significativa en el ámbito de la salud mental, ya que aborda procesos y mecanismos psicológicos que intervienen en situaciones de crisis, especialmente frente a la experiencia de vivir un desastre natural. Su interés se centra en cómo las personas afrontan dicha situación haciendo uso de sus recursos personales, emocionales y sociales y de acuerdo a sus creencias y prácticas religiosas, identificar la importancia de estas en la resiliencia. Este enfoque es esencial dado el aumento de la presencia de desastres naturales y el mantenimiento de condiciones de riesgo y vulnerabilidad asociadas a ser víctima de estos eventos naturales.

De acuerdo con datos proporcionados por la Unidad Nacional de Gestión del Riesgo De Desastres (2023), entre los años 2019 y 2022, se reportaron más de 1322 avalanchas en Colombia, que ocasionaron la muerte de más de 155 personas y afectaron a más de 25.960 familias. Estas cifras ilustran la magnitud del impacto de los desastres naturales en la población colombiana y subrayan la urgencia de comprender y abordar las consecuencias emocionales de estos eventos.

La investigación propuesta adquiere una relevancia aún mayor al considerar los impactos específicos que los desastres naturales tienen en el tejido familiar y en la sociedad en

su conjunto. El fallecimiento de seres queridos conlleva una desestabilización significativa en el núcleo familiar, afectando sus dinámicas internas y los roles de sus miembros (Álvarez, Zúñiga, Díaz y Tacca, 2021). Este aspecto proporciona una ventana para comprender los procesos de afrontamiento que experimentan las familias que se enfrentan a esta dolorosa realidad.

Además de las pérdidas humanas, los desastres naturales conllevan pérdidas materiales considerables, como inversiones económicas, elementos de valor y medios de subsistencia, incluyendo viviendas, negocios y cultivos, entre otros; estas pérdidas también generan un duelo y un proceso de afrontamiento tanto a nivel individual como familiar y comunitario (González y London, 2021).

Es importante destacar que estas estrategias de afrontamiento no solo se aplican a nivel individual y familiar, sino que también involucran a los gobiernos y al Estado en su conjunto. La implementación de medidas preventivas, como la identificación de riesgos y la preparación ante situaciones fortuitas, es fundamental para mitigar el impacto de los desastres naturales en la sociedad (López, Mesa, y Castañeda, 2022).

En el caso específico de Colombia, el país enfrenta desafíos significativos que requieren una intervención y un fortalecimiento de sus políticas y estrategias para reducir los riesgos asociados a los desastres naturales. Según Moreno y Londoño (2023), Colombia se ve fuertemente afectada por los efectos del cambio climático, lo que la hace propensa a deslizamientos en zonas altas, inundaciones y otros eventos climáticos extremos, aumentando la vulnerabilidad de sus habitantes.

Colombia un país en un estado de vulnerabilidad debido a sus características geográficas y donde muchas familias por sus bajos recursos se ven obligas a ubicarse en zonas no muy seguras y terrenos inestables que pueden caerse en cualquier momento, de allí que aparezcan tres factores de riesgo: la amenaza, la exposición y la vulnerabilidad (Ayala, y Ospino, 2023). Las víctimas de estos sucesos se rodean de factores que atenúan su estado de crisis o pérdida, tal como lo es la resiliencia y la espiritualidad, donde se pretende que contribuyan al afrontamiento, al bienestar del momento y futuro de las personas de forma individual, familiar y social, pues todos son víctimas, solo que, en diferente grado de afectación, y hacer un nuevo comienzo.

La resiliencia se puede definir como la adquisición de herramientas de afrontamiento o superposición ante situaciones nocivas (Garrido, et al., 2020), en el caso de esta investigación la experiencia vivida produce afectaciones a nivel psicológico de importancia, como pueden

llegar a ser depresión, trastornos de estrés postraumático, angustia, desesperanza, entre otros (Ríos, 2021).

El concepto de resiliencia pasa a ser el escudo de aquellas debilidades convirtiendo a un individuo o una colectividad en una parte de fortaleza, donde reinterpretan las consecuencias de las situaciones, identifica las amenazas y busca una relación que potencie de forma eficaz y permanente hacia lo positivo, tomándolo desde un plano social y de salud de las poblaciones (Macías, 2015).

En esa búsqueda de mecanismos de afrontamiento, es común refugiarse en la religiosidad o espiritualidad, esta última involucra la renuncia, la búsqueda de la gracia y gratitud, pues forja el camino hacia Dios, y en el proceso libra las ataduras que valora lo positivo. El papa Francisco en una de sus experiencias en Manila, Filipinas en el 2015 se encuentra con una niña que le cuestiona el ¿Por qué Dios permite que los niños sufran?, lo que lleva a reflexionar sobre como aquel dolor se convierte en una forma de belleza y resiliencia donde surge algo nuevo en lo caótico.

Bermejo (2019), resalta que la resiliencia desde la fe no se ve desde la victimización y la percepción de que el sufrimiento es por Dios, pues dice que es indispensable tener claridad de la realidad, que pasaron ciertos hechos y que duelen, que si bien se les dieron otro significado no se puede tener como sostén algo que vaya en contra de la razón, se debe reconocer la dificultad, para luego buscar paz y perdón en el acompañamiento espiritual.

La religión puede ser vista como una muestra de estabilidad ante lo crónico, plasma una nueva relación personal con la dificultad, desde la promoción de prácticas religiosas la víctima llega a considera una mejora de calidad de vida, bienestar en la salud mental y física, como disminución de los niveles de ansiedad y depresión, pues se entiende que la religión forma en valores, en personalidad, moral, respeto y solidaridad, confrontando a la sociedad y haciendo funcionales a las personas desde un apoyo emocional (Caccia y Elgier, 2020).

Por último, es importante destacar que las investigaciones sobre la resiliencia en personas afectadas por desastres naturales son limitadas (Garrido et al., 2020), y aún más escasas son aquellas que exploran esta cuestión desde una perspectiva religiosa. Por lo tanto, la formulación de esta investigación, que tiene como objetivo determinar la relación entre las creencias y prácticas religiosas y la resiliencia en individuos que han experimentado desastres naturales, busca contribuir al desarrollo pleno de su vida cotidiana o, por el contrario, a identificar obstáculos que impidan dicho avance.

Objetivos

Objetivo general

Comprender la relación que existe entre los procesos de resiliencia y la presencia de creencias y prácticas religiosas en personas víctimas de desastres naturales como la avalancha de Naranjal, Vía Bogotá – Villavicencio.

Objetivos específicos

Conocer los procesos de resiliencia que desarrollan las personas víctimas de la avalancha del Naranjal, vía Bogotá- Villavicencio.

Identificar qué relación existe entre creencias y prácticas religiosas y la resiliencia.

Describir los factores psicosociales que reducen la vulnerabilidad en personas víctimas de la avalancha del Naranjal.

Marco de Referencia

Marco Epistemológico

El marco epistemológico de esta investigación se fundamenta en la perspectiva fenomenológica, la cual se fundamenta en la exploración de las experiencias humanas, y la comprensión profunda de las vivencias subjetivas de los individuos, con el fin de entender la realidad tal como es experimentada y vivida por ellos (Bunge, 2002).

La fenomenología surgió a principios del siglo XX de la mano de Edmund Husserl como una respuesta al radicalismo, según lo describe Rojas (2010, citado por Núñez, 2015), esta corriente filosófica se define, como la "ciencia de la esencia y no de los hechos", y su principal objetivo radica en el análisis de las historias de vida. Para este enfoque, es fundamental comprender que la experiencia es significativa y no puede ser analizada sin considerar una observación global del entorno desde la perspectiva de quien la vivió o experimentó. (Fuster, 2019).

En este sentido, la presente investigación aborda la experiencia subjetiva de los sobrevivientes de desastres naturales, considerando tanto su significado personal como su contexto cultural y social. Además, en concreto, se desarrollaron los eventos traumáticos, el impacto de las creencias religiosas y los sistemas de apoyo social en la experiencia de los sobrevivientes de la avalancha de Naranjal, Vía Bogotá–Villavicencio.

La fenomenología parte de la conciencia del sujeto al considerar las percepciones, sentimientos e ideas que emergen de la experiencia humana, incluyendo los datos sensoriales que permiten al individuo recolectar información del entorno y construir nuevos conocimientos (Josgrilberg, 2008). Por lo tanto, se concibe la fenomenología como un método que pone énfasis en la conciencia del ser humano y en la observación del ser de manera individual.

Así, la fenomenología se presenta como un método que pone un énfasis en la conciencia individual y en la observación única del ser humano. Este enfoque metodológico se adopta como marco de referencia en la presente investigación con el propósito de profundizar en el entendimiento y análisis de la conciencia individual de cada persona y de su esencia intrínseca. En este análisis se incluyen la percepción de la vida a través de experiencias vividas, significados derivados de ellas, y anécdotas e historias personales que moldean la visión del individuo sobre sí mismo y sobre el mundo que lo rodea. Este enfoque fenomenológico permite capturar la riqueza y complejidad de la vida humana desde una perspectiva íntima y subjetiva, destacando la importancia de entender cómo cada individuo construye su realidad a través de

su experiencia única y personal. Esta perspectiva resulta pertinente dado que nuestro objetivo es comprender la relación entre los procesos de resiliencia y la presencia de prácticas y creencias religiosas en personas afectadas por desastres naturales, específicamente la avalancha del Naranjal, en la Vía Bogotá – Villavicencio.

Marco Paradigmático

El marco paradigmático de esta investigación se fundamenta en el paradigma interpretativo, el paradigma representa un conjunto de principios interconectados que van de la mano con las creencias, valores y premisas específicas que delinear la forma en que un grupo científico particular percibe la realidad (Contreras, 1996, citado por González, 2005). Esta perspectiva conlleva a la exploración de respuestas y soluciones utilizando los métodos y técnicas de investigación aceptados dentro de ese marco, lo que implica un enfoque que busca comprender el significado y la experiencia subjetiva de las personas afectadas por desastres naturales, en este caso, la avalancha del Naranjal en el departamento del Meta.

El paradigma interpretativo promueve la comprensión de conceptos y cambios en diversas realidades, donde los eventos sociales se experimentan en entornos naturales o normales; este enfoque resalta la importancia de las experiencias, opiniones, cuestiones y problemáticas de los participantes, lo que resulta en una visión más amplia y una percepción más profunda de la realidad explorada (Correia, 2019).

En el contexto de la investigación, esto implica que se da prioridad a las experiencias subjetivas de los sobrevivientes de la avalancha del Naranjal y cómo interpretan y dan sentido a su experiencia traumática, así como el papel que juegan sus creencias religiosas en su proceso de recuperación y resiliencia. En consecuencia, el paradigma interpretativo proporciona un marco teórico adecuado para explorar las complejidades y las dimensiones subjetivas de la relación entre la resiliencia y las creencias religiosas en el contexto de desastres naturales.

El paradigma interpretativo surge como resultado de la interacción, diálogo o dialéctica entre dos sujetos: el investigador y el sujeto investigado (Ricoy, 2006). De esta manera, permite adentrarse en la vida social del individuo y en la cotidianidad de los grupos, utilizando métodos como la etnografía para aproximarse a los significados y construcciones sociales. Asimismo, se valora la fenomenología y las teorías del interaccionismo como herramientas complementarias en este enfoque interpretativo.

En este modelo se opta por el análisis inductivo debido a que este procedimiento brinda múltiples ventajas para describir y comprender diferentes realidades, permitiendo una

descripción completa del entorno o sistema en el que ocurren los fenómenos estudiados, (Rodríguez y Pérez, 2017). Esto es fundamental para captar la complejidad y la diversidad de experiencias y perspectivas dentro de la población estudiada, así como para identificar patrones emergentes o temas comunes que puedan surgir en relación con la resiliencia y las prácticas religiosas (Carabaña y Lamo de Espinosa, 1978).

Además, el paradigma interpretativo destaca la necesidad de contextualizar las experiencias de los individuos dentro de su entorno cultural, social e histórico, considerando cómo las prácticas y creencias religiosas de las comunidades afectadas son moldeadas por su contexto cultural y social, y cómo estas influencias afectan su capacidad de enfrentar y recuperarse del trauma (Roca, 2020).

Este enfoque expone que los significados son construidos y negociados en contextos sociales y discursivos (Correia, 2019). Por lo tanto, es crucial explorar cómo las personas afectadas por desastres naturales negocian y comparten significados sobre el trauma, la pérdida y la recuperación dentro de sus comunidades, y cómo estas negociaciones pueden influir en sus procesos de resiliencia.

De igual manera, el paradigma interpretativo reconoce la importancia de la subjetividad en la experiencia humana, lo que implica reconocer que la resiliencia y el proceso de recuperación son experiencias subjetivas y pueden variar significativamente entre individuos y comunidades (Roca, 2020). Por lo tanto, es crucial explorar cómo las creencias religiosas de las personas afectadas contribuyen a su experiencia subjetiva de resiliencia y recuperación.

Basándonos en lo expuesto, esta investigación será abordada desde una perspectiva interpretativa que reconoce que las vivencias se experimentan y los conocimientos no se descubren, sino que se construyen a través de interacciones. En este sentido, el objetivo es comprender las creencias y prácticas religiosas vinculadas a la resiliencia en individuos que han enfrentado desastres naturales. Con ello, se pretende enriquecer la comprensión de las vivencias de aquellos afectados por tales eventos catastróficos.

Marco Teórico

El marco teórico se desarrollará en torno a tres categorías fundamentales, la resiliencia, las creencias y prácticas religiosas, y la vulnerabilidad. Cada uno de estos conceptos será abordado desde su relevancia psicológica, examinando cómo interactúan para influir en la capacidad de los individuos para enfrentar y superar las adversidades provocadas por desastres naturales.

La resiliencia, entendida como un proceso dinámico y multifacético permite a los individuos adaptarse y recuperarse ante situaciones de alta adversidad (Oriol, 2012). En el contexto de los desastres naturales, se explorará cómo la psicología define y estudia este constructo, y se revisarán las teorías y modelos que explican los mecanismos y factores que contribuyen a la resiliencia; se prestará especial atención a las variables psicológicas, sociales y culturales que potencian la capacidad de recuperación.

Las creencias y prácticas religiosas como factores críticos que influyen en la respuesta psicológica de las personas afectadas por desastres naturales. Desde la psicología, se investigará cómo la religión y la espiritualidad pueden proporcionar sentido, propósito y apoyo emocional en momentos de crisis. Se revisarán estudios que demuestran el impacto positivo de la religiosidad en la salud mental y el bienestar, y se discutirá cómo las prácticas religiosas pueden funcionar como estrategias de afrontamiento efectivas.

La vulnerabilidad, entendida como la susceptibilidad a sufrir daños y la capacidad limitada para enfrentar y recuperarse de los desastres (Feito, 2007). Se explorará cómo la psicología conceptualiza la vulnerabilidad en términos de factores individuales y contextuales, tales como el nivel socioeconómico, la cohesión social y el acceso a recursos. La intersección entre vulnerabilidad y resiliencia será un punto central de análisis, destacando cómo las condiciones de vulnerabilidad pueden moderar o mediar el impacto de las creencias y prácticas religiosas en la resiliencia.

El marco teórico muestra un modelo integrador de estos conceptos para ofrecer una visión comprensiva de cómo las creencias y prácticas religiosas pueden contribuir a la resiliencia en contextos de vulnerabilidad ante desastres naturales. Esta integración teórica no solo enriquecerá el campo de la psicología de desastres, sino que también ofrecerá perspectivas prácticas para la implementación de programas de apoyo y recuperación en comunidades vulnerables.

Resiliencia

En el campo de la psicología, la resiliencia se ha consolidado como un concepto fundamental para comprender cómo los individuos enfrentan y superan situaciones adversas. Este texto examina las dimensiones psicológicas de la resiliencia, destacando sus componentes clave: competencia social, resolución de problemas, autonomía y sentido de propósito, además, se analizan las fases de respuesta a los desastres naturales y los factores que influyen en la capacidad de adaptación, desde el nivel individual hasta el comunitario. Una comprensión

profunda de los mecanismos psicológicos que permiten a las personas y comunidades desarrollar y fortalecer su resiliencia, promoviendo así su bienestar y estabilidad emocional ante las dificultades.

La resiliencia se define como la capacidad que tienen las personas para sobreponerse, adaptarse y recuperarse de experiencias traumáticas o estresantes, manteniendo o recuperando su bienestar físico, psicológico y social (Asensio, Magallón y García, 2018); En términos físicos, la resiliencia permite a los individuos mantener o recuperar su salud y energía a pesar de las dificultades. Psicológicamente, se traduce en la capacidad para manejar el estrés, mantener una actitud positiva y conservar la estabilidad emocional. En el ámbito social, la resiliencia se refleja en la habilidad para mantener relaciones saludables, buscar apoyo social y contribuir positivamente a la comunidad, incluso en momentos de crisis.

A lo largo de la historia de la humanidad, esta capacidad resiliente se ha puesto a prueba repetidamente, el ser humano se ha sobrepuesto a tragedias de gran magnitud, tales como los desastres naturales, las hambrunas, hechos de violencia, guerras, entre otros; estas situaciones han dejado a individuos que antes disfrutaban de estabilidad y prosperidad en una situación de pérdida, sin hogar o trabajo. No obstante, se ha observado que algunos individuos logran mostrar resiliencia frente a estas experiencias adversas (Perdomo, 2019).

Por otra parte, Bonanno y Mancini (2008, citado por Morán, et al., 2019), sostienen que la mayoría de las personas atraviesan eventos traumáticos en algún momento de sus vidas, lo que motiva el interés de la psicología por estudiar lo que permite a las personas resistir y prosperar ante adversidades. En este contexto, la resiliencia se concibe como las cualidades que posibilitan el crecimiento y desarrollo personal, permitiendo recuperar la funcionalidad e incorporando el optimismo, la esperanza y la perseverancia.

Además, los individuos logran una adaptación positiva tras experimentar eventos traumáticos, enfrentando las consecuencias negativas para asimilarlas y desarrollar mecanismos de resolución positiva ante las adversidades (Truffino, 2010). El objetivo primordial de la resiliencia es lograr la recuperación tanto física como psicológica. Estudios destacan que aquellos capaces de resistir y sobreponerse a la adversidad muestran una mayor capacidad de resiliencia y contribuyen de manera positiva a su propio desarrollo y al entorno que les rodea (Morán, et al., 2019).

Asimismo, es importante señalar que la resiliencia no es un rasgo estático, sino que está influenciada por una variedad de factores que pueden estar presentes a nivel individual, familiar, comunitario y social. Estos factores incluyen la fortaleza emocional, la capacidad de

adaptación, el apoyo social, la cohesión comunitaria, la capacidad de encontrar significado y propósito en la adversidad, entre otros (García y Domínguez, 2013).

De acuerdo con Truffino (2010), la resiliencia se caracteriza como un proceso de aprendizaje adaptable al contexto, estableciendo una relación entre la vulnerabilidad y la resiliencia. Este proceso implica la identificación de elementos que pueden representar riesgos para el individuo, pero que al mismo tiempo ofrecen oportunidades para desarrollar mecanismos de protección. Entre los aspectos psicológicos relevantes se destacan la autoeficacia, la resolución de conflictos, la autoestima, las conductas positivas y el autocuidado, los cuales proporcionan retroalimentación sobre el estado y la condición del individuo.

Por otro lado, la resiliencia avanza hacia una reparación y superación del sufrimiento en formas de resolución, reinención, retomar los aspectos que fortalecen y tejen de nuevo la vida, infunde esperanza y reduce los sentimientos de frustración, según Piaggio (2009), los cuatro componentes de la resiliencia son: Competencia Social, Resolución de Problemas, Autonomía y Sentido de Propósito y Futuro.

En este sentido, el primer componente, conocido como "Competencia social", se enfoca en la interacción con otros para generar respuestas positivas; esto implica comunicarse de manera efectiva, mostrar empatía, afecto, y activar comportamientos prosociales. Además, se reconoce la importancia de incorporar el sentido del humor cuando sea apropiado, ya que puede servir como una herramienta para afrontar la adversidad y proporcionar alivio (Piaggio, 2009).

El segundo componente, "Resolución de Problemas" se asocia con el pensamiento reflexivo y la búsqueda de soluciones. La falta de esta capacidad puede desencadenar problemas psicológicos, ya que dificulta establecer soluciones contra la adversidad y encontrar salidas (Piaggio, 2009).

El tercer componente, conocido como "Autonomía", engloba la capacidad de tomar decisiones informadas y asumir la responsabilidad de las acciones propias. Este aspecto va acompañado de una confianza interna que permite enfrentar desafíos con determinación y control emocional. Implica la habilidad de funcionar de manera independiente, regulando las propias emociones y pensamientos, y actuando de acuerdo con los valores personales y metas individuales. Esta capacidad de autocontrol y autosuficiencia fortalece la capacidad de adaptación ante situaciones adversas, permitiendo a las personas resilientes encontrar soluciones eficaces y mantener un sentido de dirección en la vida, incluso en momentos de dificultad (Piaggio, 2009).

El cuarto componente, el "Sentido de propósito y futuro", implica tener metas claras y una visión definida de la dirección que se desea tomar en la vida. También incluye la capacidad de mantener la esperanza y la motivación, incluso en momentos difíciles (Piaggio, 2009). En el contexto de desastres naturales, la resiliencia se convierte en un factor crucial para la supervivencia y la recuperación.

Según Palomares y Campos (2018), existe un patrón general de reacciones frente a un desastre natural, las cuales se dividen en cinco fases. La primera fase, conocida como "impacto o choque", es cuando ocurre el evento catastrófico y, aunque su duración es breve, provoca una experiencia sumamente angustiante. En esta etapa, los individuos pueden experimentar confusión, miedo, sensación de irrealidad, shock e histeria, donde la supervivencia se convierte en su objetivo primordial.

Durante la segunda fase de "reacción", por lo general, la persona tiende a alejarse del lugar del suceso, experimentando ansiedad, reflexionando sobre lo ocurrido, y buscando el apoyo de familiares y amigos. La tercera fase, denominada "heroica", se caracteriza por la sensación de optimismo, durante este período, hay un aumento en la necesidad de ayudar a otros y en la cooperación. Se observa una mayor vinculación a la comunidad y un fortalecimiento de las relaciones sociales. Algunos autores sugieren que durante esta etapa también puede experimentarse ansiedad, rumiación y síntomas de depresión, los cuales pueden estar enmascarados por el estado de optimismo y la motivación para ayudar a los demás.

Finalmente, en la cuarta fase, conocida como "desilusión", las personas enfrentan la realidad en la que viven y suelen experimentar un estado de ánimo depresivo que puede durar desde meses hasta más de un año. Durante este período, eventos psicológicos como la depresión y los bajos estados de ánimo desencadenan una interacción entre la persona y su entorno, lo cual contribuye al desarrollo de la resiliencia. Esta resiliencia no solo puede manifestarse a nivel individual, sino también a nivel comunitario, integrando aspectos emocionales, compromiso moral y cohesión social.

En la quinta fase, denominada "reconstrucción", los individuos deben adaptarse a su nueva normalidad. Tras enfrentar dificultades, retoman sus actividades diarias y gradualmente asimilan la realidad que los rodea. En esta fase, la resiliencia comunitaria se refleja en un renovado sentido de pertenencia y comunidad, estableciendo una conexión emocional, empatía y apoyo mutuo entre los miembros del grupo.

Además, estos componentes pueden encontrarse en la religión donde la familia, amigos y compañeros actúan como mediadores, promoviendo actividades que ayudan a mitigar y superar el impacto de las dificultades (Perdomo, 2019). Estos mecanismos de afrontamiento

comunitarios y religiosos se plantean como una conexión entre la religiosidad y la salud psicológica. Para muchos individuos, las creencias religiosas ejercen una influencia positiva que contribuye a la resiliencia y al bienestar general. Se considera un factor protector que promueve la unión social y aporta un sentido y propósito de vida, lo que, a su vez, establece una base para la estabilidad emocional y mental (Riaño y Torres, 2023).

Vulnerabilidad

En el ámbito de la psicología, la vulnerabilidad y la resiliencia son conceptos esenciales para comprender cómo las personas enfrentan y gestionan situaciones adversas. La vulnerabilidad se refiere a la susceptibilidad de ser afectado negativamente en diversos aspectos de la vida, abarcando el bienestar emocional, interpersonal, físico y social (Silva, 2005). Este texto se enfocará en explorar las diferentes manifestaciones de la vulnerabilidad y su impacto en la salud mental y el proceso de recuperación, particularmente en el contexto de desastres naturales.

La vulnerabilidad emocional e interpersonal se centra en cómo la resiliencia interactúa con la vulnerabilidad, destacando la importancia de promover la resiliencia para reducir la vulnerabilidad y fortalecer la capacidad de afrontamiento ante los desafíos. La psicología de la resiliencia se centra en desarrollar habilidades y estrategias para mejorar esta capacidad, utilizando la educación, el apoyo emocional y la terapia.

Finalmente, la relación dinámica y no estática entre resiliencia y vulnerabilidad, enfatizando la importancia de comprender ambos conceptos para abordar eficazmente las necesidades emocionales y psicológicas de las personas afectadas por desastres naturales. Este entendimiento es esencial para proporcionar el apoyo adecuado y promover la recuperación y adaptación positiva.

Para empezar, se debe entender que desde la psicología la vulnerabilidad se puede entender desde lo emocional y lo interpersonal. A nivel emocional, la vulnerabilidad implica una susceptibilidad a experimentar emociones intensas y, a menudo, negativas, como el miedo, la ansiedad o la tristeza. Las personas con una mayor vulnerabilidad emocional pueden tener dificultades para regular sus emociones y pueden ser más propensas a experimentar problemas de salud mental, como la depresión o la ansiedad (García, 2015).

De acuerdo con la investigación actual, las personas que se encuentran en situación de vulnerabilidad emocional, como aquellas que han experimentado traumas previos, tienen una mayor probabilidad de experimentar impactos emocionales negativos tanto durante como

después de los desastres naturales; esto puede manifestarse en sentimientos de miedo, ansiedad, depresión, estrés postraumático y desesperanza (Carbonell, 2002).

Además, la vulnerabilidad emocional puede obstaculizar el proceso de recuperación de las personas afectadas por desastres naturales, ya que las dificultades para afrontar las emociones intensas y procesar el trauma puede prolongar el sufrimiento emocional y dificultar la adaptación a las nuevas circunstancias posteriores al desastre (Samper, 2016).

Otro componente de la vulnerabilidad, desde la perspectiva psicológica, es la vulnerabilidad interpersonal, que se refiere a la susceptibilidad de una persona a ser herida en sus relaciones con los demás; esto puede traducirse en dificultades para establecer límites adecuados, confiar en otros o mantener relaciones saludables y satisfactorias (Samper, 2016).

En este sentido, para la investigación actual, las personas en situación de vulnerabilidad interpersonal pueden tener redes de apoyo social limitadas o fragmentadas, lo que dificulta su capacidad para recibir ayuda y apoyo durante y después de los desastres naturales. La ausencia de conexiones sólidas con amigos, familiares o comunidad puede aumentar el impacto emocional y dificultar el proceso de recuperación.

Además, la vulnerabilidad interpersonal puede afectar las relaciones y la dinámica familiar durante y después de los desastres naturales. Las tensiones familiares, la pérdida de seres queridos y los cambios en las circunstancias de vida pueden aumentar el estrés y la tensión dentro de las familias, lo que afecta la capacidad de recuperación y adaptación (Samper, 2016).

La resiliencia, la capacidad de resistir, adaptarse y recuperarse de situaciones adversas, es un componente crucial en la comprensión de la vulnerabilidad. Promover la resiliencia puede ayudar a reducir la vulnerabilidad y fortalecer la capacidad de afrontamiento de las personas y comunidades frente a los desafíos que enfrentan.

Es fundamental comprender que la resiliencia y la vulnerabilidad no son estados estáticos; más bien, constituyen un ciclo continuo en el cual una persona puede experimentar momentos en los que se siente más resiliente, es decir, capaz de superar adversidades y adaptarse positivamente a los desafíos, mientras que en otros momentos puede sentirse más vulnerable, es decir, más propensa a sufrir los impactos negativos de las circunstancias difíciles (Noriega, Angulo y Angulo, 2015).

La psicología de la resiliencia se centra en ayudar a las personas a desarrollar habilidades y estrategias para fortalecer su capacidad de afrontamiento ante la adversidad, incluyendo los desastres naturales; esto se logra a través de la educación, el apoyo emocional, la terapia y la promoción de la autocompasión (Salanova y Llorens, 2016).

En otras palabras, la resiliencia y la vulnerabilidad son dos facetas de la misma moneda en el contexto de un desastre natural. Mientras que la resiliencia representa la habilidad para recuperarse y adaptarse de manera positiva, la vulnerabilidad refleja los obstáculos que pueden dificultar este proceso. Comprender estos conceptos es esencial para abordar las necesidades emocionales y psicológicas de las personas afectadas por desastres naturales, así como para proporcionarles el apoyo adecuado en su proceso de recuperación.

Entre los factores que pueden influir, se encuentran la capacidad de resiliencia, las redes de apoyo social, las habilidades de afrontamiento, como la expresión emocional, la búsqueda de apoyo social, y el tener un sentido de propósito y significado en la vida (Salanova y Llorens, 2016). Este último aspecto puede relacionarse con el siguiente concepto de "creencias", ya que los rituales y la enseñanza de la religiosidad a menudo se centran en ayudar a las personas a encontrar sentido en sus vidas.

Creencias y Prácticas Religiosas

En esta categoría se analiza el papel de las creencias religiosas en la resiliencia y recuperación tras desastres naturales, examinando cómo estas creencias moldean las respuestas emocionales y los mecanismos de afrontamiento en las comunidades afectadas. El objetivo es identificar cómo dichas creencias pueden influir en la superación de la adversidad y, a partir de ello, desarrollar intervenciones de apoyo que sean culturalmente sensibles y adecuadas a las necesidades específicas de la población impactada.

En psicología, el término "creencias" se refiere a las ideas, convicciones o juicios que una persona tiene sobre el mundo, sobre sí misma y sobre los demás. Estas creencias pueden influir en cómo se percibe y entiende el mundo que nos rodea, así como en las actitudes, comportamientos y emociones de cada individuo (Díez, 2017).

Desde una perspectiva psicológica, el individuo se concibe como una potencia que se moldea a través de su carácter y sus hábitos. En este sentido, podemos definir la creencia como una entidad que permea nuestra existencia, dando forma a nuestras percepciones y acciones. Las creencias son el filtro a través del cual interpretamos la realidad y guían nuestras interacciones con el mundo que nos rodea, siendo los cimientos sobre los cuales construimos nuestra comprensión del entorno y determinan nuestros comportamientos en función de cómo las internalizamos. (Díez, 2017).

Desde la psicología, se puede entender este término desde diferentes componentes, por ejemplo, uno de ellos es la autoconcepción, donde las personas tienen creencias sobre sus

propias capacidades, características y valores personales (Esnaola, Goñil, y Madariaga, 2008). Constituyen otro componente sobre los demás, donde se forman prejuicios y creencias de confiabilidad, intenciones y características de otras personas (Fernández, 2011). Por último, son las creencias sobre el futuro, donde las personas tienen expectativas y predicciones sobre lo que depara el futuro (De la Fuente, 2022). Por último, se encuentran las visiones del mundo, que abarcan creencias sobre la naturaleza de la realidad, la moralidad o la espiritualidad (Mafla, 2013).

Las creencias sobre uno mismo, específicamente el autoconcepto, juega un papel crucial en la resiliencia de las personas frente a los desastres naturales. Aquellos que tienen una fuerte creencia en sus propias capacidades para hacer frente a las adversidades tienen más probabilidades de recuperarse de los impactos emocionales y adaptarse a las nuevas circunstancias después del desastre (Esnaola, Goñil, y Madariaga, 2008).

Por otro lado, las creencias sobre los demás influyen en la percepción de la disponibilidad y la confiabilidad del apoyo social durante y después de los desastres naturales. Las personas que tienen creencias positivas sobre la solidaridad y la ayuda mutua en sus comunidades pueden sentirse más respaldadas y motivadas para enfrentar los desafíos de la adversidad. Mientras que, las personas que no tienen creencias positivas sobre la solidaridad y la ayuda mutua en sus comunidades tienen desconfianza hacia los demás, no buscan ayuda en los demás, y pueden presentar aislamiento social (Fernández, 2011).

En cuanto a las creencias sobre el futuro, después de experimentar un desastre natural, las personas pueden enfrentar una gran incertidumbre sobre lo que depara el futuro. Las expectativas y predicciones sobre el futuro pueden estar marcadas por la ansiedad, el miedo y la preocupación sobre la posibilidad de enfrentar nuevos desastres, pérdidas adicionales o dificultades continuas. O también, pueden presentarse creencias sobre el futuro en relación a la esperanza y el optimismo, las personas pueden aferrarse a la creencia de que el futuro puede traer nuevas oportunidades, crecimiento personal y comunidad fortalecida.

Las expectativas sobre el futuro también pueden influir en las acciones y decisiones de las personas en términos de planificación y preparación para futuros eventos adversos. Aquellos que tienen expectativas negativas sobre el futuro pueden ser más propensos a adoptar estrategias de afrontamiento pasivas o evitativas, mientras que aquellos con expectativas más positivas pueden estar más motivados para tomar medidas proactivas para reducir el riesgo y mejorar la resiliencia ante futuros desastres (De la Fuente, 2022)

Por otro lado, las creencias sobre la naturaleza de la realidad y la espiritualidad pueden proporcionar un sentido de significado y propósito en medio de la adversidad. Para muchas

personas, la fe y las creencias espirituales ofrecen un marco de referencia que trasciende las circunstancias materiales y brinda consuelo al enfrentar la pérdida y el sufrimiento causados por los desastres naturales. Estas creencias pueden ayudar a las personas a encontrar significado en sus experiencias y a mantener la esperanza en tiempos difíciles (Mafla, 2013).

Para la presente investigación, específicamente en relación con la religión. Entre las diversas definiciones, la religión se comprende como las prácticas, creencias y símbolos que se llevan a cabo a nivel de comunidad y comparten en común una relación con un Dios (Lévano, 2016). A diferencia de la espiritualidad que se centra en el significado y en el propósito del individuo de manera personal, creando también experiencias de conexión con lo trascendente, lo sagrado o el universo además de incluir los valores personales y el desarrollo personal.

Según Patricio (2017), las creencias desempeñan un papel crucial en la cohesión social, ya que proporcionan un marco compartido de referencia que une a los individuos dentro de una comunidad o sociedad. Estrada (2000) sostiene que la religión surge como respuesta a una necesidad social, la cual se manifiesta a través de la identidad colectiva, el sentido de comunidad, la transmisión de tradiciones y la observancia de rituales en momentos significativos de la vida de los individuos.

La noción de creencia adquiere una relevancia significativa en el día a día de la sociedad contemporánea; se manifiesta en la búsqueda de lo sagrado y en el otorgamiento de sentido a las experiencias, tanto a nivel individual como colectivo. Además, sirve como un elemento crucial en la dinámica de las relaciones sociales (Ameigeiras, 2008).

Las creencias religiosas tienen la capacidad de guiar la visión de la vida, trascendiendo las limitaciones humanas; ellas transforman las dificultades y otorgan significado a las experiencias, permitiendo que la esperanza haga posible lo que aparenta ser imposible. Asimismo, estas creencias influyen en los comportamientos cotidianos, contribuyendo a la interacción social y a la preservación de tradiciones (Ameigeiras, 2008).

La religiosidad contribuye a la construcción de una moralidad y un sentido de vida, ofreciendo respuestas y consuelo frente a las adversidades que enfrentan las personas. Este apoyo esencial tiene un impacto positivo en su motivación, emociones y salud tanto física como mental. Las comunidades religiosas funcionan como sistemas de apoyo emocional, abordando la relación entre cuerpo y mente de manera integral. Prácticas como la oración, los momentos de desconexión y meditación, entre otras, contribuyen significativamente al bienestar general (Riaño y Torres, 2023).

La psicología considera la participación religiosa como un punto de referencia en la búsqueda de respuestas sobre la propia vida y cómo afrontar lo que acontece, encaminándola

hacia una mayor proximidad con lo divino (Quiceno y Vinaccia, 2009). Cuando los creyentes meditan o rezan, experimentan una sensación de satisfacción y efectividad personal (Echavarría, 2018).

Según Palacio (2020), la religiosidad mejora la autoestima y fomenta una visión positiva de la vida, además de estar relacionada con la reducción de la sintomatología depresiva puesto que, al participar en dichas organizaciones religiosas puede llegar a proteger la salud mental por la influencia que tiene en el modo de vida, los lazos sociales que se crean previenen la soledad o reacciona como un mecanismo de defensa contra el estrés. Figuras destacadas como Allport y Fromm consideraban la religiosidad como un elemento constitutivo de la vida que permea los aspectos psicológicos.

No obstante, muchos psicólogos, siguiendo el ejemplo de Freud, ignoraron los fenómenos religiosos, considerándolos más bien como patológicos y vinculados a funciones psicológicas, sociales y biológicas más básicas, en lugar de abordarlos desde una perspectiva científica (Lévano, 2016).

Pargament (1997; citado por Quiceno y Vinaccia, 2009) propone un modelo de afrontamiento conocido como "coping religioso", que implica el uso de creencias y prácticas religiosas para prevenir o mitigar aspectos negativos derivados de eventos estresantes. Este enfoque ofrece herramientas para hacer frente a los problemas de manera más efectiva y llevarlos a una resolución satisfactoria. Pargament identifica tres estilos de afrontamiento: el autodirigido, en el cual las personas confían en sí mismas más que en Dios para resolver sus problemas; el estilo evitativo, en el que dejan todo en manos de Dios sin intervenir activamente desde su propia perspectiva; y el estilo colaborativo, que implica una asociación de trabajo entre la persona y Dios para abordar los desafíos de manera conjunta y efectiva. Estos estilos de afrontamiento se relacionan con diferentes competencias, como el control personal, la resolución de problemas y la autoestima.

La religiosidad se presenta como un factor protector que puede contribuir al bienestar mental de algunas personas al servir como un mecanismo de control de conductas y pensamientos, así mismo el individuo podrá llegar a tener un desarrollo en relación con el sentido de resiliencia, de esta manera también, guía las decisiones del individuo según las creencias religiosas. Además, la religión también puede influir en la capacidad para hacer frente a sucesos traumáticos, al funcionar como un mecanismo resiliente que promueve el autocuidado, fortalece el autoconcepto y facilita la adaptación (Palacio, 2020).

Según Ledesma et al. (2014), en diversas comunidades de países como México, Brasil, Chile, Colombia y muchos otros, se ha incrementado la investigación acerca de la vida

espiritual y su relación con la resiliencia, la felicidad y el bienestar psicológico. La religiosidad se considera un recurso adaptativo para enfrentar los desafíos cotidianos, haciendo más llevadera la vida dependiendo del significado que se le atribuya. Este significado está en constante búsqueda, ya que las personas anhelan comprender su existencia y, por lo tanto, se involucran en actividades que les otorgan sentido, bienestar y armonía consigo mismas.

Ante este panorama, es factible afirmar que hay un porcentaje de la población mundial que cree en algún ser trascendente o superior al ser humano. Esta creencia en lo trascendente se manifiesta como una tradición transmitida de generación en generación, arraigándose como un sentido de vida, identidad y orientación sobre la propia existencia. Un ejemplo de esta tendencia se observa en Sudamérica, una región caracterizada por la pluralidad de expresiones religiosas, aunque con una marcada predominancia del catolicismo, lo que la ha llevado a ser denominada "la reserva mundial del catolicismo" (Ledesma et al., 2014)

Asimismo, las creencias religiosas se consideran como el prisma a través del cual se percibe la realidad. Por lo tanto, es crucial comprender cómo estas diferentes expresiones religiosas moldean la comprensión de cada individuo sobre su entorno (Morello et al., 2023).

En cuanto a la diversidad religiosa en Colombia, en el año 2019 se llevó a cabo una encuesta que incluyó a 11,034 ciudadanos colombianos. Los resultados revelaron que el catolicismo sigue siendo predominante, con un 57.2% de los encuestados identificándose como católicos. Además, la encuesta señaló que la religión desempeña un papel importante en la vida de los ciudadanos, aunque esta importancia tiende a disminuir de manera significativa a medida que aumenta el estrato socioeconómico (Beltrán y Larotta, 2020).

Es relevante destacar que la educación religiosa se considera una parte integral de la formación de las personas en el ámbito escolar. Se percibe como un valor fundamental en la visión holística del individuo y la comprensión de la realidad circundante. Esta visión reconoce el pluralismo religioso, que ha sido impulsado por la globalización, y resalta a Colombia como un país pluricultural y multilingüe, gracias a la presencia de etnias indígenas, la población afrocolombiana y el pueblo gitano en su territorio. En este contexto, desde el ámbito educativo se desarrollan procesos de formación que contribuyen a enriquecer la dimensión cultural y espiritual de la sociedad colombiana (Cabrera y Torres, 2020).

En el contexto específico del sector de Naranjal en la vía Bogotá - Villavicencio, la diversidad religiosa puede ser un aspecto significativo a considerar en relación con la resiliencia y las creencias religiosas después de un desastre natural. Aunque los datos específicos sobre la composición religiosa de esta población pueden no estar disponibles, se puede inferir que, dada la tendencia nacional, es probable que exista una presencia significativa

del catolicismo, así como de otras tradiciones religiosas como el cristianismo evangélico y el protestantismo.

Por lo tanto, comprender la diversidad religiosa en el sector de Naranjal y cómo esta se relaciona con las experiencias de desastres naturales es fundamental para desarrollar intervenciones efectivas de apoyo y recuperación. Reconocer el papel de la religión en la vida de la comunidad puede ayudar a identificar recursos de resiliencia y promover estrategias de apoyo que sean culturalmente sensibles y relevantes para las necesidades de la población afectada.

Marco Multidisciplinar

El presente estudio adopta un enfoque multidisciplinario para comprender las complejas interacciones entre resiliencia, vulnerabilidad y creencias religiosas en el contexto de desastres naturales. Para abordar la categoría de resiliencia, se explorará desde la perspectiva de la sociología, analizando cómo las estructuras sociales y los factores culturales influyen en la capacidad de adaptación de las comunidades afectadas.

Respecto a la categoría de vulnerabilidad, se examinará desde la disciplina de sociología, considerando cómo los aspectos sociales y económicos aumentan la susceptibilidad de la población a los efectos devastadores de los desastres naturales. Finalmente, en relación con las creencias y prácticas religiosas, se analizarán desde la disciplina de antropología, explorando cómo estas influyen en la resiliencia emocional y espiritual de las personas frente a situaciones de crisis.

Este enfoque multidisciplinario permitirá una comprensión más completa y holística de los factores que influyen en la capacidad de recuperación y adaptación de las comunidades afectadas por desastres naturales.

Resiliencia

En el ámbito de la sociología, se aborda la resiliencia como la capacidad tanto de individuos como de comunidades para enfrentar y superar adversidades. Esta perspectiva investiga cómo diversos factores sociales, económicos y culturales pueden influir en la promoción o el obstáculo de la resiliencia (García, Soler, Mirabal y Agüero, 2022).

La sociología examina la resiliencia desde la perspectiva de los sistemas sociales y los factores sociales que influyen en la capacidad de las personas y grupos para adaptarse y recuperarse frente a la adversidad (Serrano, Martín, y Castro, 2019).

Las redes sociales y el capital social, que se refiere a los recursos disponibles a través de las conexiones y relaciones sociales, también son importantes para la resiliencia. Tener una red social sólida y conexiones comunitarias puede proporcionar a las personas acceso a recursos tangibles e intangibles que facilitan la adaptación y la recuperación (Serrano, Martín, y Castro, 2019). Por ejemplo, pertenecer a una comunidad solidaria puede aumentar la capacidad de las personas para superar la adversidad al ofrecerles apoyo emocional, información útil y oportunidades de colaboración.

Las comunidades con altos niveles de capital social tienden a estar mejor preparadas para enfrentar y recuperarse de los desastres naturales, ya que cuentan con una red de apoyo robusta y recursos compartidos para hacer frente a la adversidad recuperación (Serrano, Martín, y Castro, 2019).

Desde la sociología se expone que la resiliencia se experimenta y se practica de manera distinta en diferentes contextos culturales y sociales; lo que se considera como un comportamiento resiliente en una cultura puede no ser percibido de la misma manera en otra. (López, y Limón, 2017). Por ejemplo, en algunas culturas, la resiliencia puede estar estrechamente ligada a la resistencia y la fortaleza individual, mientras que en otras puede enfatizarse más la importancia de la comunidad y el apoyo social.

En algunas culturas, la fe y la religión pueden servir como fuentes principales de consuelo, esperanza y fortaleza durante tiempos de crisis, brindando un marco de significado y propósito que ayuda a las personas a sobrellevar la adversidad. Mientras que, en otras culturas, la religión puede ser percibida más como una parte de la historia y la tradición cultural que como una fuerza espiritual activa en la vida de las personas.

Vulnerabilidad

El término "vulnerabilidad", desde la sociología, se refiere a la susceptibilidad o exposición a sufrir daños, perjuicios o riesgos, ya sean físicos, psicológicos, sociales o económicos; este concepto es multidimensional y abarca diferentes aspectos de la vida humana y la sociedad (Aristegui, Beloki, Díez, y Silvestre, 2017).

Una de las dimensiones principales de la vulnerabilidad es la social, la cual está estrechamente ligada a las desigualdades socioeconómicas y la falta de acceso a recursos

básicos como alimentación, vivienda, salud y educación, así como a la discriminación y la exclusión social (Aristegui, Beloki, Díez, y Silvestre, 2017).

En el contexto de la presente investigación, las personas en situación de vulnerabilidad social suelen estar ubicadas en áreas de alto riesgo de desastres naturales debido a la falta de recursos para elegir viviendas más seguras o para trasladarse a zonas menos vulnerables. Por ejemplo, pueden residir en áreas propensas a inundaciones, y deslizamientos de tierra debido a la falta de acceso a viviendas seguras en áreas más seguras.

Otra dimensión es la vulnerabilidad ambiental, que se refiere a la exposición de personas, comunidades o ecosistemas a los impactos negativos del medio ambiente, como desastres naturales, degradación del entorno y cambio climático (Gómez, 2001). Asimismo, la vulnerabilidad en salud es otra dimensión relevante, que está relacionada con la susceptibilidad a enfermedades físicas o mentales, así como a la falta de acceso a atención médica adecuada, medicamentos y condiciones ambientales saludables (Estrada, et al., 2021).

En el marco de la presente investigación, la vulnerabilidad de salud puede influir en el acceso de las personas a servicios de salud durante y después de los desastres naturales; las personas con recursos limitados pueden enfrentar barreras para acceder a atención médica, medicamentos, servicios de salud mental y otros recursos necesarios para recuperarse de las lesiones y enfermedades relacionadas con el desastre (Estrada, et al., 2021).

Estas dimensiones de la vulnerabilidad están determinadas por una serie de factores, incluidos los determinantes sociales, ambientales, económicos y de salud. Inequidades socioeconómicas, marginalización, exclusión social, cambio climático, desigualdades de ingresos, falta de acceso a servicios de salud y estilo de vida (Aristegui, Beloki, Díez, y Silvestre, 2017).

Creencias y prácticas religiosas

Las creencias y prácticas religiosas se consideran parte de la estructura social y cultural que pueden moldear la percepción y respuesta de las personas ante situaciones de vulnerabilidad. Además, las comunidades religiosas suelen desempeñar un papel significativo en la formación de redes de apoyo social que contribuyen a fortalecer la resiliencia (González, 2004).

La antropología, mediante la etnografía de comunidades y grupos religiosos, explora cómo estos grupos emplean sus creencias y prácticas religiosas como recursos de resiliencia ante situaciones de vulnerabilidad. La antropología estudia los rituales religiosos y los símbolos

culturales para comprender cómo se emplean para dar significado a la adversidad y fomentar la resiliencia (Camarena y Tunal, 2009).

Estos rituales y símbolos no solo tienen un significado literal, sino que también están cargados de significados simbólicos más profundos que pueden ayudar a las personas a encontrar sentido y propósito en tiempos de adversidad (González, 2004). Por ejemplo, un ritual de purificación puede representar la limpieza espiritual y la renovación después de enfrentar una crisis o dificultad.

Los rituales religiosos y los símbolos culturales pueden desempeñar una función importante en el procesamiento emocional de la adversidad. Estas prácticas brindan a las personas un espacio ritualizado para expresar y canalizar emociones como el dolor, la tristeza, el miedo o la angustia (Ceriani, 2013). Por ejemplo, participar en las ceremonias funerarias en las iglesias puede ayudar a las personas a enfrentar la pérdida y a encontrar consuelo tanto en la comunidad como en sus creencias espirituales.

La antropología también examina cómo los rituales religiosos y los símbolos culturales pueden ayudar a las personas a encontrar significado y propósito en experiencias de cambio y transformación. Estas prácticas ofrecen un marco narrativo que permite a las personas reinterpretar la adversidad como parte de un proceso más amplio de crecimiento personal, renovación espiritual o transformación cultural (Homobono, 2004). Por ejemplo, las narrativas sobre la vida eterna y el paraíso pueden marcar la transición de una etapa de la vida a otra, ofreciendo esperanza y orientación en momentos de incertidumbre y cambio.

Marco Normativo Legal

Colombia cuenta con un marco legal sólido y diversificado que aborda aspectos fundamentales como la libertad religiosa, la gestión del riesgo de desastres y la protección de los derechos de las víctimas del conflicto armado. Estas leyes y regulaciones reflejan el compromiso del país con la protección de los derechos humanos, la igualdad de trato y la atención a situaciones de emergencia, lo que contribuye a una mayor comprensión del tema. A continuación, se presentan las disposiciones legales más relevantes en este contexto:

Constitución Política de Colombia (1991): El artículo 19 de esta constitución garantiza la libertad de conciencia y de cultos. Ninguna persona puede ser perturbada debido a sus convicciones o creencias, ni obligada a revelarlas o a actuar en contra de su propia conciencia (Ministerio del Interior, 2022).

Ley Estatutaria 133 de 1994: Esta normativa regula la libertad religiosa y de cultos en Colombia, estableciendo que el Estado tiene la responsabilidad de garantizar este derecho fundamental. Además, especifica que la interpretación de este derecho debe estar alineada con los tratados internacionales de derechos humanos ratificados por Colombia (Sistema único de información normativa, 2022).

Ley 1523 de 2012: Adopta la Política Nacional de Gestión del Riesgo de Desastres en Colombia. Esta ley se basa en principios fundamentales que incluyen la prevención, precaución, atención y recuperación. Asimismo, la gestión del riesgo de desastres se rige por valores como los derechos humanos, la equidad, la solidaridad, la participación ciudadana, entre otros (Sistema único de información normativa, 2022).

Ley 361 de 1997: Tiene como objetivo principal establecer mecanismos de integración social para las personas con discapacidades, garantizando su derecho a la libertad de conciencia, religión y cultos, sin discriminación de ningún tipo (Función Pública, 1994).

Ley 1482 de 2011: Se enfoca en brindar medidas integrales de protección a la población desplazada por el conflicto armado interno en Colombia. Afirma el derecho a la libertad de conciencia, religión y cultos, sin discriminación (Ministerio del Interior, 2022).

Decreto 1088 de 1993: Reglamenta la Ley 133 de 1994 en relación con el reconocimiento de personerías jurídicas a las iglesias y confesiones religiosas en Colombia, reforzando la garantía del derecho a la libertad religiosa y de cultos, de acuerdo con los tratados internacionales de derechos humanos (Ministerio del Interior, 2022).

Ley 1753 de 2015: Regula el derecho fundamental a la salud en Colombia, asegurando la libertad de conciencia y religión de los usuarios del sistema de salud, sin afectar la obligación del Estado de garantizar servicios de salud de calidad (Ministerio del Interior, 2022).

Ley 1448 de 2011: Brinda medidas integrales de atención, asistencia y reparación a las víctimas del conflicto armado interno, reafirmando el derecho a la libertad de conciencia, religión y cultos, sin discriminación (Ministerio del Interior, 2022).

Decreto 919 de 1989: Reglamenta el servicio de protección civil en Colombia, cuyo propósito es la prevención, atención y recuperación de poblaciones y recursos afectados por desastres (Ministerio del Interior, 2022).

Ley 1757 de 2015: Garantiza el derecho a la participación de las víctimas en el proceso de paz en Colombia, reconociendo su importancia en la construcción de la paz en el país (Ministerio del Interior, 2022).

Consideraciones éticas

El presente trabajo de grado se fundamenta en el artículo 15 de la Constitución Política de Colombia, en el cual se establece la Ley 1581 del 2012, específicamente el "sistema de protección de datos". Según esta normativa, la información de datos personales proporcionada por los participantes será protegida durante todo el período de la investigación, incluyendo la recolección, almacenamiento, uso y circulación de dichos datos. Por consiguiente, esta información no será divulgada por ningún medio y se utilizará únicamente para los fines de la presente investigación. Además, es importante destacar que el estudio se adhiere a los cuatro principios básicos de bioética: autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia.

Durante el ejercicio investigativo, es esencial considerar la Ley 1090 de 2006, la cual establece las normativas que regulan y determinan los parámetros éticos y profesionales de la psicología en Colombia. En su artículo 1, se define la profesión como una ciencia dedicada a la investigación y un oficio enfocado en el estudio de diversos procesos del desarrollo humano, incluyendo los aspectos cognitivos, emocionales y sociales. Asimismo, esta ley delimita el ámbito de actuación de los psicólogos en diversos contextos sociales, como la salud, el ámbito laboral y los entornos educativos, que son relevantes para el presente ejercicio investigativo.

Esto implica obtener el consentimiento informado de los participantes, proteger su confidencialidad y privacidad, y garantizar que la investigación se realice de manera ética y responsable, y evitar cualquier forma de sesgo o manipulación en la interpretación de los datos. Por otro lado, el riesgo asociado a la investigación es mínimo. Los participantes dedicarán tiempo personal a la investigación, que de otro modo podrían estar utilizando en sus actividades o trabajo. Además, la incertidumbre sobre los resultados puede generar un grado mínimo de aprehensión entre los participantes. Otro riesgo a considerar es la posible sobrecarga emocional al recordar eventos, momentos o situaciones que les afectan en el presente. Para abordar este riesgo, el psicólogo investigador proporcionará herramientas y apoyo para ayudar a los participantes a manejar sus emociones y mitigar cualquier impacto negativo.

En el artículo 49 de la Ley 1090 del 2006, se establece la regulación específica para los psicólogos, donde se dicta el código deontológico y bioético. En consecuencia, se indica que los profesionales en psicología a cargo de la investigación deben velar por la adecuada metodología empleada, así como por el análisis de las conclusiones y resultados obtenidos. Además, se enfatiza en la correcta divulgación y difusión de los hallazgos, haciendo especial hincapié en los aspectos éticos.

La misma ley, en el capítulo VII, artículo 50, establece los lineamientos que guían a los psicólogos en los procesos de investigación científica, donde se deben considerar aspectos integrales de las personas como la ética, la dignidad y el bienestar individual. Es crucial destacar el artículo 56, el cual enfatiza el derecho a la propiedad intelectual de las investigaciones realizadas de manera individual o conjunta. Este artículo pone énfasis en los derechos de autor en Colombia y establece la divulgación y publicación de la investigación con el consentimiento adecuado de los autores (Congreso de la República de Colombia, 2006).

El Código de Nuremberg (Tribunal Internacional de Nuremberg, 1946) establece que la participación del individuo en la investigación debe ser voluntaria y que este debe contar con salud física y psicológica para participar en la misma. Además, se le debe informar al individuo todos los detalles relacionados con la investigación para que comprenda el propósito de su participación. El código también promueve la promoción y preservación de los principios básicos que protejan los conceptos morales, éticos y legales. En consonancia con esto, se señala que la investigación tiene como objetivo beneficiar a la sociedad en su conjunto. Es importante destacar que se cumplen con los parámetros establecidos para llevar a cabo la investigación, y se tienen en cuenta las directrices para la convocatoria y participación de los sujetos involucrados.

Antecedentes Investigativos

Con el tiempo, se han realizado estudios e investigaciones que han iluminado la comprensión de la resiliencia y cómo los factores psicológicos y sociales pueden influir en la capacidad de las personas para superar situaciones traumáticas. Para comprender mejor esta relación, es esencial tener en cuenta investigaciones previas que han analizado la intersección entre la resiliencia, las creencias religiosas y las prácticas espirituales (Orozco y Díaz, 2018)

Al examinar los antecedentes de investigación, se busca identificar brechas de conocimiento, establecer conexiones con la literatura existente y proporcionar un fundamento sólido para el estudio actual. Esto ayudará a contextualizar y justificar la relevancia y la originalidad de la presente investigación en el campo de estudio correspondiente (Orozco y Díaz, 2018)

En un estudio realizado por Parra y Reyes (2020) sobre " El duelo complicado y su relación con la resiliencia y la esperanza en religiosos practicantes ", se comparó el duelo entre budistas, evangelistas y un grupo de control no religioso. Se reclutaron muestras de 50 budistas, 50 evangelistas y 100 no religiosos. Los resultados indican que los budistas muestran menos dificultades para enfrentar el duelo que los evangelistas, y ambos grupos religiosos experimentan menos duelo complicado que el grupo no religioso. Esto sugiere que la práctica religiosa puede ayudar en el afrontamiento del dolor por la pérdida, al creer en una vida después de la muerte o en un acompañamiento espiritual del fallecido. Los budistas también exhibieron mayor resiliencia y sentimientos positivos, como la esperanza, con una correlación negativa respecto al duelo. En cuanto a la relación entre duelo, esperanza y resiliencia, el grupo de control demostró una mayor resiliencia y esperanza, posiblemente debido a una percepción de espiritualidad no religiosa, que está relacionada con la capacidad de resiliencia y la esperanza, aunque no necesariamente con la pérdida de un ser querido.

Este estudio proporciona una contribución valiosa a la investigación al destacar la influencia de la religión y la espiritualidad en la manera en que las personas afrontan el duelo y cómo estas creencias pueden impactar en su resiliencia y esperanza. Estos hallazgos subrayan la importancia de considerar la dimensión espiritual en la atención a personas que han experimentado pérdidas significativas, lo que puede tener implicaciones importantes para la práctica clínica y la ayuda a comunidades afectadas por desastres naturales (Parra y Reyes, 2020).

Otro estudio, es el de Calle y Arcila (2020), titulado "Religiosidad y cerebro: Las funciones neuropsicológicas en personas creyentes", se adentra en el campo de la

neuropsicología de la religión. Esta perspectiva científica tiene como objetivo entender de manera objetiva y científica el fenómeno religioso y su impacto en la mente humana. La investigación ofrece una reflexión importante que resalta la estrecha relación entre la práctica religiosa y su influencia en la salud mental, así como en el desarrollo de funciones neuropsicológicas en las personas. Este estudio adquiere relevancia especial en vista de los avances contemporáneos en neurociencia cognitiva y antropobiología. La exploración de la interacción entre la religiosidad y el cerebro sirve como un puente entre dos campos aparentemente distintos: la espiritualidad y la neurociencia. Los hallazgos en esta área proporcionan una comprensión más clara de cómo la práctica religiosa puede afectar procesos neuropsicológicos, incluyendo la cognición, la emoción y la percepción (Calle y Arcila, 2020).

El estudio "Religión y espiritualidad en el ajuste al duelo" realizado por Lorenzo (2020) revisa la influencia de la religión y la espiritualidad en el proceso de afrontamiento del duelo. Los resultados de esta revisión, obtenidos de bases de datos seleccionadas, indican una relación positiva entre la religión y la espiritualidad con el ajuste ante la pérdida. Sin embargo, se destaca que la naturaleza de la pérdida, especialmente en casos de muerte traumática o inesperada, puede obstaculizar el uso efectivo de estrategias religiosas o espirituales, afectando la adaptación al duelo. Este hallazgo subraya la importancia de considerar las circunstancias específicas de la pérdida al analizar la influencia de la religión y la espiritualidad en el afrontamiento del duelo (Lorenzo, 2020).

El estudio "La influencia de las creencias y las prácticas religiosas/espirituales en el afrontamiento de pérdidas por muerte de un ser querido" de Yoffe (2012) explora cómo las creencias y prácticas religiosas/espirituales afectan el duelo por la pérdida de un ser querido. Destaca por su enfoque de entrevistas profundas, donde analiza las estrategias utilizadas por individuos religiosos y no religiosos para afrontar el duelo. Examina cómo estas estrategias afectan el bienestar emocional, comparando con estados de desasosiego y malestar. Este estudio contribuye al entendimiento de la religión y la espiritualidad en el duelo, proporcionando información valiosa sobre la recuperación tras la pérdida. Al comparar las estrategias, revela efectos en el bienestar (Yoffe, 2012).

Desde el punto de vista de la relevancia social, esta investigación puede proporcionar a los profesionales de la salud herramientas útiles para trabajar con personas que están atravesando el duelo por la pérdida de un ser querido. En particular, podría ayudar a los psicoterapeutas y asesores de duelo a comprender y respetar mejor la dimensión espiritual y religiosa de los individuos religiosos, lo que podría llevar a una terapia más efectiva y menos dolorosa. Además, los participantes pueden ser religiosos o no religiosos, permitiendo una

comparación interesante de las estrategias utilizadas y sus efectos en el proceso de duelo. Estos hallazgos tienen una gran relevancia para la investigación, ya que enriquece la comprensión de cómo las creencias religiosas y las prácticas espirituales pueden influir en la resiliencia de las personas que han enfrentado desastres naturales y pérdidas traumáticas (Yoffe, 2012).

Por otra parte, otro estudio titulado “Mitos, creencias, actitudes y prácticas que giran en torno a los desastres naturales en los pobladores del Caserío Paquisic del Municipio de Santa Catarina Ixtahuacán, Departamento de Sololá” realizado por Coy (2014), se enfoca en un área geográfica propensa a desastres naturales y busca comprender la experiencia de los pobladores ante tales eventos. El Caserío Paquisic, ubicado en el Municipio de Santa Catarina Ixtahuacán, ha sido testigo de diversos desastres naturales a lo largo de su historia. Estos eventos incluyen terremotos, deslizamientos de tierra, inundaciones y otros fenómenos geológicos y climáticos. Los habitantes de esta región han enfrentado desafíos significativos en términos de seguridad, vivienda, y bienestar emocional debido a la recurrencia de estos desastres. El estudio busca comprender cómo han afrontado los pobladores estos desastres, recopilando datos cualitativos y cuantitativos sobre sus percepciones, estrategias de afrontamiento, resiliencia y necesidades específicas. (Coy, 2014).

Este estudio podría tener implicaciones importantes para la gestión de desastres, la planificación de emergencias y la asistencia humanitaria en áreas propensas a desastres naturales, al proporcionar información valiosa sobre las experiencias y necesidades de la comunidad local. Además, podría contribuir al desarrollo de estrategias efectivas para reducir el impacto de los desastres y mejorar la resiliencia de la población (Coy, 2014).

Otro estudio, es el realizado por Martin (2012) titulado “Resiliencia y espiritualidad en situaciones de crisis familiar” tiene como objetivo principal explorar y difundir las experiencias y descubrimientos en el campo de la espiritualidad y la resiliencia, y cómo estos conceptos están generando nuevos enfoques tanto en la práctica clínica como en las ciencias sociales. Este estudio destaca la relevancia de la espiritualidad y la resiliencia como recursos significativos para mejorar los procesos de intervención terapéutica, así como para la prevención y promoción del bienestar. Se reconoce que la aplicabilidad de estos conceptos es multidisciplinaria, ya que busca fomentar el crecimiento constructivo de los individuos al reconocer sus fortalezas y recursos personales como elementos fundamentales para el cambio y el bienestar (Martin, 2012).

Desde una perspectiva positiva, el estudio enfatiza el sistema de creencias personales como una estructura interpretativa que permite a las personas responder de manera positiva y resiliente ante eventos adversos. Se diferencia la espiritualidad de una mera práctica religiosa,

ya que implica la búsqueda de sentido y trascendencia en lugar de placer o poder hedonista. La investigación aboga por cambiar el enfoque de la investigación, alejándose de la visión patológica y centrada en el déficit, y adoptando una perspectiva más positiva y esperanzadora sobre la capacidad del ser humano para aprender y desarrollar habilidades que le permitan mantener el equilibrio y la evolución. La resiliencia y la espiritualidad se presentan como fuentes de inspiración que potencian la capacidad de afrontamiento y enriquecen los procesos de aprendizaje personal, la alegría, la generosidad, la solidaridad, la serenidad y el optimismo (Martin, 2012).

En el estudio de González (2023) sobre la " Trayectoria de Vida y su Impacto en el Desarrollo Comunitario en Víctimas Sobrevivientes del Fenómeno Natural en Armero (Tolima-Colombia), Residentes en Bogotá, D.C., Asociados a FedeArmero - 2022" se busca comprender los cambios sociales surgidos a partir de los procesos comunitarios tras el desastre. El objetivo principal es identificar los factores individuales y comunitarios que permitieron afrontar la situación de desastre. Según los relatos recopilados, se destaca el papel crucial de las creencias surgidas durante el duelo, así como la importancia de los lazos emocionales y la espiritualidad como elementos protectores y de reducción de tensiones sociales; esto facilitó que las comunidades colaboraran en busca del bienestar colectivo.

En su investigación "La Religiosidad como Pilar Fundamental en la Salud Humana", Riaño y Torres (2023) exploraron la relación entre la religiosidad y la salud humana, abordando tanto el bienestar físico como el mental. Los resultados revelaron una correlación positiva entre la religiosidad y diversos aspectos del bienestar, como niveles reducidos de depresión, ansiedad y estrés, así como un aumento en la resiliencia emocional y el bienestar general. Además, destacaron la influencia positiva de la religiosidad en la adopción de estilos de vida saludables. Las prácticas religiosas se definieron como elementos protectores frente a enfermedades físicas, desafíos personales y adversidades, brindando apoyo en momentos difíciles.

Otro estudio titulado "Factores Culturales para la Resiliencia Post Desastre en Penaba, Santiago Atitlán, Sololá" por Puac (2018) tiene como objetivo principal identificar los factores culturales que contribuyen a la resiliencia en la comunidad de Penaba, Santiago Atitlán, después de un desastre natural. Para alcanzar este objetivo, se consultaron a 20 líderes comunitarios y actores clave, representantes de asociaciones locales, COCODE (Consejo Comunitario de Desarrollo), jóvenes, mujeres y representantes de instituciones. El estudio utilizó tanto entrevistas como grupos focales, con 10 sujetos para cada método (Puac, 2018).

El estudio resalta la importancia de los elementos mágico-religiosos en comunidades ancestrales como Santiago Atitlán, los cuales facilitan la comunicación y comprensión de

mensajes sobre prevención de desastres. Estas poblaciones prestan atención especial a las señales naturales y aspectos culturales en su enfoque hacia la prevención y resiliencia. Gran parte del apoyo psicosocial proviene de la comunidad misma, siendo fundamental para la recuperación mental post-tragedia. Esta dinámica comunitaria debe servir de base para procesos integrales de rehabilitación y reconstrucción. El estudio recomienda que las intervenciones post-desastre estén arraigadas en la cultura local para garantizar su éxito, considerando que la recuperación abarca aspectos psicológicos y espirituales además de los físicos y materiales, con el ser humano como foco central (Puac, 2018).

Además, se sugieren líneas de investigación adicionales, como estudios comparativos entre culturas, la recuperación de conocimientos ancestrales, el rol de los gobiernos municipales y propuestas para mejorar la eficacia de las coordinadoras de reducción de desastres y sistemas de alerta temprana basados en la cultura. Se destaca la integración de la investigación con el compromiso social de las universidades como un paso esencial para abordar la realidad de los desastres en el país (Puac, 2018). Este estudio resalta la importancia de considerar la cultura y la comunidad en las estrategias de resiliencia post desastre, lo cual es relevante para nuestra investigación, ya que proporciona perspectivas valiosas sobre cómo las creencias y prácticas culturales pueden influir en la resiliencia de las personas que han enfrentado desastres naturales.

La investigación titulada “Resiliencia: Impacto positivo en la salud física y mental” (, Magallón y García, 2018) explora el concepto de resiliencia, que se refiere a la capacidad de enfrentar efectivamente situaciones estresantes. Destaca que la resiliencia en salud implica mantener una buena salud incluso en medio de grandes adversidades, y que esta capacidad puede desarrollarse en contextos relacionales y ser adquirida del entorno. Aunque hay menos investigación sobre la relación entre la resiliencia y la salud física en comparación con la salud mental, se resalta que existen numerosos estudios sobre la resiliencia y la salud mental, especialmente en lo que respecta a variables psicológicas y patologías como el estrés, la ansiedad y la depresión.

El estudio titulado “Resiliencia Comunitaria como estrategia de recuperación psicosocial. Un estudio de casos” (Perdomo, 2019) expone el uso de la resiliencia comunitaria como una estrategia para abordar las secuelas del desplazamiento forzado causado por el conflicto armado en Colombia, específicamente en el Tolima. Destaca que el desplazamiento no solo afecta individualmente, sino también tiene implicaciones sociohistóricas y comunitarias. Se resalta la importancia de construir redes sociales y comunitarias para la recuperación de las personas desplazadas. El estudio se centra en promover la resiliencia

comunitaria mediante la promoción del sentido de comunidad, el capital social y las competencias comunitarias. La investigación utiliza un enfoque metodológico mixto y muestra la efectividad del programa en la disminución del trauma psicosocial, la mejora de la salud mental y el fortalecimiento del sentido de comunidad en los participantes”

La investigación titulada “Resiliencia: una aproximación al concepto” (Truffino, 2010) aborda el concepto de resiliencia, que se refiere a la capacidad de recuperarse de situaciones traumáticas y adaptarse positivamente a pesar de las experiencias adversas. Se destaca su importancia como componente crucial de la adaptación psicosocial y su estrecha relación con la salud mental. Se ha incrementado el interés en comprender cómo la personalidad y la neurobiología influyen en la resiliencia. La investigación busca definir los atributos que permiten identificar a las personas que pueden resistir o recuperarse rápidamente de adversidades, así como reconocer estrategias efectivas para potenciar estas capacidades.

El artículo titulado “Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica” (García y Domínguez, 2013) explora el concepto de resiliencia en niños y niñas frente a situaciones adversas, analizando teorías desarrolladas en las últimas tres décadas y clasificando definiciones según su relación con adaptabilidad, capacidad y competencia. Se identifican dos momentos en la evolución teórica, se analizan fundamentos psicológicos, factores de personalidad y temperamento asociados, y se examinan implicaciones prácticas en programas de construcción de resiliencia, resaltando la importancia de entornos como familia, comunidad y Estado. Se destacan elementos comunes en programas de países como Perú, Argentina y Brasil, así como factores protectores en niños y niñas resilientes expuestos a adversidades, como características del temperamento, relaciones familiares y apoyo externo. Se enfatiza que la resiliencia no depende de un solo factor, sino de la combinación de varios para un desarrollo saludable, y se aboga por no establecer una distinción rígida entre factores de riesgo y protección, sino discernir en cada situación.

La investigación titulada “Personalidad ante el trauma en el siglo XXI: Fragilidad y antifragilidad ante el trauma” (Samper, 2016) aborda el trauma psicológico y el estrés postraumático, destacando su relevancia en la literatura científica actual. Se debate sobre el diagnóstico de trastornos mentales relacionados con el trauma, explorando diferencias entre individuos frágiles y vulnerables frente a aquellos más resistentes. Se discuten factores como la herencia, personalidad y trastornos mentales previos que influyen en estas diferencias. Se enfatiza que la vivencia individual del trauma marca la diferencia en la fragilidad. Se destaca la importancia de reconocer estas fragilidades para implementar tratamientos preventivos, especialmente en profesionales expuestos a traumas. Además, se abordan las consecuencias

psicológicas del trauma y se subraya la necesidad de una respuesta psicológica inmediata. Se menciona la tendencia de centrar los tratamientos en personas más frágiles, dejando de lado a quienes necesitan ayuda, pero muestran menos síntomas. Finalmente, se resalta la existencia del síndrome de estrés postraumático, identificando factores de riesgo y moderadores a nivel social, cultural e individual, destacando la importancia de las habilidades y apoyos en la recuperación.

El artículo titulado “Impacto de los terremotos en la salud mental” (Palomares y Campos, 2018) aborda la importancia de prestar atención a la salud mental en la respuesta a los daños causados por sismos, específicamente el sismo del 19 de septiembre de 2017. Aunque se realizaron estrategias iniciales para atender a personas en crisis después del evento, se destaca la necesidad de continuar estos esfuerzos e involucrar a todos los sectores de la población. Se enfatiza que las repercusiones en la salud mental pueden manifestarse hasta meses después del evento, por lo que es crucial evaluar las consecuencias psicológicas y desarrollar un plan de acción integral. Se hace hincapié en la importancia de atender a las poblaciones vulnerables, especialmente los más pobres y postergados socialmente, quienes pueden experimentar mayores consecuencias adversas debido a su mayor vulnerabilidad. Además, se señala que la salud mental históricamente ha recibido poca atención en comparación con otras áreas de la salud, a pesar de que la depresión es una de las principales causas de discapacidad a nivel mundial. Se hace un llamado a proteger y defender la salud mental de la misma manera en que se protegen vidas y propiedades.

El estudio titulado “La religiosidad como pilar fundamental en la salud humana” (Riaño y Torres, 2023) presenta los resultados de una investigación cualitativa que examinó la relación entre la religiosidad y la salud humana, enfocándose en cómo las creencias religiosas influyen en el bienestar físico y mental. A través de entrevistas en profundidad con siete residentes del municipio de Pamplona, se destacó una conexión significativa entre la religiosidad y diversos aspectos de la salud. Se encontró que las personas con fuertes creencias religiosas exhiben mayor resiliencia emocional y una mejor capacidad para hacer frente al estrés. Se identificaron prácticas religiosas específicas, como la oración y la meditación, asociadas con beneficios para la salud, y los participantes con fuerte religiosidad mostraron niveles más bajos de depresión, ansiedad, estrés y prácticas no saludables. Además, presentaron tasas inferiores de morbilidad y mortalidad, destacándose en la recuperación de enfermedades, adicciones y estrés postraumático. Esto sugiere una relación directa entre la religiosidad y fortalezas psicológicas como el perdón y la gratitud, actuando como un sólido pilar protector en la salud mental y física.

La investigación titulada “Acerca de la psicología de la religión y la espiritualidad” (Lévano, 2016) presenta una revisión sistemática de la Psicología de la Religión y Espiritualidad, abordando las definiciones, condiciones y dimensiones de la religión, religiosidad y espiritualidad. Destaca la necesidad de investigaciones continuas en este campo debido al papel crucial que juegan variables como el afrontamiento religioso, la convicción espiritual y el bienestar espiritual en la vida humana. A pesar de los avances en la comunidad científica, se señala que en países latinoamericanos esta área no ha sido investigada de manera satisfactoria y, en algunos casos, ha sido descuidada. El texto resalta la importancia de sumar esfuerzos personales y colectivos para impulsar investigaciones en esta área, dada su relevancia en proporcionar sentido, motivación, posibilidad de trascendencia y armonía consigo mismo, con los demás y especialmente con Dios.

El estudio titulado “Función de la religión en la vida de las personas según la psicología de la religión” (Mafla, 2013) resalta la importancia de la religión en la vida de las personas, señalando que, aunque la ciencia y la técnica proveen conocimiento y bienestar, no pueden suplir la necesidad de sentido, utopía, guía, apoyo y esperanza frente a la adversidad, el dolor y la muerte. Se sostiene que la religión continúa desempeñando un papel fundamental al ofrecer un sentido vital y esperanza en tiempos de incertidumbre. Se menciona que la psicología de la religión ha estudiado esta función desde sus inicios y que es crucial rescatarla para guiar los procesos vitales de las personas en el siglo XXI, especialmente en un contexto donde el sentido y las utopías parecen erosionarse. Además, el texto aborda los prejuicios contra la religión, argumentando que son posturas obsoletas derivadas de tesis filosóficas como las de Ludwig Feuerbach, Karl Marx y Friedrich Nietzsche. Se sugiere que estas críticas se dirigen principalmente hacia las instituciones religiosas hegemónicas y no hacia la religión en su sentido más profundo.

El artículo titulado “La resiliencia en la educación, la escuela y la vida” (Noriega, Angulo, y Angulo, 2015) aborda la importancia creciente del concepto de resiliencia en campos como la psicología, la psicología positiva, la pedagogía y otras disciplinas. Se destaca que la resiliencia ha pasado de ser un tema emergente a convertirse en un tema central en estas áreas de estudio. Se enfatiza la necesidad de reflexionar y teorizar sobre la resiliencia para conceptualizarla y valorarla desde una perspectiva renovada. Se define la resiliencia como la capacidad de las personas para superar los riesgos de la existencia y desarrollar al máximo su potencial. Se sugiere que este proceso puede lograrse a través de mediadores, como la construcción de una Pedagogía preventiva resiliente. En última instancia, se concluye que tanto los docentes como los estudiantes y todas las personas, independientemente de su edad,

necesitan desarrollar resiliencia debido a los desafíos y la adversidad prevalentes en el mundo contemporáneo.

El artículo titulado “The Relationship Between Mental Health and Resilience: A Systematic Review and Meta-Analysis” (Gheshlagh , et al, 2017) describe un estudio que investiga la correlación entre resiliencia y salud mental en estudios nacionales. Se plantea la pregunta sobre por qué algunas personas muestran una adaptación positiva y evitan trastornos de salud mental mientras que otras no. Para ello, se realizaron búsquedas en bases de datos internacionales y nacionales utilizando palabras clave específicas. Se seleccionaron 15 estudios nacionales que cumplieran con los criterios de inclusión. Los resultados del meta-análisis revelaron una correlación positiva entre resiliencia y salud mental en los estudios examinados. Sin embargo, se encontró que esta correlación era menor en la población estudiantil en comparación con otras poblaciones, y también se observaron diferencias geográficas en la correlación, siendo más alta en ciertas áreas y más baja en otras. En conclusión, el estudio sugiere que la resiliencia puede contribuir a mantener y mejorar la salud mental al proporcionar respuestas cognitivas, conductuales y emocionales en situaciones estresantes.

El artículo titulado “Resilience and mental health nursing: An integrative review of international literatura” (Foster, Roche, Delgado, Cuzillo, Giandinoto, and Furness, 2018) aborda la resiliencia en enfermeras de salud mental que trabajan en entornos desafiantes y estresantes. Estos factores estresantes pueden provenir de las relaciones con pacientes, sus familias, el personal, y del entorno y la organización del trabajo. El estrés acumulativo y los desafíos profesionales pueden tener efectos perjudiciales, como el agotamiento y el deterioro de la salud física y mental de las enfermeras. La resiliencia se define como un proceso de adaptación positiva al estrés y la adversidad. La resiliencia se conceptualiza de diversas maneras: como una habilidad individual, una capacidad colectiva, o un proceso interactivo entre la persona y su entorno. La resiliencia se informó con mayor frecuencia como baja-moderada, mostrando correlaciones positivas con la fortaleza, la autoestima, la satisfacción con la vida y el trabajo, y correlaciones negativas con la depresión y el agotamiento. Un programa de resiliencia mejoró la autoeficacia de las enfermeras para enfrentar problemas, regular pensamientos y emociones, y desarrolló su práctica resiliente.

El estudio titulado “A meta-analysis of the trait resilience and mental health” (Hu, Zhang, Wang, 2015) presenta un meta-análisis sobre la relación entre la resiliencia como rasgo y la salud mental, analizando 60 estudios. Se encontró que la resiliencia se correlaciona negativamente con indicadores negativos de salud mental (depresión, ansiedad) y positivamente con indicadores positivos (bienestar, satisfacción con la vida). La edad modera

la relación con indicadores negativos, siendo más fuerte en adultos, mientras que el género muestra que, a mayor porcentaje de participantes masculinos, menor es el tamaño del efecto. Además, la adversidad fortalece la relación entre resiliencia y salud mental en comparación con quienes no enfrentan adversidad.

El artículo titulado “Psycho-social factors associated with mental resilience in the Corona lockdown” (Veer, et al, 2021) examina el impacto de la pandemia de SARS-CoV-2 en la salud mental, destacando su efecto adverso y la escasez de conocimiento sobre los factores protectores. Se centra en la resiliencia, definida como la preservación de la salud mental ante la adversidad. Durante el pico del confinamiento en Europa, se realizó un estudio con 15,970 adultos, buscando comprender la relación entre los factores de resiliencia psicosocial y la resiliencia en la crisis actual. Los resultados confirman que la evaluación positiva está asociada positivamente con la resiliencia. Además, se encontró que este factor mediaba parcialmente la relación entre el apoyo social percibido y la resiliencia, y su asociación con la resiliencia era mediada parcialmente por la capacidad de recuperación del estrés. La capacidad de recuperación del estrés y la evaluación positiva de las consecuencias de la crisis de Corona fueron los factores de resiliencia más fuertes. Estos factores se aplicaron a través de diversas categorías sociodemográficas, sugiriendo que son generales y no específicos de ciertos grupos.

El estudio titulado “Psychological Resilience, Mental Health, and Inhibitory Control Among Youth and Young Adults Under Stress” (Afek, et al, 2021) se centra en la relación entre la resiliencia psicológica, el control inhibitorio (CI), el malestar psicológico y la ansiedad en situaciones de estrés real, específicamente durante el entrenamiento militar inicial. Se examina la hipótesis de que el CI subyace a la resiliencia, evaluando tanto el CI emocional como el no emocional mediante una tarea Go/No-Go en una aplicación móvil. Los resultados muestran una correlación significativa entre la resiliencia psicológica y el CI no emocional, mientras que el malestar psicológico y la ansiedad se correlacionan con el CI emocional. Además, se encuentra que el CI no emocional y el malestar son factores únicos en la predicción del CI emocional. También se observan asociaciones específicas entre el malestar psicológico y el CI emocional en participantes mujeres. Estos hallazgos sugieren mecanismos separados del CI involucrados en la resiliencia y la salud mental, lo que tiene implicaciones importantes para desarrollar intervenciones de resiliencia móvil para individuos enfrentando situaciones estresantes.

Metodología

En coherencia con los supuestos teóricos, epistemológicos y metodológicos referentes a esta investigación, se realiza bajo un enfoque cualitativo. La investigación cualitativa es un enfoque metodológico utilizado para explorar y comprender fenómenos sociales, culturales o psicológicos desde una perspectiva holística y contextualizada. En la investigación cualitativa, se busca comprender los significados, experiencias y percepciones subjetivas de los participantes, así como explorar las relaciones sociales, los procesos culturales y los contextos en los que ocurren los fenómenos estudiados. Este enfoque reconoce la complejidad y la diversidad de las experiencias humanas, y busca capturar esta complejidad mediante la inmersión en el contexto y la interpretación de los datos recopilados (Hernández, Fernández, y Baptista, 2014)

Este enfoque permite abordar el estudio desde una visión que considera cómo los individuos experimentan y perciben los fenómenos presentes en su entorno, desde su subjetividad y en relación con otros.

Es importante la participación de las víctimas para comprender las experiencias que afrontaron en el desastre del Naranjal, su nivel de conciencia respecto a las mismas y su capacidad para identificar las creencias y prácticas religiosas asociadas a la resiliencia. En el caso de la investigación cualitativa, se basa en la representación subjetiva de los sujetos, la cual se construye a partir del análisis y la interpretación de sus experiencias (Hernández, Fernández, y Baptista 2014). Esto significa seguir un riguroso proceso de diseño para obtener estas estructuras semánticas a través del análisis de discursos y datos.

Por consiguiente, se reconoce que un relato depende del participante y se ve influenciado por los de su entorno, ya que está mediado por el significado cultural, social e histórico en el que ha sido construido (Ibáñez, 2002, citado por Pérez, 2002).

Esta metodología propuesta, permite reconocer la subjetividad de los participantes de la presente investigación, ofreciendo un entendimiento de cómo perciben y afrontan las situaciones traumáticas a través de sus creencias religiosas. Al considerar la influencia del contexto cultural, social e histórico en la construcción de sus relatos, se logra una comprensión más completa de cómo las dimensiones espirituales inciden en su capacidad para superar los efectos emocionales de los desastres naturales. Esta metodología proporciona una estrategia profunda y significativa para explorar la relación entre las creencias religiosas y la resiliencia emocional ante los desastres naturales.

Método

La presente investigación se establece desde el método fenomenológico que tiene como objeto “la comprensión de la experiencia vivida en su complejidad” (Fuster, 2019, p. 202). Este enfoque considera la conciencia, la reflexión y la significación respecto a diversos fenómenos y problemáticas, reconociendo que los significados pueden variar según los participantes, y que pueden surgir diversas características de conciencia. Como señala Moran (2011, citado por Flores, 2018), “La fenomenología debe describir cuidadosamente las cosas tal como aparecen a la conciencia” (p.6). En este sentido, este enfoque implica la interpretación y la descripción de las interacciones y experiencias de los sujetos desde sus propias subjetividades.

Técnicas

En el marco de esta investigación, se emplearán diversas estrategias para obtener información significativa y detallada sobre las experiencias, creencias y prácticas religiosas de las personas afectadas por desastres naturales en la comunidad de Naranjal, ubicada en la vía Bogotá - Villavicencio. Dos de las principales técnicas que se utilizarán son la entrevista semiestructurada y el grupo focal. Estas estrategias permitirán explorar tanto las percepciones individuales como las dinámicas grupales, ofreciendo una comprensión completa y matizada del tema en estudio. A través de estas herramientas, se busca indagar en la complejidad de las respuestas emocionales y espirituales ante situaciones de crisis, así como identificar los recursos y estrategias utilizados para promover la resiliencia en este contexto particular.

La entrevista semiestructurada, se basa en establecer una interacción abierta con los sujetos de la investigación, ofreciendo un espacio para escuchar directamente sus puntos de vista sobre el tema en cuestión y para interpretar lo discutido. Por lo cual el investigador es el que dirige el curso de la entrevista para obtener del contenido y los datos adquiridos un conjunto de información cualitativos. (Díaz, Torruco, Martínez y Varela, 2013). Por lo cual conlleva a la pertinente ejecución de preguntas que orienten directamente a los múltiples aspectos a indagar. La presente investigación tendrá una entrevista que se realizará de forma semiestructurada, en efecto, con planeación previa, pero de orden y lenguaje flexible para el sujeto.

Aunque se consideró en todo momento la importancia del grupo focal, no fue factible llevar a cabo un encuentro grupal debido a las limitaciones ocasionadas por el desplazamiento y dispersión de la población. Esta técnica de fundamental importancia para la presente investigación ya que refuerza la exploración de las percepciones, vivencias, creencias

perspectivas, de los participantes, lo que permite analizar cómo piensan, por qué lo hacen de esa manera y especialmente la interacción entre ellos (Hamui y Varela, 2013). Este instrumento facilita la recopilación de datos a través de la interacción y la comunicación directa, permitiendo obtener la visión de los sujetos en su entorno, priorizando los acontecimientos y experiencias de vida de cada uno de ellos. Se caracteriza principalmente por su dinamismo y el intercambio de ideas u opiniones (Silveira, et al, 2015). Por lo tanto, esta investigación utilizará esta técnica con el fin de conocer las experiencias y dinámicas individuales y colectivas.

Participantes

En el marco de la presente investigación, se delimitará la participación a individuos de edades comprendidas entre los 18 y los 60 años, residentes de la comunidad de Naranjal que hayan experimentado directamente el desastre natural en dicha localidad.

Resultados

En este capítulo, se exponen los resultados obtenidos de las entrevistas realizadas con cada participante, acompañados de la interpretación de los datos encontrados. Los hallazgos correspondientes a cada categoría: resiliencia, creencias y prácticas religiosas, y vulnerabilidad, se ajustan a los objetivos establecidos en la investigación.

Tabla 1 *Matriz Categoría Resiliencia*

Categoría	Subcategoría	Relato	Interpretación
Resiliencia	Duelo	<p>P1: "El dolor de los familiares fallecidos y los vecinos y el dolor de las cosas de uno, que se perdió todo lo que teníamos"</p> <p>P1: "Entonces no podía uno dormir ni nada, ni comer. Yo vivía enferma"</p>	<p>Refleja el sufrimiento emocional por la pérdida de seres queridos y pertenencias materiales, así como el impacto negativo del estrés y la ansiedad en la salud física. Además, la mención de 'las cosas de uno' sugiere un duelo por la pérdida de posesiones materiales, que se refleja en actitudes como la incapacidad de dormir o comer, lo que puede llevar al deterioro de la salud. Esta situación simboliza la pérdida de estabilidad y seguridad en la vida del individuo.</p> <p>En términos de resiliencia, este fenómeno se relaciona directamente con el duelo, ya que no solo implica la reconstrucción del entorno físico perdido, sino también el proceso de restaurar el equilibrio emocional. La pérdida de posesiones o espacios familiares conlleva un impacto profundo en el sentido de identidad y seguridad personal, lo que hace que la recuperación emocional sea un componente esencial en el proceso de superación. Así, la resiliencia abarca tanto la capacidad de adaptarse a nuevas realidades materiales como la reconstrucción de vínculos emocionales, fundamentales para restablecer un sentido de estabilidad y bienestar.</p>
		<p>P2: "Un dolor inmenso que duró mucho por los vecinos, por los niños, los vecinos de muchos años"</p> <p>P3: "Sumerced yo acá no tengo nada que hacer, pues por mi parte yo no tengo estudio, tuve estudio como tres meses en primero...Ya aprendí por ahí a firmar y eso, y por ahí un señor que él era muy buena gente y él me enseñaba"</p>	<p>Expresa un fuerte sentido de solidaridad y pertenencia hacia la comunidad, y la importancia de las relaciones comunitarias en la búsqueda de recursos y habilidades para afrontar la adversidad. Además, refleja una profunda tristeza y un largo periodo de duelo por la pérdida de vecinos y niños, indicando un fuerte sentido de comunidad y lazos afectivos sólidos.</p> <p>La mención de "vecinos de muchos años" sugiere que las relaciones comunitarias eran significativas y que la pérdida de estos lazos ha tenido un impacto emocional considerable.</p>
Resiliencia	Apoyo Social		

Tabla 1 *Continuación*

Resiliencia	Adaptación	<p>P1: "Uno pensaba era ¿para dónde vamos a coger? ¿Qué vamos a hacer?"</p> <p>P2: "Me toco volver a ejercer, yo había dejado, pero pues hay necesidad"</p> <p>P1: "A mí me dio duro cuando empezaron que los estudios de los niños, porque que ya, que matrículas, que ya, que pagar pensión, que ya que los uniformes, que ya esto, que ya aquello, pues. Y como nosotros cuando teníamos allá la casa, cuando teníamos allá, lo teníamos todo"</p> <p>P2: "Yo no digo que estamos 100% recuperados porque pues tenemos un camino que recorrer, emocional, económicos, sociales, de muchos puntos"</p> <p>P3: "No, pues como, como se va a sentir uno fortalecido, eso es jodido. Pues cambiarse claro, porque de todas maneras como le cuento pues ya estábamos en lo propio"</p>	<p>Manifiestan la incertidumbre y ansiedad sobre el futuro y la necesidad de adaptarse a nuevas circunstancias para superar la adversidad.</p> <p>La motivación que presentan detrás de sus procesos de adaptación parece ser la necesidad económica, lo que refleja los desafíos financieros que enfrentan muchas personas después de un desastre. La comparación con la situación anterior al desastre, resalta la pérdida de estabilidad y seguridad que experimentaron como resultado del evento traumático.</p> <p>Reconocen que, aunque han progresado en su proceso de reconstrucción, todavía enfrentan desafíos significativos en diferentes aspectos de sus vidas, como lo emocional, económico y social.</p>
Resiliencia	Reconstrucción	<p>P2: "Pues maravilloso le vamos a volver a aprender todas las personas de la esperanza y para adelante a ver qué vamos a hacer, ¿Cómo vamos a continuar?"</p> <p>P2: "Dios nos dio la vida, nos dio otra oportunidad a él y a mí en forma muy especial"</p> <p>P3: "Tan de buena verdad que uno pues anda con mi Dios y la Virgen"</p> <p>P2: "Estuvimos en una mansión y ahora tenemos una piecita, hay que ponerle el gusto a la pieza y darle gracias a Dios por la vida"</p>	<p>La recuperación es un proceso continuo. Además, expresan la complejidad de los sentimientos asociados con el proceso de reconstrucción. Muestran que, aunque el crecimiento personal y la superación pueden ser positivos, también pueden ser difíciles y desafiantes.</p> <p>La referencia al cambio indica una aceptación de la necesidad de adaptarse a nuevas circunstancias, pero también puede implicar una sensación de pérdida por lo que se tenía previamente. También se destaca la importancia de la fe y la espiritualidad en el proceso de recuperación. La afirmación de que "uno pues anda con mi Dios y la Virgen" indica una sensación de compañía y apoyo espiritual en su camino de reconstrucción.</p>

Tabla 2 *Matriz Categoría Creencias y Prácticas Religiosas*

Categoría	Subcategoría	Relato	Interpretación
Creencias y prácticas religiosas	Afrontamiento Religioso	P1: "Obras de mi Dios" P1: "Gracias a Dios a nosotros no nos pasó nada" P2: "Para nosotros, eso es un milagro de Dios"	<p>La fe religiosa se utiliza para interpretar y afrontar el desastre como un acto divino y para expresar gratitud por la supervivencia, fortaleciendo la conexión espiritual y dando sentido al evento catastrófico.</p> <p>El afrontamiento religioso implica el uso de creencias, prácticas y recursos espirituales para hacer frente a situaciones de estrés, trauma o adversidad. En estos relatos, los participantes recurren a su fe en Dios como una forma primordial de afrontar la experiencia de haber sobrevivido a un evento peligroso, como una avalancha. La percepción de la supervivencia como una "obra de Dios" refleja una atribución religiosa del evento, donde los participantes interpretan su seguridad y bienestar como resultado directo de la intervención divina. Esta interpretación religiosa del evento les proporciona un sentido de consuelo y esperanza en medio de la adversidad, permitiéndoles enfrentar la situación con mayor resiliencia y optimismo.</p>
	Creencias y Fe	P2: "Desde ese nosotros hemos sido creyentes" P3: "Si claro, porque hay que darle gracias por habernos dado vida" P1: "Es el que nos ha dado todo, empezando nueva vida y nos ha dado salud para seguir"	<p>Los relatos de los participantes destacan la importancia fundamental de las creencias y la fe en sus vidas, especialmente en momentos significativos como la experiencia de supervivencia. Estos relatos reflejan cómo la conexión con lo divino se fortalece a través de la atribución de eventos importantes a la intervención de Dios y la expresión de gratitud por las bendiciones recibidas.</p> <p>P2 expresa cómo la experiencia de sobrevivir a un evento traumático ha transformado su fe, afirmando que desde entonces han sido creyentes. Esto sugiere que la experiencia de la supervivencia ha fortalecido su conexión con lo divino, consolidando su identidad como una persona de fe y reafirmando su compromiso espiritual.</p> <p>Por otro lado, P3 resalta la importancia de la gratitud en la expresión de la fe, indicando que es crucial dar gracias a Dios por el don de la vida. Esta actitud de gratitud refleja una profunda creencia en la providencia divina y en el papel central de Dios en la existencia humana. Al reconocer y apreciar la generosidad de Dios, los individuos fortalecen su conexión espiritual y su compromiso con sus creencias religiosas.</p>

Tabla 2 *Continuación*

<p>Creencias y prácticas religiosas</p>	<p>Sentido de Vida</p>	<p>P2: "Cuando uno cree, le da carácter, le da fuerza, de esperanza" P2: "Ese es el motor, ese es la base lo que nos tiene aquí y nos deja mirar para adelante" P3: "Ellos eran muy religiosos todos"</p>	<p>El relato de P1 enfatiza cómo la fe en Dios está intrínsecamente ligada a la percepción de la vida y la salud como dones divinos. Al atribuir todas las bendiciones y el bienestar a la bondad de Dios, los individuos refuerzan su fe y su confianza en lo divino como fuente de protección y provisión. Esta perspectiva refleja una profunda creencia en la providencia divina y fortalece la conexión espiritual de los creyentes al reconocer la presencia y el cuidado de Dios en sus vidas.</p> <p>La fe no solo actúa como una fuente de esperanza en tiempos difíciles, sino que también proporciona una base sólida sobre la cual construir la vida. Al creer en un propósito más elevado o en un poder trascendental, los individuos encuentran significado y dirección en sus experiencias, lo que les permite enfrentar los desafíos con determinación y optimismo.</p> <p>Para P2, la fe se presenta como un motor impulsor que les permite avanzar hacia adelante, incluso en medio de la adversidad. Esta perspectiva resalta el papel transformador de la fe en la vida de las personas, proporcionándoles la fuerza y la motivación necesarias para superar obstáculos y perseguir sus metas y aspiraciones. La creencia en un propósito mayor les da un sentido de propósito y significado a su existencia, lo que les permite mirar hacia el futuro con esperanza y confianza.</p> <p>El comentario de P3 sobre la religiosidad de otros refuerza la idea de que la fe y la espiritualidad son componentes centrales en la vida de muchas personas. Para aquellos que son profundamente religiosos, la fe no solo proporciona consuelo y dirección personal, sino que también actúa como un punto de conexión y unidad con otros creyentes. Esta conexión comunitaria fortalece el sentido de pertenencia y apoyo mutuo, enriqueciendo la experiencia de vida de las personas a través de la conexión espiritual con los demás.</p> <p>La devoción católica se manifiesta a través de la oración, la asistencia a la misa y la participación en rituales religiosos como el rezo del rosario, fortaleciendo la conexión espiritual y proporcionando un sentido de comunidad y apoyo durante la recuperación. también pueden ser difíciles y desafiantes.</p>
<p>Creencias y prácticas religiosas</p>	<p>Rituales Religiosos</p>	<p>P1: "Todos los días hacíamos el santo rosario cuando sabíamos que tal persona estaba enferma todos nos reuníamos en la escuela y rezábamos el santo rosario"</p>	

Tabla 2 *Continuación*

Creencias y prácticas religiosas	Rituales Religiosos	<p>P2: "Íbamos mucho a misa, todos los domingos, los puentes"</p> <p>P3: "Sí claro, la mujer va casi todas las tardes a misa, claro nosotros como católicos"</p> <p>P1: "Hemos pagado misa por los difuntos, hemos pagado misa por los sobrevivientes"</p>	<p>Los relatos de los participantes reflejan la práctica regular de rituales religiosos como una parte integral de su vida cotidiana y su identidad religiosa. Por ejemplo, P1 menciona cómo, en momentos de enfermedad, la comunidad se reunía para rezar el santo rosario en la escuela. Este ritual no solo fortalece la conexión entre los miembros de la comunidad, sino que también refleja la creencia en la eficacia de la oración y la intercesión divina en tiempos de necesidad.</p> <p>Asimismo, P2 destaca la práctica de asistir a misa con regularidad, tanto los domingos como en días festivos. La asistencia regular a la misa es una forma importante en la que los creyentes católicos expresan su devoción y compromiso con su fe. Este ritual no solo les brinda la oportunidad de participar en la comunidad religiosa, sino que también les permite recibir enseñanzas espirituales y fortalecer su conexión con lo divino a través de la celebración de la Eucaristía.</p>
---	---------------------	--	---

Tabla 3 *Matriz Categoría Vulnerabilidad*

Categoría	Subcategoría	Relato	Interpretación
Vulnerabilidad	Socioeconómica	<p>P1: "Cuando teníamos allá la casa, cuando teníamos allá, lo teníamos todo"</p> <p>P1: "¿Y yo qué hacía? Porque yo, al menos yo allá en la vereda, yo no tenía que pedirles a mis hijitos... ¿Y ahorita? Pues ahorita no, que toca pedirles a los hijos para cualquier cosa"</p>	<p>La pérdida de la casa y la tienda familiar ha provocado una crisis financiera y una redefinición de la identidad y los roles familiares, aumentando la dependencia de otros. Estos relatos resaltan cómo la vulnerabilidad socioeconómica afecta profundamente la percepción de seguridad, autonomía y bienestar de los participantes. La comparación entre la estabilidad pasada y la dificultad económica presente subraya el impacto significativo que tiene la situación económica en la vida cotidiana y emocional de las personas, evidenciando la importancia crítica de abordar las necesidades económicas para promover el bienestar integral de los individuos y las familias.</p>
Vulnerabilidad	Institucional	<p>P2: "Muy ilusionados con las ayudas que ofrecieran, si dieron el mercado, eso sí, para que la Cruz Roja llegó nos carpas, hubo un dinero que ayudó, pequeño como</p>	<p>Aunque las ayudas proporcionadas por instituciones públicas han ofrecido alivio temporal, no han abordado los problemas subyacentes, generando una pérdida de confianza</p>

Tabla 3 *Continuación*

Vulnerabilidad	Institucional	<p>300 o 400, no recuerdo de la Cruz Roja"</p> <p>P2: "Y luego la ilusión de que un lote con otra casa con ustedes. Entonces con el tiempo uno va perdiendo la esperanza en ellos"</p>	<p>en estas instituciones debido a expectativas no cumplidas. Los participantes se han visto obligados a adaptarse a nuevas circunstancias y prioridades, encontrando cierto alivio en las ayudas temporales, pero enfrentando una falta de soluciones a largo plazo que les permita reconstruir sus vidas de manera sostenible. Estos relatos destacan cómo la vulnerabilidad institucional afecta la percepción de confianza y esperanza en las instituciones encargadas de brindar ayuda en situaciones de crisis. La falta de cumplimiento de las promesas y la falta de apoyo a largo plazo pueden llevar a una sensación de desilusión y abandono entre los afectados, lo que resalta la importancia de abordar la vulnerabilidad institucional para garantizar una respuesta efectiva y sostenible a las necesidades de las comunidades afectadas por desastres naturales u otras crisis.</p>
Vulnerabilidad	Laboral	<p>P3: "Allá no faltaba la yuquita, uno trabajador de campo, que la yuquita que la guatila, no falta la comida, en cambio aquí es berraco"</p> <p>P3: "Para uno ir a pedir trabajo, necesita saber algo. Y yo, ni estudio se, y uno campesino. Entonces yo no tengo trabajo, no tengo nada"</p>	<p>Estos relatos destacan cómo la vulnerabilidad laboral, exacerbada por la falta de oportunidades y la limitada intervención institucional, afecta negativamente la estabilidad económica y el bienestar de los afectados. La falta de oportunidades laborales crea una situación precaria para los afectados, quienes enfrentan dificultades para encontrar trabajo y asegurar un sustento adecuado para sí mismos y sus familias. Esta vulnerabilidad laboral se agrava aún más por la limitada intervención de las instituciones en proporcionar apoyo económico y oportunidades de empleo. La falta de empleo estable y remunerado no solo afecta el bienestar económico de los individuos, sino que también tiene un impacto en su salud mental y emocional. La incertidumbre y la preocupación por el futuro laboral pueden generar estrés y ansiedad, lo que dificulta aún más la capacidad de los afectados para hacer frente a la situación.</p>

Discusión de resultados

En esta sección se exponen los hallazgos obtenidos del capítulo de resultados y se interpretan a la luz de los principales argumentos de los autores seleccionados en la investigación. Se lleva a cabo una triangulación de la información con el fin de fomentar un debate más amplio y una mayor coherencia entre la teoría y los resultados obtenidos.

Resiliencia

Se ha encontrado que el componente emocional constituye el aspecto más afectado en los participantes de la investigación, manifestándose predominantemente emociones de tristeza, miedo, ansiedad y estrés. De acuerdo con Palomares y Campos (2018), es habitual observar un patrón caracterizado por la intensificación de estas emociones como respuesta a un evento catastrófico de tal naturaleza.

Esta observación es importante en el ámbito de la psicología, ya que subraya la complejidad y profundidad del impacto psicológico de tales eventos en la vida de las personas; la aparición de estas emociones puede entenderse como una respuesta natural y adaptativa a situaciones que amenazan la integridad física, emocional o social de los participantes. La tristeza surge como resultado de la pérdida de seres queridos, de bienes materiales o de la sensación de seguridad; el miedo y la ansiedad genera son reacciones anticipatorias frente a posibles peligros o a la incertidumbre sobre el futuro; en el caso del estrés tiene la posibilidad de ser resultado de la sobrecarga emocional y cognitiva causada por la necesidad de adaptarse a una nueva realidad.

Desde esta perspectiva, es fundamental comprender que estas emociones no son patológicas, sino respuestas normales a situaciones anómalas y estresantes. Sin embargo, si persisten en el tiempo o se vuelven incapacitantes, pueden requerir intervención psicológica especializada para prevenir el desarrollo de trastornos mentales, como trastorno de estrés postraumático o depresión.

Por otro lado, la respuesta de los participantes ante estas situaciones ha sido, en su mayoría, colectiva, evidenciándose la acción comunitaria como el vehículo principal para compartir rituales religiosos, expresar emociones y brindarse apoyo mutuo; estas prácticas han demostrado fortalecer los procesos de resiliencia. Según García y Domínguez (2013), la resiliencia tiene interacción con por factores sociales, entre los cuales destacan el apoyo social y la cohesión comunitaria lo cual brinda un sentido de vida.

Este hallazgo resalta la importancia de los vínculos sociales y la solidaridad en tiempos de crisis, lo cual puede tener un impacto significativo en el proceso de recuperación y resiliencia de las comunidades afectadas. Los hallazgos sugieren que la resiliencia, entendida como la capacidad de enfrentar y superar situaciones difíciles, está influenciada por factores sociales, como el apoyo social y la cohesión comunitaria. El apoyo social proporciona un sistema de soporte emocional, instrumental e informativo que ayuda a los individuos a hacer frente a los desafíos y afrontar las dificultades con mayor fortaleza.

La cohesión comunitaria, por otro lado, fomenta la solidaridad y la colaboración entre los miembros de la comunidad, lo que puede fortalecer los lazos sociales y promover un sentido de identidad y pertenencia compartida. Esta conexión social puede actuar como un catalizador contra el impacto negativo de eventos estresantes, facilitando la recuperación individual y colectiva.

Según Palomares y Campos (2018) en comunidades que promueven la apertura y la aceptación emocional, las personas se sienten más cómodas compartiendo sus vivencias y buscando apoyo entre sus semejantes; esta validación emocional y el sentido de conexión que se obtiene al compartir emociones permite fortalecer la resiliencia, al proporcionar un espacio para procesar y superar las dificultades.

Este intercambio emocional promueve la reflexión, la comprensión y el procesamiento de las experiencias difíciles, lo que a su vez favorece el desarrollo de estrategias adaptativas y la construcción de una narrativa coherente sobre la adversidad experimentada. Además, la conexión emocional con otros individuos en situaciones similares refuerza el sentido de comunidad y la solidaridad, lo que puede potenciar la capacidad de recuperación individual y colectiva.

Para Piaggio (2009) el sentido de pertenencia a la comunidad de los participantes puede ser considerado como un aspecto vinculado a la competencia social, dado que implica una interacción efectiva con otros miembros de la comunidad con el fin de enfrentar de manera constructiva la adversidad. Al sentirse parte de un grupo, los individuos pueden compartir recursos, conocimientos y experiencias para enfrentar los desafíos de manera más eficaz.

Dentro de estas relaciones comunitarias, se destaca como vínculo principal el apoyo familiar, el cual ha demostrado ser crucial para la recuperación y reconstrucción de los participantes. Según Truffino (2010), el respaldo de la familia proporciona un sistema de apoyo integral, tanto emocional como práctico, en el proceso de adaptación y superación; este respaldo se manifiesta en diversas formas, desde el acompañamiento emocional durante los

momentos difíciles hasta el apoyo tangible en la resolución de problemas y la toma de decisiones.

La presencia de este entorno de apoyo familiar no solo fortalece la capacidad de enfrentar desafíos, sino que también proporciona un sentido de pertenencia y seguridad que impulsa a los participantes a avanzar hacia la recuperación y la reconstrucción de sus vidas dentro de la comunidad.

Asimismo, según Riaño y Torres (2023) el sentido de vinculación y solidaridad hacia la comunidad puede estar influenciado por aspectos religiosos que promueven la unión social y proporcionan un sentido de propósito y significado. Esto es manifestado por los participantes, quienes señalan que mediante la celebración de la eucaristía se han llevado a cabo sesiones de oración en favor de los miembros de la comunidad, lo que ha fortalecido los vínculos comunitarios, así como los procesos de duelo y resiliencia.

La participación en rituales religiosos brinda a los individuos un espacio para compartir emociones, encontrar consuelo y buscar sentido en medio de la adversidad; la creencia en una fuerza superior y en un propósito trascendental puede actuar como un recurso de afrontamiento que proporciona esperanza y fortaleza durante momentos difíciles.

Según Riaño y Torres (2023) Cuando estos rituales se comparten dentro de una comunidad, se refuerza el sentimiento de identidad colectiva y se fomenta la solidaridad; esto puede ser especialmente importante en tiempos de crisis, ya que proporciona consuelo y esperanza a los miembros de la comunidad, fortaleciendo así su capacidad para hacer frente a situaciones adversas.

Para Truffino (2010) el consuelo proporcionado por las creencias religiosas puede ser un mecanismo importante para afrontar las emociones negativas asociadas con el desastre natural, fortaleciendo así la capacidad de adaptación y recuperación. En ese sentido, la creencia en un poder superior o en un plan divino puede ayudar a las personas a encontrar sentido en medio del caos y la tragedia; este sentido de significado puede fortalecer la resiliencia al brindar esperanza y una perspectiva más amplia sobre la situación.

Las prácticas religiosas mencionadas por los participantes, como la oración, el canto, el rosario y los rituales ceremoniales, pueden servir como mecanismos de consuelo y sanación; estos rituales proporcionan un espacio para expresar emociones, encontrar consuelo en la comunidad y buscar fuerza en la fe. Para los participantes, la fe religiosa está intrínsecamente vinculada a la creencia en la capacidad de superar las adversidades con la ayuda divina; esta confianza en la resiliencia espiritual puede proporcionar un impulso adicional para enfrentar los desafíos y perseverar en la búsqueda de la recuperación.

Creencias y prácticas religiosas

En los relatos de los participantes, se pudo identificar que las prácticas y creencias religiosas son componentes fundamentales de su percepción y la del mundo estas influyen notablemente en su percepción del mundo, en sus actitudes, comportamientos y emociones, además, proporcionan un marco interpretativo para afrontar situaciones adversas.

En este sentido, las creencias tienen un impacto significativo en la forma en que los participantes perciben y responden a los desafíos de la vida, de acuerdo con Diez (2017), las creencias desempeñan un papel crucial en la vida de las personas, moldeando su perspectiva del mundo y guiando sus acciones en él. Estas creencias ofrecen respuestas a preguntas fundamentales sobre el propósito de la existencia, el significado del sufrimiento y la naturaleza de lo trascendente; al proporcionar un sistema de valores y significados, las creencias religiosas influyen en cómo las personas comprenden su entorno y se relacionan con él; razón por la que el sentido de la vida en las personas es un componente adicional que ayuda a fortalecer la resiliencia sin olvidar que estos factores de creencias y practicas religiosas pueden estar acompañados por otras formas de vida.

Las creencias religiosas suelen guiar las acciones de los participantes al prescribir comportamientos específicos basados en normas y preceptos religiosos; estas normas pueden incluir prácticas rituales, normas éticas y morales, así como principios de caridad y servicio comunitario. Los participantes suelen orientar sus decisiones y acciones de acuerdo con estos principios religiosos, lo que puede influir en su comportamiento en diversos aspectos de la vida, como las relaciones interpersonales, la toma de decisiones y la resolución de conflictos.

Además, la religión fomenta la cohesión social de los participantes y fortalece sus lazos comunitarios a través de la identidad compartida y la participación en rituales y ceremonias, junto con los elementos de la resiliencia los cuales ayudan en el manejo de los sentimientos; para Estrada (2000) la religión no solo se entiende en términos de creencias individuales, sino también como un fenómeno que cumple funciones vitales en la construcción de identidades colectivas, el fortalecimiento de la comunidad y la preservación de tradiciones culturales.

La conexión espiritual compartida en la comunidad ha tenido un impacto significativo en la forma en que todos han respondido al desastre natural, ha llevado a los afectados a unirse en oración, ofreciendo sus plegarias por aquellos que perdieron la vida y por la recuperación y bienestar de los supervivientes. Según Lévano (2016), las creencias religiosas funcionan como un lazo que fortalece la cohesión social y promueve la solidaridad entre los miembros de la comunidad.

Los factores protectores y las prácticas religiosas han funcionado como un punto de referencia motivador en medio de la tragedia. Los individuos afectados, al abrazar sus creencias divinas, encuentran un sentido de propósito y significado que les permite enfrentar los desafíos con determinación y persistencia, confiando en que sus plegarias tendrán un impacto positivo en aquellos por quienes interceden. Según Ameigeiras (2008), las creencias religiosas desempeñan un papel fundamental en la dinámica de las relaciones sociales y en la forma en que las personas interpretan y afrontan la adversidad.

Por ende, las creencias de los participantes han fortalecido su capacidad de adaptación al proporcionar consuelo, esperanza y un sentido de vida. Esto ha contribuido a mantener una actitud positiva, a enfrentar el estrés y la adversidad con mayor claridad y resolución, así como a desarrollar una mayor capacidad para recuperarse y seguir adelante tras afrontar la tragedia. Según Ledesma et al. (2014), la resiliencia se considera un aspecto crucial que puede ser moldeado por la vida espiritual, la religiosidad y la creencia en lo trascendente.

Estas prácticas religiosas, centradas especialmente en el catolicismo, como la participación activa en la liturgia, la asistencia regular a la misa y la recitación del Santo Rosario, no solo representan actos de adoración, sino que también son elementos fundamentales en la formación de la identidad religiosa y las perspectivas del mundo de los miembros de la comunidad. La liturgia, la misa y el rosario no son rituales vacíos, sino que funcionan como medios para transmitir y reforzar los valores y enseñanzas de la creencia católica. Según Mafla (2013), la participación en estas prácticas religiosas no solo fortalece la identidad católica de los individuos, sino que también influye en sus creencias acerca de la realidad, la moralidad y la espiritualidad.

En definitiva, las creencias religiosas de los participantes se entrelazan de manera intrínseca con su percepción, sus relaciones sociales y su capacidad para enfrentar desafíos. Estas creencias se convierten en pilares fundamentales que sustentan la estructura de vida de quienes las profesan, influyendo desde la toma de decisiones cotidianas hasta la forma en que interactúan con los demás y resuelven conflictos (Morello et al., 2023)

Los rituales, prácticas y creencias compartidas dentro de una comunidad religiosa no solo fortalecen la cohesión social, sino que también ofrecen a los participantes un sentido profundo de pertenencia y solidaridad. Estos elementos compartidos actúan como vínculos que trascienden las diferencias individuales, uniendo a las personas en torno a valores comunes y una visión compartida del mundo. Además, en momentos de dificultad, la comunidad religiosa brinda un refugio emocional y espiritual, ofreciendo esperanza y orientación a quienes enfrentan desafíos.

Vulnerabilidad

El resultado de la investigación muestra cómo el desastre natural ha afectado tanto la situación financiera como laboral de los participantes, lo que ha resultado en una redefinición de sus roles sociales; esta redefinición ha llevado a los participantes a asumir nuevas responsabilidades, empleos y deberes, como una respuesta necesaria para adaptarse a la situación. Este cambio en los roles implica una adaptación activa por parte de los involucrados para hacer frente a la vulnerabilidad experimentada

Para Aristegui, Beloki, Díez y Silvestre (2017) en situaciones de desastre natural, las repercusiones económicas suelen ser significativas, afectando la estabilidad financiera y laboral de las personas. La pérdida de empleo, ingresos y recursos financieros puede llevar a una reevaluación de los roles sociales y a la necesidad de asumir nuevas responsabilidades para mantener el sustento y enfrentar las demandas de la situación.

Esta redefinición de roles puede implicar una redistribución de tareas y responsabilidades dentro de la familia o la comunidad, así como la búsqueda de nuevas oportunidades laborales o fuentes de ingresos. Los participantes se ven obligados a adaptarse activamente a estos cambios, desarrollando nuevas habilidades y estrategias para hacer frente a la vulnerabilidad y reconstruir sus vidas después del desastre.

De igual manera, en el transcurso de este proceso de transición hacia nuevos roles y condiciones, los participantes se han enfrentado a una constante dicotomía entre la resiliencia y la vulnerabilidad. En ciertas ocasiones, han logrado desplegar estrategias de afrontamiento y adaptar sus prioridades para hacer frente a las nuevas demandas, sin embargo, en otros momentos, se han sentido susceptibles y afectados por las circunstancias.

De acuerdo con Noriega, Angulo y Angulo (2015), la resiliencia y la vulnerabilidad no son estados mutuamente opuestos, sino más bien coexistentes, que se manifiestan de manera variable en distintos momentos y contextos, es decir, la resiliencia y la vulnerabilidad son estados continuos, donde una persona puede sentirse más resiliente o más vulnerable en diferentes momentos de su proceso de recuperación.

Durante un proceso de recuperación, las personas pueden mostrar resiliencia al utilizar estrategias de afrontamiento efectivas, buscar apoyo social, mantener una actitud positiva y adaptar sus prioridades y metas para hacer frente a las nuevas circunstancias, sin embargo, también es común que las personas experimenten vulnerabilidad en ciertos momentos del proceso de recuperación. Esto puede ocurrir cuando se enfrentan obstáculos inesperados, se

sienten abrumados por el estrés o la incertidumbre, o se enfrentan a recuerdos dolorosos del evento traumático

Otro de los hallazgos que dejó la investigación es que, en medio de la crisis económica, los participantes se han enfrentado a un escaso respaldo por parte de las instituciones públicas. Aunque la provisión de recursos fue satisfactoria en los primeros días, posteriormente ha habido una falta de seguimiento y apoyo adecuado para fomentar la adaptación y la recuperación tras el desastre. Según Salanova y Llorens (2016), el respaldo no se limita únicamente a brindar ayuda de emergencia de forma inmediata, sino que también implica abordar y dar seguimiento constante a las necesidades psicológicas y emocionales de los afectados.

Las investigaciones aportan dentro de sus resultados el papel de las creencias como vínculo afectivo de las personas; lo cual involucra que en el momento de manejar los equilibrios psicológicos y emocionales en programas de atención se tenga en cuenta la importancia en las instituciones públicas de reconocer la necesidad de un apoyo integral y continuo que atienda a los afectados a lo largo del proceso de recuperación; esto incluye proporcionar recursos y servicios que aborden tanto las necesidades inmediatas como las de largo plazo, y que consideren aspectos emocionales y psicológicos en la atención de las personas afectadas por desastres naturales y crisis económicas.

La falta de una intervención efectiva por parte de las instituciones pone de manifiesto una vulnerabilidad institucional significativa. Esta ausencia de apoyo impacta negativamente en la resiliencia del individuo, ya que impide que se adapte adecuadamente a la adversidad, el trauma, la tragedia o las amenazas que enfrenta. Las entidades correspondientes deberían implementar acciones más contundentes para mitigar los riesgos y proteger los derechos de las personas en situación de vulnerabilidad económica.

Conclusiones

En este capítulo, se presentarán las conclusiones principales derivadas de la investigación en relación con los objetivos planteados, y con las categorías que guiaron este trabajo: resiliencia, creencias y prácticas religiosas, y vulnerabilidad. A través de una síntesis de los resultados obtenidos, se busca ofrecer una visión integral y coherente de los aspectos clave abordados en este estudio, proporcionando así una comprensión más profunda de la interrelación entre estos elementos y su impacto en el contexto investigado.

La acción comunitaria se convierte en un pilar esencial para aliviar la tristeza, el miedo, la ansiedad y el estrés, al permitir el intercambio de rituales religiosos, la expresión de emociones y el ofrecimiento de apoyo mutuo, potenciando así los procesos de resiliencia.

Asimismo, se evidencia la importancia del apoyo familiar en el proceso de recuperación y reconstrucción de los participantes. Este apoyo se presenta como un sistema integral que contribuye significativamente a la estabilidad emocional y al bienestar general de los afectados.

Los rituales religiosos compartidos dentro de la comunidad no solo refuerzan el sentido de identidad colectiva, sino que también fomentan la solidaridad, el consuelo y la esperanza en momentos de crisis, lo cual aporta un punto de partida para que desde la vista psicológico los programas de prevención se enfoquen teniendo en cuenta este aspecto de los rituales religioso en las comunidades, logrando el impacto deseado en la misma.

Las creencias religiosas, en particular, se perfilan como mecanismos importantes para afrontar emociones negativas, potenciando la capacidad de adaptación y recuperación.

Las prácticas religiosas, como la oración y los rituales ceremoniales, no solo ofrecen consuelo y creencia de sanación, sino que también proporcionan un espacio para la expresión emocional y el fortalecimiento de la persona y la comunidad en general.

Se destaca que la confianza en la resiliencia espiritual puede constituir un impulso adicional para enfrentar desafíos y perseverar en la búsqueda de la recuperación. Esta confianza en lo espiritual puede actuar como un recurso invaluable en el camino hacia la superación de adversidades y el logro del bienestar emocional y psicológico.

En este sentido, la fe de los participantes actúa como un factor clave en su capacidad de adaptación, al proveer consuelo, esperanza y un sentido de vida que les impulsa a superar las dificultades con resolución. Los rituales, prácticas y creencias compartidas dentro de la comunidad religiosa emergen como pilares que fortalecen la cohesión social y otorgan un sentido profundo de pertenencia y solidaridad, reforzando así la resiliencia individual y comunitaria ante situaciones adversas.

Por otro lado, el desastre natural que sufrió la comunidad, ha provocado una serie de cambios significativos en la situación financiera y laboral de los participantes, lo que ha resultado en una redefinición de sus roles sociales y en la presencia de nuevas responsabilidades. Esta redefinición implica una adaptación activa por parte de los participantes para hacer frente a la vulnerabilidad experimentada, creando una especie de división entre ser fuerte frente a las dificultades y la fragilidad que se experimenta al cambiar a nuevos roles y situaciones, mostrando de manera positiva la resiliencia de la comunidad en este tipo de situaciones.

Finalmente, se resalta que, en medio de la crisis económica desencadenada por el desastre, los participantes han enfrentado un escaso respaldo por parte de las instituciones públicas, especialmente en lo que respecta al seguimiento y apoyo para la adaptación y recuperación. Esta falta de intervención efectiva por parte de las instituciones revela una vulnerabilidad institucional significativa, subrayando la necesidad de desplegar acciones más contundentes para mitigar los riesgos y proteger los derechos de la población vulnerable en situaciones de crisis y de desastres naturales.

Aportes

Esta investigación, ha identificado varios factores y componentes que favorece la resiliencia, así como su manifestación en diferentes contextos. Estos hallazgos ofrecen importantes contribuciones al campo de estudio y proporcionan una base sólida para el desarrollo de estrategias efectivas de atención y apoyo.

Los resultados hacen visible la necesidad de crear nuevos estudios frente al apoyo psicológico y emocional a individuos y comunidades afectadas por situaciones adversas. Al identificar los factores y componentes que contribuyen a la resiliencia, se proporciona una base sólida para desarrollar estrategias efectivas de atención que fortalezcan las habilidades de afrontamiento y recuperación.

Además, al señalar la brecha entre las necesidades de la población vulnerable y la capacidad institucional para abordarlas, este estudio aporta la necesidad que las entidades identifiquen las distintas estrategias de fortalecimiento sobre la autoconfianza, el sentido de la vida y las decisiones frente al manejo de los desastres, igualmente subraya la importancia crítica de mejorar la respuesta institucional ante situaciones de emergencia y establecer mecanismos efectivos de seguimiento y apoyo psicológico y emocional.

La identificación de esta brecha pone de relieve la urgencia de fortalecer los sistemas y recursos institucionales para garantizar una respuesta más eficaz y centrada en las necesidades de las comunidades afectadas. Esto implica no solo una mayor inversión en infraestructuras y recursos materiales, sino también en la capacitación y preparación del personal de respuesta de emergencia para manejar adecuadamente las necesidades psicológicas y emocionales de las personas afectadas.

En este sentido, se hace necesario la implementación de protocolos claros y coordinados con el fin de lograr la identificación temprana de las personas en situación de vulnerabilidad psicológica y emocional, así como para proporcionarles el apoyo necesario de manera oportuna y adecuada. Esto puede incluir la implementación de servicios de asesoramiento y atención psicológica en los centros de refugio, la capacitación del personal de primera respuesta en técnicas de apoyo psicosocial, y la colaboración con profesionales de la salud mental y organizaciones comunitarias para garantizar una respuesta integral y holística.

Además, es esencial establecer mecanismos de seguimiento a largo plazo para asegurar que las personas afectadas reciban el apoyo continuo que necesitan durante todo el proceso de recuperación. Esto puede implicar la creación de programas de seguimiento comunitario, la provisión de servicios de asesoramiento a largo plazo y la promoción de redes de apoyo social dentro de las comunidades afectadas.

Alcances

El alcance de la investigación consistió en analizar la relación entre las creencias y prácticas religiosas y la resiliencia en personas que experimentaron la avalancha en la comunidad de Naranjal. Esto implicó comprender cómo estas dimensiones religiosas influyeron en la capacidad de las personas para enfrentar y recuperarse de situaciones traumáticas como desastres naturales.

El alcance de la investigación es ofrecer recomendaciones que contribuyan a mejorar los programas de atención posterior a desastres, basándose en los resultados obtenidos. Dichos hallazgos pueden orientar este proceso al brindar información sobre la eficacia de las intervenciones y sugerir ajustes para optimizar su impacto. Esto implica la adaptación de los servicios y recursos disponibles de acuerdo con las creencias, prácticas y valores religiosos y culturales predominantes en la comunidad afectada.

Basándose en las recomendaciones derivadas de este estudio, se podría avanzar en el desarrollo y evaluación de intervenciones específicas que incorporen componentes religiosos y culturales en la atención post desastre. Estas intervenciones podrían ser diseñadas en colaboración con líderes comunitarios y religiosos para garantizar su pertinencia y efectividad.

Limitaciones

Una de las limitaciones principales de esta investigación fue el tamaño y la representatividad de la muestra. Dado el carácter específico del evento traumático estudiado (la avalancha en la comunidad de Naranjal), la muestra puede no ser completamente representativa de otras comunidades afectadas por desastres naturales. Además, el tamaño de la muestra es limitado por factores logísticos y de acceso a los participantes.

Es importante reconocer que los hallazgos de esta investigación están influenciados por el contexto específico y el momento en que se llevó a cabo el estudio. Los eventos externos, los cambios en las condiciones socioeconómicas, políticas y religiosas, pueden haber tenido un impacto en las experiencias y percepciones de los participantes.

Sugerencias

Se recomienda llevar a cabo estudios longitudinales que sigan a las comunidades afectadas por desastres naturales a lo largo del tiempo. Estas investigaciones podrían explorar cómo evolucionan las creencias y prácticas religiosas en el proceso de recuperación y cómo estas influencias están relacionadas con la resiliencia a largo plazo.

Sería útil realizar estudios comparativos entre diferentes comunidades afectadas por desastres naturales en distintas regiones geográficas y culturales. Esto permitiría entender cómo las creencias y prácticas religiosas varían en diferentes contextos y cómo estas diferencias influyen en la resiliencia y la recuperación post desastre.

Se sugiere llevar a cabo investigaciones que evalúen la efectividad de intervenciones específicas diseñadas para incorporar creencias y prácticas religiosas en la atención post desastre. Estos estudios podrían examinar cómo diferentes enfoques de intervención impactan en la resiliencia y el bienestar de las comunidades afectadas.

Además de las creencias y prácticas religiosas, sería relevante investigar cómo otras dimensiones culturales, como las tradiciones, valores y sistemas de apoyo social, influyen en la resiliencia post desastre. Estudios interdisciplinarios podrían abordar esta complejidad y proporcionar una comprensión más completa de los factores que contribuyen a la recuperación.

Referencias

- Afek, A., Ben-Avraham, R., Davidov, A., Cohen, N. B., Yehuda, A. B., Gilboa, Y., & Nahum, M. (2021). Psychological Resilience, Mental Health, and Inhibitory Control Among Youth and Young Adults Under Stress. *Frontiers In Psychiatry*, 11. 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.608588>
- Alonso, L., Ramos, M., Barreto, P., y Pérez, M. (2019, 4 abril). Modelos psicológicos del duelo: Una revisión teórica. *Calidad de Vida y Salud*, 12(1). 65-75. <http://revistacdvs.uflo.edu.ar/index.php/CdVUFLO/article/view/176>
- Álvarez, M., Zúñiga, M., Díaz, A., y Tacca, D. (2021). Funcionalidad familiar y satisfacción con la vida post desastre natural en una comunidad de San Antonio del Pedregal, Perú. *Investigación Psicológica*, 26, 9-25. <https://doi.org/10.53287/ctsc8767vx70j>
- Ameigeiras, A. (2008). Religiosidad popular: creencias religiosas populares en la sociedad argentina. Universidad Nacional de General Sarmiento. https://repositorio.ungs.edu.ar/bitstream/handle/UNGS/122/23_16%20Religiosidad%20popular_Ameigeiras.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Aristegui, I., Beloki, U., Díez, A., y Silvestre, M. (2017). Vulnerabilidad social percibida en contexto de crisis económica. *Revista Española de Sociología*, 26(3), 17-39. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6556185>
- Asensio, Á., Magallón, R., y García, J. (2018). Resiliencia: impacto positivo en la salud física y mental. *International Journal Of Developmental And Educational Psychology: INFAD. Revista de Psicología*, 2(2), 231-242. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n2.v2.1096>
- Ayala, J., y Ospino, K. (2023). Desastres naturales en Colombia: un análisis regional. *Documento sobre economía regional y urbana; No. 317*. <https://repositorio.banrep.gov.co/handle/20.500.12134/10669>
- Beltrán, W., y Larotta, S. (2020). Diversidad religiosa, valores y participación política en Colombia: Resultados de la encuesta nacional sobre diversidad religiosa 2019. Universidad Nacional de Colombia. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/80990>
- Bermejo, C. (2019). Resiliencia y espiritualidad. *Revista de espiritualidad*, (78). 559-589. <http://www.revistadeespiritualidad.com/upload/pdf/2692articulo.pdf>
- Bunge, M. (2002). *Epistemología: curso de actualización*. Editorial Siglo XXI

- Cabrera, D., y Torres, F. (2020). Aportes de la educación religiosa escolar a la promoción del pluralismo religioso. *Revista Hojas y Hablas*, (20), 84-96. <https://revistas.unimonserate.edu.co/hojasyhablas/article/view/244/261>
- Caccia, P., y Elgier, A. (2020). Resiliencia y satisfacción con la vida en adolescentes según nivel de espiritualidad. *Psocial*, 6(2), 62-70. <https://www.redalyc.org/journal/6723/672371459005/672371459005.pdf>
- Calle, D., y Arcila, H. (2020). Religiosidad y cerebro: Las funciones neuropsicológicas en personas creyentes. *El Ágora USB*, 20(2), 298-304. <https://doi.org/10.21500/16578031.5145>
- Calvo, M. (2019). *Factores psicosociales y procesos resilientes de personas víctimas de desastres naturales y antrópicos, aproximaciones a un estudio de caso*. [Artículo académico, Universidad Católica de Pereira]. Repositorio Institucional. <https://repositorio.ucp.edu.co/handle/10785/5742>
- Camarena, M., & Tunal, G. (2009). La religión como una dimensión de la cultura. *Nómadas*, 22(2), 1-15. <https://www.redalyc.org/pdf/181/18111430003.pdf>
- Carabaña, J., y Lamo De Espinosa, E. (1978). *La teoría social del interaccionismo simbólico*. *REIS: Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, (1). 159-204. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=666889>
- Carbonell, C. (2002). Trastorno por estrés postraumático: clínica y psicoterapia. *Revista Chilena de Neuro-psiquiatría*, 40(supl.2). <https://doi.org/10.4067/s0717-92272002000600006>
- Ceriani, C. (2013). La religión como categoría social: encrucijadas semánticas y pragmáticas. *Cultura y Religión*, 2(1), 10-29. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/3847>
- Congreso de la República de Colombia. (2006). *Ley 1090 de 2006*. “Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones.” https://www.redjurista.com/Documents/ley_1090_de_2006_congreso_de_la_republica.aspx#/
- Cortés, J. (2019). Sistema cultural de creencias religiosas. Un estado de la cuestión. *Cuadernos de Lingüística Hispánica*, (34). <https://doi.org/10.19053/0121053x.n34.2019.9898>
- Correia, R. (2019). El paradigma interpretativo en la investigación cualitativa: Análisis de los aportes de Mariane Krause (1995). *Revista de Critica Livre*, 2(1). 1-12.

- http://revistainterpretacoes.com.br/dossi%C3%AAs/Interpreta%C3%A7%C3%B5es_El.pdf
- Coy, R. (2014). *Mitos, creencias, actitudes y prácticas que giran en torno a los desastres naturales en los pobladores del caserío Paquisic del municipio de Santa Catarina Ixtahuacán, departamento de Sololá*. [Trabajo de grado, Universidad de San Carlos de Guatemala]. Repositorio Institucional. <https://repositoriosiidca.csuca.org/Record/RepoUSAC6918>
- De La Fuente, M. (2022). *La incertidumbre: ansiedad anticipatoria y otros sesgos cognitivos*. <https://www.areahumana.es/incertidumbre-o-miedo-al-futuro/>
- Díaz, L., Torruco, U., Martínez, M., & Varela, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Metodología de Investigación En Educación Médica*, 2(7), 162-167. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=34973322800>
- Díez, A. (2017). Más sobre la interpretación (II). Ideas y creencias. *Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq*, 37(13), 127-143. <https://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v37n131/08.pdf>
- Echavarría, M. (2018). *Espiritualidad y Psicología*. http://dia.austral.edu.ar/Espiritualidad_y_psicolog%C3%ADa
- Eснаоla, I., Goñil, A., & Madariaga, J. (2008). El autoconcepto: perspectivas de investigación. *Revista de Psicodidactica*, 13(1), 69-96. <https://www.redalyc.org/pdf/175/17513105.pdf>
- Estrada, J. A. (2000). Filosofía, ciencia y religión al final de siglo. *Razón Y Fe*, 242(1225), 293–302. <https://revistas.comillas.edu/index.php/razonyfe/article/view/19192>
- Estrada, D., Chumpitaz, M., Cossio, B., De la Cruz, M., y Ore, S. (2021). Sentido de comunidad y bienestar psicológico en poblaciones en situación de vulnerabilidad social por desastres naturales. *Revista Internacional de Investigación En Ciencias Sociales*, 17(1), 216-240. <https://doi.org/10.18004/riics.2021.junio.216>
- Fernández, A. (2011). Prejuicios y Estereotipos. Refranes, chistes y acertijos, reproductores y transgresores. *Revista de Antropología Experimental*, 11(1), 317-328. <http://revista.ujaen.es/huesped/rae/articulos2011/22fernandez11.pdf>
- Feito, L. (2007). Vulnerabilidad. *Sis San Navarra*, 30(supl.3) 7-22. <https://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v30s3/original1.pdf>
- Foster, K., Roche, M., Delgado, C., Cuzzillo, C., Giandinoto, J. A., & Furness, T. (2018). Resilience and mental health nursing: An integrative review of international literature. *International Journal Of Mental Health Nursing*, 28(1), 71-85. <https://doi.org/10.1111/inm.12548>

- Fuster, D. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 201-229. <https://doi.org/10.20511/pyr2019.v7n1.267>
- Flores, G. (2018). Metodología para la investigación cualitativa fenomenológica y/o hermenéutica. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 17, 17-23. https://www.researchgate.net/publication/329130473_Metodologia_para_la_Investigacion_Cualitativa_Fenomenologica_yo_Hermeneutica_Palabras_claves_Metodologia_para_la_Investigacion_Cualitativa_Fenomenologica_yo_Hermeneutica
- Flórez, L., López, J., y Vílchez, R. (2020). Niveles de resiliencia y estrategias de afrontamiento: reto de las instituciones de educación superior. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3). 35-47. <https://doi.org/10.6018/reifop.438531>
- García, J. (2015). Concepto de vulnerabilidad psicosocial en el ámbito de la salud y las adicciones. *Salud y Drogas*, 15(1). 5-13. <https://www.redalyc.org/pdf/839/83938758001.pdf>
- García, M., y Domínguez, L. (2013). Desarrollo teórico de la Resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1). 63-77. <http://www.scielo.org.co/pdf/rllcs/v11n1/v11n1a04.pdf>
- García, R., Soler, S., Mirabal, Y., y Agüero, F. (2021). Estudio de resiliencia socioecológica frente al cambio climático en comunidades costeras: una apuesta desde la provincia de Cienfuegos. *Conrado*, 18(87). 44-54. <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v18n87/1990-8644-rc-18-87-44.pdf>
- Garrido, S., Chireno, C., Vallejo, P., Flores, M., Moreno, A., Gutiérrez, A., ... & Torres, V. (2020). La resiliencia como estrategia de afrontamiento en población víctimas de desastres ambientales. *Revista Nuevas Propuestas*, (56), 1-18. <http://ediciones.ucse.edu.ar/ojsucse/index.php/nuevaspropuestas/article/view/34/34>
- Gómez, J. (2001). *Vulnerabilidad y Medio Ambiente*. Comisión Económica para América latina y el Caribe (CEPAL). https://www.buyteknet.info/fileshare/data/ana_pla_sis_amb/Vul_medio%20ambiente.pdf
- González, F. y London, S. (2021). Desastres naturales y su impacto: una revisión metodológica. *Visión de Futuro*, 25, No 1 (enero-Junio), 25(1). 43-61. <https://doi.org/10.36995/j.visiondefuturo.2021.25.01.002.es>

- González, A. (2023). Trayectoria de vida y su impacto en el desarrollo comunitario en víctimas sobrevivientes del fenómeno natural en Armero (Tolima-Colombia), residentes en Bogotá, DC, asociados a FedeArmero - 2022. [Tesis de Maestría, Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD). <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/58095/agonzalez5.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
- González, F. (2005). ¿Qué es un paradigma? análisis teórico, conceptual y psicolingüístico del término. *Investigación y Postgrado*, 20(1), 13-54. <https://www.redalyc.org/pdf/658/65820102.pdf>
- González, T. (2004). Las creencias religiosas y su relación con el proceso salud-enfermedad. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 7(2), 19-29. <https://psicologia.iztacala.unam.mx/rep/wordpress/uploads/2018/11/2-Vol-7-No-2-Marzo-2004-Creencias.pdf>
- Gheshlagh, R. G., Sayehmiri, K., Ebadi, A., Dalvandi, A., Dalvand, S., Maddah, S. S. B., & Tabrizi, K. N. (2017). The Relationship Between Mental Health and Resilience: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Iranian Red Crescent Medical Journal*, 19(6). <https://doi.org/10.5812/ircmj.13537>
- Hamui, A., & Varela, M. (2013). La técnica de grupos focales. *Investigación En Educación Médica*, 2(5), 55-60. <https://www.redalyc.org/pdf/3497/349733230009.pdf>
- Herrera, D., y Troya, C. (2017). Desastres naturales, resiliencia social y religiosidad. *Práctica Familiar Rural*, 2(1), 1-10. <https://www.practicafamiliarrural.org/index.php/pfr/article/view/57>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGrawHill. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Hernández, Y., Vargas, G., y Zafra, C. (2020). Percepciones sobre fenómenos volcánicos: elementos para la gestión del riesgo en Colombia. *Perspectiva Geográfica*, 25(1), 99-119. <https://doi.org/10.19053/01233769.9488>
- Homobono, J. (2004). Fiesta, ritual y símbolo: epifanías de las identidades. *Zainak*, 26, 33-76. <https://www.eusko-ikaskuntza.eus/PDFAnlt/zainak/26/26033076.pdf>
- Hu, T., Zhang, D., & Wang, J. (2015). A meta-analysis of the trait resilience and mental health. *Personality And Individual Differences*, 76, 18-27. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.11.039>

- Josgrilberg, F. (2008). La fenomenología de Maurice Merleau-Ponty y la investigación en comunicación. *Signo y Pensamiento*, 27(52). http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-48232008000100006&script=sci_arttext
- Labra, O., Ependa, A., y Castro, C. (2019). *Análisis de los factores de resiliencia después de un desastre natural: caso de una muestra de chilenos que vivieron el terremoto y el tsunami de 2010*. 21(1). 57-84. <https://perspectivassociales.uanl.mx/index.php/pers/article/view/92>
- Lancheros, K. (2023). *Sobrevivientes relatan la angustia que vivieron durante la avalancha en Quetame: “Sentimos que el terror nos pudo”*. Infobae. <https://www.infobae.com/colombia/2023/07/18/sobrevivientes-relatan-la-angustia-que-vivieron-durante-la-avalancha-en-quetame-sentimos-que-el-terror-nos-pudo/>
- Ledesma, A., López, M., y Zavala, S. (2014). Espiritualidad, psicología y salud. *Psicología y Salud*, 24(1), 139-152. <https://doi.org/10.25009/pys.v24i1.728>
- Lévano, C. (2016). Acerca de la psicología de la religión y la espiritualidad. *Revista Educa UMCH*, 7, 7-27. <https://doi.org/10.35756/educaumch.v7i0.2>
- López, F., y Limón, F. (2017). Componentes del proceso de resiliencia comunitaria: conocimientos culturales, capacidades sociales y estrategias organizativas. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 9(3), 1-13. <https://www.redalyc.org/pdf/3331/333153776004.pdf>
- López, D., Mesa, D., y Castañeda, L. (2022). *Las políticas públicas de gestión del riesgo de desastres en Colombia y su coherencia con las dinámicas y retos del desarrollo territorial. Estudio de caso Departamento de Cundinamarca*. Universidad Católica de Manizales. https://repositorio.ucm.edu.co/bitstream/10839/3669/1/LopezVargasDiegoArmando_2022MCGRD.pdf
- Lorenzo, R. (2020). *Religión y espiritualidad en el ajuste al duelo*. Universidad de la Laguna. <https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/19504>
- Macías, J. (2015). Crítica de la noción de resiliencia en el campo de estudios de desastres. *Revista Geográfica Venezolana*, 56(2), 309-325. <https://www.redalyc.org/pdf/3477/347743079009.pdf>

- Mafla, N. (2013). Función de la religión en la vida de las personas según la psicología de la religión. *Theologica Xaveriana*, 63(176), 429-459. <https://www.redalyc.org/pdf/1910/191029949006.pdf>
- Martin, E. (2012). *Resiliencia y espiritualidad en situaciones de crisis familiar*. [tesis de Maestría, Universidad del Bio Bio]. Repositorio Institucional. http://repositorio.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/2140/1/San_Martin_Barra_Evelyn.pdf
- Ministerio del Interior. (2022). *Normatividad*. <https://www.mininterior.gov.co/normatividad-direccion-de-gobierno-y-gestion-territorial/>
- Morán, M., Finez, M., Anjos, E., Pérez, M., Urchaga, J., y Vallejo, G. (2019). Estrategias de afrontamiento que predicen mayor resiliencia. *International Journal Of Developmental And Educational Psychology: INFAD. Revista de Psicología*, 4(1), 183-190. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n1.v4.1542>
- Morello, G., Rabbia, H., Da Costa, N., y Romero, C. (2023). *La religión como experiencia cotidiana: creencias, prácticas y narrativas espirituales en Sudamérica*. Editorial Universidad Católica de Córdoba.
- Moreno, S., y Londoño, D. (2023). Responsabilidad del Estado en la implementación de Gestión del Riesgo ante la ocurrencia de Desastres Naturales. 1-24. [Artículo académico, Universidad Libre]. Repositorio Institucional. <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/25943/ARTICULO%20DE%20GRADO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Noriega, G., Angulo, B., y Angulo, G. (2015). *La resiliencia en la educación, la escuela y la vida*. 42-48. <https://ri.ujat.mx/bitstream/20.500.12107/2648/1/1199-974-A.pdf>
- Núñez, F. (2015). La fenomenología: epistemológica u ontológica, de Husserl a Heidegger. *Conhisremi*. 8(3). 14-23. <http://evidence.thinkportal.org/handle/123456789/30641>
- Oriol, A. (2012). Resiliencia. *Educación Médica*, 15(2). 1-2. <https://scielo.isciii.es/pdf/edu/v15n2/colaboracion2.pdf>
- Orozco, J., y Díaz, A. (2018). ¿Cómo redactar los antecedentes de una investigación cualitativa? *Revista Electrónica de Conocimientos, Saberes y Prácticas*, 1(2), 66-82. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9140293>
- Palacio, P. (2020). *Religiosidad y cerebro: Psicología de la práctica religiosa*. [Trabajo de grado, Universidad de San Buenaventura]. Repositorio Institucional. <https://core.ac.uk/reader/270056750>

- Palomares, E., y Campos, P. (2018). Impacto de los terremotos en la salud mental. *Ciencia - Academia Mexicana de Ciencias*, 69(3). 1-8. https://www.amc.edu.mx/revistaciencia/images/revista/69_3/PDF/impactoSaludMental.pdf
- Patricio, A. (2017). Más sobre la interpretación (II). Ideas y creencias. *Revista de la asociación española de neuropsiquiatría*, 37(131). 127-143. <https://scielo.isciii.es/pdf/neuropsiq/v37n131/08.pdf?fbclid=IwAR1np7QYgi1CX>
- Parra, A., y Reyes, F. (2020). El duelo complicado y su relación con la resiliencia y la esperanza en religiosos practicantes. *Psocial*, 6(2). 1-13. <https://www.redalyc.org/journal/6723/672371459003/672371459003.pdf>
- Perdomo, M. (2019). *Resiliencia Comunitaria como estrategia de recuperación psicosocial. Un estudio de casos.* [Tesis doctoral, Universidad Autónoma de Madrid]. Repositorio Institucional. <http://hdl.handle.net/10486/689468>
- Pérez, C. (2002). Sobre la metodología cualitativa. *Rev Esp Salud Pública*, 76, 373-380. <https://scielo.isciii.es/pdf/resp/v76n5/editorial.pdf>
- Piaggio, A. (2009). Resiliencia. *Revista psicopedagogía*, 26(80), 291-302. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0103-84862009000200014&script=sci_abstract&tlng=es
- Puac, C. (2018). *Factores Culturales para la Resiliencia Post Desastre en Penaba, Santiago Atitlán, Sololá.* [Tesis de Maestría, Universidad Rafael Landiívar]. Repositorio Institucional. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrtd/2018/05/61/Puac-Carlos.pdf>
- Quiceno, J., y Vinaccia, S. (2009). La salud en el marco de la psicología de la religión y la espiritualidad. *Diversitas: Perspectivas En Psicología*, 5(2), 321-336. <https://www.redalyc.org/pdf/679/67916260008.pdf>
- Ramírez, M., González, N., Ruíz, A., Van Barneveld, H., y Barcelata, B. (2022). Afrontamiento religioso y espiritualidad como mediadores entre estrés percibido y resiliencia en adultos con diabetes mellitus tipo 2. *Liberabit*, 28(2), 1-17. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2022.v28n2.569>
- Ramos, A. y Alfaro, A. (2000). Fuentes sismogénicas y deslizamientos en Villaviencio para la microzonificación sísmica. *Ingeniería Y Universidad*, 4 (2), 24-41. <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/iyu/article/view/34037>
- Riaño, H., y Torres, L. (2023). La religiosidad como pilar fundamental en la salud humana.: Religiosity as a fundamental pillar in human health. *Revista Investigación & praxis en*

- crisis. *RES. Revista Española de Sociología*, 28(2), 227-247.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6937350>
- Silva, J. (2005). Regulación emocional y psicopatología: el modelo de vulnerabilidad/resiliencia. *Revista Chilena de Neuro-psiquiatría*, 43(3), 201-209.
<https://doi.org/10.4067/s0717-92272005000300004>
- Silveira, S., Beck, C., Weiller, T., Da Silva Fernandes, M., y Viero, V. (2015). Grupo focal y análisis de contenido en investigación cualitativa. *Index de Enfermería*, 24(1-2), 71-75. <https://doi.org/10.4321/s1132-12962015000100016>
- Tovar, B. (2023). Reflexiones en torno al uso del lenguaje durante el proceso de duelo. *Contrastes*, 28(1), 9-21. <https://doi.org/10.24310/contrastescontrastes.v28i1.13472>
- Truffino, J. (2010). Resiliencia: una aproximación al concepto. *Revista de Psiquiatría y Salud mental*, 3(4), 145-151. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1888989110000741?via%3Dihub>
- Trujillo, L., y Jacha, J. (2021). *La gestión ambiental municipal y el nivel de conciencia de la población en la prevención de riesgo de desastres por fenómenos naturales en el distrito de Churubamba, Huánuco 2019*. [Tesis de Maestría, Universidad de Huánuco]. Repositorio Institucional. <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/3119>
- Unidad Nacional de Gestión del Riesgo De Desastres. (2023). *Informe de Gestión 2023*. <https://portal.gestiondelriesgo.gov.co/Documents/Atencion-al-Ciudadano/INFORME-DE-GESTION-2023-SERVICIO-AL-CIUDADANO.pdf>
- Vázquez, P., León, J., y Álvarez, N. (2022). La Religión como estrategia de afrontamiento en los estudiantes universitarios. Una revisión teórica. *Carthaginensia: Revista de Estudios e Investigación*, 38(74), 449-466. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8572131>
- Veer, I. M., Riepenhausen, A., Zerban, M., Wackerhagen, C., Puhmann, L. M. C., Engen, H., Köber, G., Bögemann, S. A., Weermeijer, J., Uściłko, A., Mor, N., Marciniak, M. A., Askelund, A. D., Al-Kamel, A., Ayash, S., Barsuola, G., Bartkute-Norkuniene, V., Battaglia, S., Bobko, Y., . . . Kalisch, R. (2021). Psycho-social factors associated with mental resilience in the Corona lockdown. *Translational Psychiatry*, 11(1). <https://doi.org/10.1038/s41398-020-01150-4>
- Yoffe, L. (2012). *La influencia de las creencias y las prácticas religiosas/espirituales en el afrontamiento de pérdidas por muerte de un ser querido*. [Trabajo de grado,

Universidad de Palermo]. Repositorio Institucional.
https://dspace.palermo.edu/dspace/bitstream/handle/10226/1768/Laura%20Yoffe_Tesis.pdf?seq