

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ

FACULTAD DE PSICOLOGÍA



**Resiliencia y empoderamiento comunitario en mujeres
líderes de una olla común en Lima norte**

Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Psicología presentado por:

Alejandra Victoria Toro Mego

Asesora:

Dra. Rosa María Cueto Saldívar

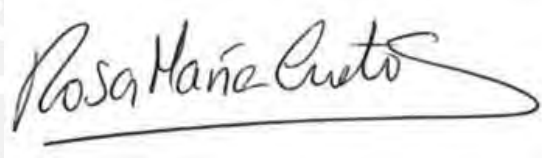
Lima, 2025

Informe de Similitud

Yo, Rosa María Cueto Saldívar docente de la Facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú, asesora de la tesis titulada “Resiliencia y empoderamiento comunitario en mujeres líderes de una olla común en Lima norte”, de la autora Alejandra Victoria Toro Mego, dejo constancia de lo siguiente:

- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud del 15%. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software *Turnitin* el 24 de abril del 2025.
- He revisado con detalle dicho reporte y confirmo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio alguno.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las pautas académicas.

Lugar y fecha: Lima, 24 de abril del 2025

Apellidos y nombres de la asesora:	
Cueto Saldívar, Rosa María	
DNI: 07886899	Firma 
ORCID: https://orcid.org/0000-0003-3549-2001	



*A mi madre, por inspirarme cada día
con su resiliencia infinita y su
empoderamiento inspirador*

Agradecimientos

Esta tesis nace de una curiosidad infinita por comprender los procesos de resistencia y transformación que impulsan los cambios más necesarios en nuestras sociedades. Una búsqueda que se sostiene en una profunda admiración por las mujeres de mi familia, quienes, generación tras generación, han logrado convertir la adversidad en fortaleza, la precariedad en lucha y el amor en la más poderosa herramienta de transformación.

Gracias mamá, gracias abuelita, por ser el cimiento clave de mi vida, por su amor infinito y por demostrarme que no hay imposibles cuando se lucha con convicción.

Gracias papá, por enseñarme a dar más, a mirar el mundo con pensamiento crítico y a no conformarme con lo establecido, sino a imaginar siempre un Perú más justo y solidario.

A mis amistades de la universidad quienes fueron mi refugio y sostén en este proceso, gracias por compartir este viaje conmigo, estoy más que emocionada por todos los que se vienen.

A mi asesora de tesis, Rochi, gracias por ser siempre una gran referente, por la amistad y todas las oportunidades de aprendizaje compartidas. Gracias por enseñarme la pasión por la psicología social y apoyarme en cada proyecto.

A mis profesores y profesoras, quienes ayudaron a construir mi mirada sobre la realidad y alimentaron mi deseo de comprender y transformar. Gracias César, Ángela, Tesania, Pilar.

Gracias a las mujeres líderes de la olla común en Lima Norte, quienes con su trabajo incansable sostienen no solo sus comunidades, sino también la esperanza de un país más equitativo y humano. Su lucha es un recordatorio de que la resiliencia y el empoderamiento comunitario son recursos que podemos y debemos potenciar para seguir impulsando urgentes procesos de transformación social en nuestro país.

Finalmente, gracias a mis compañeras de cuatro patas, quienes me acompañaron en cada sesión de trabajo con sus cariños y juegos. Gracias Faraona, te extraño infinitamente. Gracias Chimú, Mani, Plomis y Princesa Inka.

Que esta tesis ayude no solo a comprender sino a generar acción, porque el Perú que soñamos se construye desde la resiliencia cotidiana, desde el empoderamiento y la convicción de que otro futuro sí es posible. Sí se puede.

Resumen

Resiliencia y empoderamiento comunitario en mujeres líderes de una olla común en Lima norte

Este estudio examinó el proceso de la resiliencia comunitaria y el empoderamiento comunitario en seis mujeres que lideran una olla común en Lima Norte, la cual fue creada durante la pandemia de COVID-19 y actualmente brinda apoyo a 111 personas. A través de entrevistas semiestructuradas, se indagó en sus vivencias, las estrategias que han desarrollado para fortalecer su resiliencia y el proceso mediante el cual han avanzado en su empoderamiento. Los hallazgos destacan tres aspectos centrales: la formalización de la olla común, la cohesión social dentro de la comunidad y la interacción con las autoridades locales. La resiliencia se reflejó en la capacidad de estas mujeres para enfrentar la adversidad mediante una organización efectiva y la gestión de recursos esenciales que han permitido la sostenibilidad de la olla. En cuanto al empoderamiento comunitario, aunque aún en proceso, se ha observado un incremento en su participación, visibilidad y asunción de roles de liderazgo dentro de su entorno. Sin embargo, persisten desafíos, como la distribución equitativa del poder y la dependencia de relaciones clientelistas. Esta investigación resalta la función de las ollas comunes como espacios de resistencia y cambio social.

Palabras clave: resiliencia comunitaria, ollas comunes, empoderamiento comunitario, crisis alimentaria, clientelismo

Abstract

Resilience and community empowerment in women leaders of a community kitchen in Northern Lima

The objective of this research was to analyze the process of resilience and community empowerment in six women from the Board of Directors of a community kitchen in Northern Lima. This organization, founded during the COVID-19 pandemic, currently benefits 111 people in their neighborhood. Six semi-structured individual interviews were conducted to explore their personal narratives, involvement in the community kitchen, resilience strategies, and the community empowerment emerging from their interactions with institutions. The results revealed three main themes: the initial adaptation and formalization of the community kitchen, the construction of a united and organized community, and the interaction with authorities. The community kitchen emerged as a resilient organization in the process of community empowerment. Resilience was evidenced by the women's ability to organize and obtain essential resources in the face of adversity, enabling them to sustain and evolve to the present day. In terms of empowerment, although still in progress, the women have gained visibility and assumed key roles within their community. However, challenges such as the equitable distribution of power and reliance on clientelist relationships remain. This study highlights the importance of community kitchens as spaces of resistance and social transformation, underscoring the crucial role of women in community development.

Keywords: community resilience, community kitchens, community empowerment, food crisis, clientelism

Tabla de contenidos

Introducción	7
El surgimiento de las ollas comunes en el Perú	7
Resiliencia y empoderamiento comunitarios en contextos de exclusión social	9
Método	17
Participantes	17
Técnicas de recojo de información	19
Procedimiento	20
Análisis de la información	21
Resultados y discusión	23
Tema 1: "Empezamos de cero pero ahora ya tenemos cosas propias"	24
Tema 2: "Me motiva salir adelante como una comunidad"	27
Tema 3: "La Municipalidad nos apoya a nosotras y nosotras también apoyamos a la Municipalidad"	35
Análisis de las interacciones entre la resiliencia comunitaria y el empoderamiento comunitario de la olla común	41
Conclusiones	44
Referencias	47
Apéndices	53

Introducción

El surgimiento de las ollas comunes en el Perú

En el Perú, las ollas comunes constituyen una forma de organización vecinal clave para afrontar la inseguridad alimentaria, especialmente en contextos marcados por la exclusión social. Se trata de iniciativas autogestionadas, conformadas principalmente por mujeres que comparten una misma territorialidad y recursos limitados (Hardy, 2020; Santandreu, 2021). A través de la preparación colectiva de alimentos, estas organizaciones buscan garantizar la subsistencia de sus familias y comunidades, convirtiéndose en un soporte esencial frente a las carencias estructurales (Hardy, 2020; Santandreu, 2021). Más allá de su función alimentaria, las ollas comunes reúnen condiciones que permiten considerarlas comunidades. Según Montero (2004), una comunidad se configura por la existencia de intereses compartidos, prácticas conjuntas y vínculos de pertenencia que fortalecen la identidad social. Krause (2007) menciona que el contacto frecuente, la influencia recíproca y los significados compartidos son también elementos clave en una comunidad. En este caso, las mujeres organizadoras comparten una historia común y han construido relaciones de solidaridad cotidiana que refuerzan el tejido comunitario, lo cual les permite enfrentar colectivamente los efectos de la crisis alimentaria.

La consolidación de estas organizaciones surgen frente a un contexto crítico de inseguridad alimentaria que ha venido agravándose en el país durante la última década. La emergencia sanitaria del COVID-19 intensificó la crisis alimentaria ya existente, revelando las profundas brechas estructurales que afectan a millones de peruanos y peruanas. Durante los años 2014-2016 el 37.2% de peruanos enfrentaba inseguridad alimentaria; poco tiempo después, para el 2018-2020, la cifra se agravó alcanzando el 47,8% de peruanos que no sabían si iban a comer al día siguiente (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación [FAO] et al., 2023). La pandemia profundizó esta crisis al generar una emergencia sanitaria, económica y social de gran escala. Especialmente en el Perú, el impacto fue nefasto, ubicándose como el país con la tasa de mortalidad más alta del mundo (Pighi, 2020). A su vez, los niveles de pobreza aumentaron rápidamente debido a las altísimas tasas de trabajo informal que caracterizan a la población peruana (Alcázar et al., 2023). En este contexto, solo en 2020, se crearon en Lima más de 1727 ollas comunes que atendían a más de 180 000 personas. Para el año 2023, se ha identificado que la pobreza

afectó al 29% de la población en el Perú y el 31,4% se encuentra en riesgo de caer en situación de pobreza (Instituto Nacional de Estadística e informática [INEI], 2024).

Pese a su rol clave en la lucha contra el hambre, las ollas comunes siguen insertas en un contexto de exclusión social persistente. Como menciona Jiménez (2008), la exclusión social es un proceso multidimensional que priva tanto a individuos como a grupos de diversos derechos sociales, lo que afecta su desarrollo y bienestar, mermando también sus posibilidades de ejercer ciudadanía y de integrarse a la sociedad. Dichos derechos incluyen el acceso a la educación, el empleo, la salud, la atención sanitaria, la alimentación, la vivienda, entre otros.

Ahora bien resulta primordial destacar el carácter interseccional de la exclusión social, el cual genera que una persona sea más vulnerable a ser excluida según las categorizaciones asignadas (raza, clase social, nivel educativo y socioeconómico, lugar de procedencia, etc.). Ello debido a las posiciones sociales y las dinámicas de poder asociadas a ciertas categorías, lo que hace que tengan experiencias únicas con desventajas y privilegios según dichas intersecciones (Rosenthal, 2016). Es decir, el proceso de la exclusión social puede presentar variaciones de acuerdo con una serie de factores sociales que pueden agravar y/o aminorar la situación de vulnerabilidad de las mujeres pertenecientes a las ollas comunes. De ahí que sea importante considerar la interrelación de las múltiples categorizaciones y/o características de este grupo humano, quienes en este caso en particular podrían verse oprimidas tanto por su situación socioeconómica como por su género (Rosenthal, 2016).

Las ollas comunes surgen en zonas con alto índice de pobreza, donde la población vive la cotidianidad en espacios carentes de agua, saneamiento, electricidad e incluso sin vías de acceso. Estos espacios se suelen ubicar en barriadas populares y en la parte alta de los cerros alrededor del centro de la ciudad (Santandreu, 2021). Los resultados del diagnóstico del Grupo de Análisis para el Desarrollo [GRADE] demuestran la precariedad y falta de acceso de estos colectivos a servicios básicos de calidad. Solo el 17% de las ollas comunes cuentan con el acceso a la red de agua potable, mientras que el 42% a agua de cisterna y el 25% agua de pilón. Respecto al acceso a electricidad, el 32% cuenta con luz provisional y el 42% cuenta con electricidad. Finalmente, el 39% cuenta con acceso a desagüe (Alcázar y Fort, 2022). A su vez, dado que son iniciativas ciudadanas espontáneas, suelen carecer de espacios designados para su labor, por lo que se asientan de forma improvisada en distintos espacios, como casas de las vecinas, locales prestados o incluso en la vía pública.

Las condiciones estructurales de exclusión descritas anteriormente afectan con especial intensidad a las mujeres. El Perú presenta la mayor disparidad de género en

Latinoamérica, con una ventaja del 10% a favor de los hombres, mientras que la brecha promedio regional es del 7% (Del Carpio y Avolio, 2023). Además, las mujeres peruanas dedican el triple de tiempo que los hombres al trabajo no remunerado de cuidado del hogar (Instituto de Estudios Peruanos [IEP] et al., 2023). Esta sobrecarga impacta directamente en su bienestar y limita su acceso a oportunidades de desarrollo personal, económico y profesional. En el ámbito político, persisten barreras que dificultan una participación equitativa en los espacios de toma de decisiones (Neyra, 2021). Como consecuencia, las mujeres continúan siendo excluidas de los escenarios donde se definen políticas públicas que inciden directamente en sus trayectorias y en el bienestar de sus comunidades. Esta situación también se refleja en la forma en que las políticas públicas han abordado el papel de las ollas comunes. Si bien el Estado ha reconocido su importancia mediante programas como “Manos a la Olla”, estos esfuerzos han sido limitados tanto en cobertura como en pertinencia. La entrega de alimentos no siempre responde a las necesidades reales de las comunidades, ni garantiza condiciones sostenibles para su operación (Alcázar et al., 2023). De este modo, las iniciativas institucionales, aunque valiosas en ciertos aspectos, tienden a reproducir relaciones de dependencia y a invisibilizar los procesos de agencia y organización comunitaria.

Desde esta realidad, las mujeres líderes de ollas comunes enfrentan una doble exclusión: estructural, por las condiciones de pobreza y precariedad del territorio; y de género, por los roles asignados socialmente que invisibilizan su aporte y restringen su agencia en la toma de decisiones colectivas. Sin embargo, frente a estas limitaciones, ellas no solo han resistido, sino que han desarrollado formas colectivas de organización que evidencian procesos activos de resiliencia y empoderamiento comunitario. A continuación, se exploran ambos conceptos y su relevancia en contextos marcados por la exclusión social.

Resiliencia y empoderamiento comunitarios en contextos de exclusión social

La resiliencia se define como la capacidad del ser humano para sobreponerse a situaciones de adversidad. Ello implica mantener un desarrollo psicológico sano pese a haber experimentado situaciones altamente traumáticas, como contextos de pobreza y circunstancias estresantes prolongadas (Masten, 1994; Arciniega, 2013). Fletcher y Sarkar (2013) sugieren que existen dos conceptos clave al definir la resiliencia: adversidad y adaptación positiva. La adversidad es entendida como aquellos eventos disruptivos que generan problemas de adaptación, los cuales pueden variar en su nivel de intensidad yendo desde dificultades cotidianas hasta circunstancias vitales negativas que se sabe que están estadísticamente asociadas con dificultades de adaptación (Luthar et al., 2000). Por su parte,

la adaptación positiva implica sobreponerse y reconstruirse efectivamente frente a dicha adversidad, haciendo uso del propio sistema de afrontamiento (Luthar et al., 2000). Para poder identificar la resiliencia, ambos elementos deben ser evidentes.

En este sentido, la resiliencia es un proceso dinámico que potencia el desarrollo de habilidades para lograr una adaptación exitosa frente a la adversidad (Arciniega, 2013). Esta capacidad ha permitido la evolución de la humanidad dado que, a lo largo de la historia, los seres humanos han podido adaptarse a distintos desafíos, como epidemias, guerras y desplazamientos (Arciniega, 2013). Así, la resiliencia no sería una característica propia solo de algunas personas excepcionales, sino más bien un mecanismo de resistencia presente en todos los seres humanos, que surge en la interacción entre las personas y las variables del entorno, tales como la familia, el contexto social y la cultura.

A su vez, la resiliencia no tiene un carácter únicamente individual, sino que también es posible identificarla en comunidades. La resiliencia comunitaria se refiere a la capacidad de un colectivo de reponerse frente a traumas y conflictos, para luego reorganizarse y construir sobre ello (Arciniega, 2013). Esto implica la capacidad de resistir o absorber los impactos (pérdidas, daños, etc.), de recuperarse de dichos obstáculos rápidamente y de reducir las vulnerabilidades futuras mediante estrategias de adaptación, mejorando su sostenibilidad (Masterson, 2014).

Desde una mirada latinoamericana, López y Limón (2017) proponen que la resiliencia comunitaria se estructura a partir de tres dimensiones: capacidades sociales, conocimientos culturales y estrategias organizativas. Las capacidades sociales abarcan las herramientas psicológicas y sociales compartidas que poseen los colectivos para hacerle frente a la adversidad. A su vez, los conocimientos culturales son toda la información sobre el mundo que los individuos adquieren a partir de experiencias previas, conformando así parte de la identidad colectiva de la comunidad. Ambos son mecanismos intersubjetivos y cognitivos colectivos que poseen un impacto en la manera en la que se interpreta la realidad y en los recursos con los que contaría el colectivo para actuar (López y Limón, 2017). La materialización de estas abstracciones son las estrategias organizativas, las cuales constituyen las prácticas que las comunidades deciden poner en marcha para reconstruirse frente a situaciones adversas (López y Limón, 2017). Estas estrategias poseen un componente sociopolítico notable, ya que implicarían negociaciones en ámbitos formales e informales al interior y al exterior del colectivo. Dichos componentes de la resiliencia comunitaria, junto con el contexto histórico y político del colectivo, se retroalimentan entre sí y definen las oportunidades que tendrá la comunidad para resistir y sobreponerse al evento adverso (López

y Limón, 2017). En este caso, frente a la inseguridad alimentaria y la grave crisis socioeconómica existente, fueron las mujeres quienes se organizaron para brindar alimentación a sus comunidades.

Si bien existe un interés creciente por fomentar la resiliencia como estrategia de desarrollo comunitario, han surgido críticas que advierten sobre el riesgo de idealizar este constructo sin considerar los determinantes estructurales de la desigualdad (Buckle y Smale, 2000; Macías, 2015). Desde una mirada crítica, se señala que la exaltación de la resiliencia puede invisibilizar las condiciones sociales que obligan a ciertos grupos a “ser resilientes” como única vía de supervivencia, desplazando las responsabilidades de las instituciones públicas (Evans y Reid, 2014). Por ello, es fundamental analizar la resiliencia como un proceso en tensión, considerando tanto las capacidades locales como las relaciones de poder, los recursos desigualmente distribuidos y el papel de las políticas públicas en la perpetuación o transformación de las condiciones adversas. En este sentido, si bien la resiliencia permite resistir, sostener y reconstruir la vida comunitaria frente a la adversidad, no siempre genera transformaciones estructurales en las relaciones de poder que perpetúan dichas condiciones. Para avanzar hacia una mayor justicia social, resulta necesario integrar una perspectiva que no solo reconozca la capacidad de respuesta de las comunidades, sino también sus esfuerzos por transformar activamente el entorno que las margina.

En este marco, el concepto de empoderamiento cobra relevancia como proceso complementario a la resiliencia, orientado a la redistribución del poder y al fortalecimiento de la agencia colectiva. Muchas de las problemáticas que enfrentan los colectivos excluidos se originan en dinámicas estructurales de poder marcadas por una distribución desigual de recursos, oportunidades y representación (Montero, 2004). El poder, entendido como una relación social, se ejerce entre actores que no siempre poseen los mismos recursos, lo cual limita la posibilidad de transformación de quienes están en desventaja (Gebhard et al., 2022). Cuando tal desigualdad se interioriza y se ve como la normalidad, puede limitar considerablemente la voluntad y capacidad para impulsar cambios en esta dinámica (Gebhard et al., 2022). Sin embargo, cuando estas desigualdades son reconocidas por los propios colectivos, y estos se organizan para revertirlas, se activa un proceso de transformación denominado empoderamiento (Serrano-García y López-Sánchez, 1990; Hombrados-Mendieta y Gómez-Jacinto, 2001). Este proceso permite a los grupos ganar mayor control sobre sus vidas, ampliar su agencia y modificar las condiciones que afectan su bienestar (Rappaport, 1987; Brodsky y Cattaneo, 2013). En este sentido, se busca un cambio en las dinámicas de poder establecidas para que los individuos ejerzan mayor dominio sobre sus asuntos vitales.

Para ello, las personas se basan en sus conocimientos, su sentido de autoeficacia y aquellos recursos de la comunidad de la que son parte, para luego observar y reflexionar sobre el impacto de sus esfuerzos en el logro de sus objetivos (Brodsky y Cattaneo, 2013). En el caso de las mujeres, el empoderamiento implica también una transformación subjetiva y colectiva: desafiar los mandatos de género, fortalecer la autonomía y reorganizar las relaciones de poder en los espacios que habitan (Malhotra et al., 2002). Cuando este proceso ocurre en comunidades lideradas por mujeres, como las ollas comunes, se amplía la posibilidad de agencia colectiva, y se resignifican roles tradicionalmente ligados al cuidado como prácticas políticas de resistencia y transformación social

Zimmerman (2000), propone que el empoderamiento se basa en dos componentes: proceso y resultado. El proceso es aquel en el que las personas se encuentran ampliando sus capacidades con el objetivo de resolver sus problemas y tomar decisiones de forma independiente. El primero se concentra en los intentos de ganar mayor control, obtener los recursos necesarios y comprender críticamente el entorno social. Por otro lado, el empoderamiento como resultado se basa en los efectos que se tuvo de los intentos de las y los ciudadanos por obtener un mayor control en su comunidad. Por ejemplo, un conjunto de madres asistiendo a negociaciones con la Municipalidad de Lima para la inclusión de las ollas comunes en la planificación estatal estaría en la fase de proceso; mientras que su inclusión oficial daría cuenta del empoderamiento como resultado, ya que se habría logrado un cambio en las relaciones de poder. Sin embargo, para hablar de un cambio sostenible las mujeres tendrían que adoptar un rol de actoras más que beneficiarias, participando activamente en la toma de decisiones, acerca del tipo de alimentos que se les brindaría, la periodicidad, etc.

A su vez, este proceso ocurre de forma transversal en los niveles individual, organizacional y colectivo, los cuales se encuentran interrelacionados dado que impactan y son causa-efecto entre sí (Zimmerman, 2000). Al nivel individual del empoderamiento se le denomina empoderamiento psicológico, el cual incluye creencias sobre la propia capacidad, esfuerzos por obtener mayor control sobre la propia vida y una perspectiva crítica del contexto sociopolítico en el que la persona se desarrolla (Zimmerman, 2000). La determinación individual de cada persona sobre su propia vida y el interés sobre la influencia social que puede lograr desde el ejercicio ciudadano convergen en este nivel del empoderamiento (Rappaport, 1987).

El nivel organizacional del empoderamiento impacta tanto a nivel individual como comunitario. Por un lado, una organización puede favorecer el empoderamiento de sus miembros a través de oportunidades de aprendizaje o de diálogo. Por otro lado, una

organización favorece el empoderamiento de la comunidad cuando logra influir en decisiones políticas u ofrecer alternativas eficaces para la prestación de servicios a sus miembros (Zimmerman, 2000).

Finalmente, una comunidad empoderada se caracteriza por los esfuerzos activos que hacen las y los miembros de la comunidad para su mejora, respondiendo a amenazas que pongan en peligro su calidad de vida y ofreciendo oportunidades de participación y desarrollo ciudadano (Zimmerman, 2000). El grado de empoderamiento de una comunidad se define según la estructura y las relaciones entre las organizaciones que la componen (y sus miembros). Se espera que una comunidad empoderada cuente con organizaciones bien conectadas, con recursos accesibles para todos sus residentes, con posibilidades de participación democrática y marcada por la tolerancia a la diversidad. Se puede inferir que las mujeres de algunas ollas comunes se habrían empoderado como comunidad al autogestionarse para garantizar el derecho a la alimentación de su comunidad. Además, las ollas comunes han tenido un rol político y social al obtener mayor predominio y lograr ser incluidas a nivel estatal (Vega, 2021).

Estos cambios psicológicos y sociales que genera el empoderamiento también se pueden identificar en la resiliencia. Brodsky y Cattaneo (2013) propusieron el Modelo Trans Conceptual del Empoderamiento y la Resiliencia (TMER, por sus siglas en inglés) el cual identifica la divergencia, convergencia y las interacciones entre ambos constructos, tomando en cuenta que son procesos fundamentales para resistir la opresión y generar el cambio social. Entre sus elementos en común, se destaca que ambos surgen como respuestas iterativas a la adversidad y se alimentan de un conjunto común de recursos individuales y comunitarios, como el sentido de protección, el sentido de comunidad, la flexibilidad y adaptación al cambio, el esfuerzo constante, entre otros (Brodsky y Cattaneo, 2013). Como mencionan Gebhard y otros (2022), el arduo trabajo de resistir a la opresión requiere una interacción constante de ambos procesos: evaluar lo que se necesita, recuperar las fuerzas, intentar el cambio, reajustar el plan, cuidarse mutuamente y volver a intentarlo. En este sentido, ambos procesos están vinculados con la conciencia de un problema, que conlleva una reflexión sobre el propio contexto, lo que es posible en él, la intención de actuar a nivel individual, grupal o de ambas formas y la redefinición de objetivos.

En cuanto a sus diferencias, la principal consiste en los objetivos de cambio que posee cada proceso. La resiliencia se orienta a la resistencia, por lo que los objetivos de cambio interno que se poseen las comunidades tienen como resultado un mejor funcionamiento dentro del status quo (Brodsky y Cattaneo, 2013). Dichos objetivos están dirigidos a acciones

y resultados locales: adaptarse, soportar o resistir la situación tal y como es. Si bien estos esfuerzos son producto de mucha perseverancia y logran ofrecer cambios reales y significativos para las personas y las comunidades, estos se consideran cambios de primer orden, ya que no modifican el status quo de los riesgos y las diferencias de poder que sustentan las injusticias sociales (Brodsky y Cattaneo, 2013). En contraste, el empoderamiento genera cambios de segundo orden, ya que sus objetivos se orientan a cambiar los desequilibrios de poder entre el individuo- la comunidad y el sistema en conjunto, modificando así el status quo (Cattaneo y Chapman 2010, Brodsky y Cattaneo, 2013).

Además, el nivel de riesgo implícito posee un rol determinante para el surgimiento de la resiliencia y/o del empoderamiento. El nivel de riesgo implica el peligro que existe en la situación adversa. Según el modelo de Brodsky y Cattaneo (2013) un nivel de riesgo fundamental es aquel en el que las necesidades básicas o los derechos vinculados con la supervivencia se encuentran amenazados. En estos contextos en los que la sobrevivencia se encuentra en riesgo los autores mencionan que es natural que surja la resiliencia, mientras que el empoderamiento suele surgir en aquellos contextos sin una amenaza tan elevada o en contextos de alto riesgo, pero en interacción con la resiliencia (Brodsky y Cattaneo, 2013). Sin embargo, en entornos fundamentalmente arriesgados, la resiliencia puede ser a menudo un precursor y un facilitador adecuado del proceso de empoderamiento. Los componentes de la resiliencia- como la conciencia, intención, reflexión, mantenimiento- son fundamentales no sólo para sobrevivir y prosperar a pesar de las adversidades, sino para el cambio de los individuos y las comunidades locales, por lo que los esfuerzos de resiliencia pueden ser los primeros pasos antes de que surja el proceso de empoderamiento (Brodsky y Cattaneo, 2013). En este sentido, los elementos esenciales del empoderamiento pueden desarrollarse en el curso del aumento de la resiliencia. Así, en entornos de riesgo, a menudo es necesario desarrollar la fortaleza y la resiliencia individual y comunitaria antes de obtener y utilizar el poder necesario para realizar cambios en las esferas sociales más amplias que crean, regulan, mantienen y controlan los riesgos fundamentales (Brodsky y Cattaneo, 2013).

A nivel empírico, diversas investigaciones han explorado los procesos de resiliencia y empoderamiento comunitario, tanto por separado como en conjunto. La mayoría de estudios sobre resiliencia comunitaria se ha centrado en contextos de desastres naturales, analizando cómo las comunidades responden colectivamente a fenómenos disruptivos y sus consecuencias humanas y materiales (Sandoval-Díaz et al., 2023; Fan y Lyu, 2021; Thibodeaux, 2021; Koliou et al., 2020; Faulkner et al., 2018). En este tipo de estudios, la

resiliencia se comprende como la capacidad de organizarse antes, durante y después de un evento adverso, sostener redes solidarias y prevenir riesgos futuros. También se enfatiza el rol de los recursos locales, la participación ciudadana y el aprendizaje social. En contraposición, se identifican barreras estructurales como la pobreza, la desigualdad y la debilidad institucional que limitan el fortalecimiento de estas capacidades. Otras investigaciones han abordado la resiliencia comunitaria en contextos de crisis psicosocial prolongada, donde los efectos adversos se acumulan de forma no lineal ni episódica, pero deterioran progresivamente el bienestar colectivo (Alzugaray, 2019; Gebhard et al., 2022; López y Limón, 2017). Estas investigaciones destacan las respuestas adaptativas desde lo simbólico, lo organizativo y lo emocional, con énfasis en la construcción de redes comunitarias, identidades colectivas y formas de sostén mutuo.

Durante la pandemia por COVID-19, la resiliencia volvió a situarse en el centro del análisis comunitario. Bentley et al. (2020), Zhang et al. (2021) e Inzunza et al. (2023) coinciden en que la resiliencia comunitaria operó como factor protector frente al deterioro de la salud mental, generando cohesión, sentido de unidad y cuidado mutuo. En particular, Inzunza et al. (2023) estudiaron las ollas comunes en Puente Alto (Chile) y documentaron cómo, ante la crisis alimentaria, las mujeres organizadas implementaron estrategias colaborativas y apelaron a sus redes sociales y a su capacidad organizativa para sostener a sus comunidades.

En contraste, el empoderamiento comunitario ha recibido menor atención en los estudios empíricos recientes, pese a su relevancia para comprender los procesos de agencia colectiva que permiten disputar las condiciones estructurales de exclusión. Si bien existe literatura sobre el empoderamiento de mujeres en contextos rurales latinoamericanos, centrada en el fortalecimiento del autoconcepto, el emprendimiento y la participación pública, aún es escasa la investigación que explore el empoderamiento como proceso comunitario y político desde espacios urbanos autogestionados por mujeres (Caicedo y Solarte-Pazos, 2015; Castiblanco-Moreno y Pineda, 2022; Pico y Bayona, 2023). Tampoco se ha analizado cómo el liderazgo comunitario de las mujeres en las ollas comunes redefine su rol en el espacio público, en las relaciones con el Estado o en las formas de organización colectiva. La dimensión organizacional y relacional del empoderamiento ha sido insuficientemente abordada en contextos urbanos peruanos. Esta resulta clave para comprender las transformaciones de segundo orden, es decir, aquellas orientadas a modificar las estructuras que perpetúan la desigualdad (Brodsky y Cattaneo, 2013).

Frente a estos vacíos en la literatura, este estudio propone un enfoque cualitativo que permita recuperar las voces de mujeres lideresas de una olla común en Lima norte. Desde su experiencia, se busca comprender cómo construyen agencia colectiva, reorganizan redes de cuidado y disputan espacios de participación en contextos de exclusión estructural. Esta aproximación permite captar las trayectorias, sentidos y estrategias que no siempre emergen en estudios cuantitativos pero que son fundamentales para entender la dimensión política del cuidado y de la organización comunitaria. Además, se plantea una apuesta metodológica que reconoce el protagonismo de las mujeres como actoras centrales en la construcción del conocimiento, situando sus vivencias y formas de organización como claves para comprender los procesos estudiados. Visibilizar sus voces permite rescatar experiencias que son históricamente relegadas en la producción académica, y al mismo tiempo, abrir el análisis a perspectivas más contextualizadas, críticas y coherentes con las realidades que estas mujeres enfrentan y transforman cotidianamente.

Así, este estudio aporta al campo académico al articular los conceptos de resiliencia y empoderamiento comunitario desde una mirada crítica e interseccional. Analizar ambos procesos en interacción, desde un caso urbano y liderado por mujeres, permite visibilizar cómo se construyen prácticas de resistencia y transformación social desde territorios históricamente marginados. Por ello, el objetivo general de este estudio es analizar el proceso de resiliencia y empoderamiento comunitarios en mujeres miembros de una olla común en Lima norte.

Método

Participantes

Las participantes fueron seis miembros de la Junta Directiva de una olla común en la zona norte de Lima. Esta muestra fue seleccionada mediante un muestreo intencional, dado que las integrantes de la Junta Directiva ocupan roles estratégicos dentro de la organización, lo cual las convierte en informantes clave para comprender los procesos organizativos en estudio. Esta organización fue fundada a inicios de la pandemia por el COVID 19 y actualmente beneficia aproximadamente a 111 personas de su comunidad. En este sentido, brinda alimentación de lunes a viernes a un promedio de 33 familias.

Las edades de las participantes oscilaron entre los 28 y 39 años. Todas son madres, con un promedio de 2,3 hijas e hijos, y nacieron en distintos departamentos del Perú, siendo todas migrantes de primera generación en Lima. Los lugares de origen incluyen Huancayo, Cajamarca, Huánuco, Piura, Ancash y Cajamarca. A nivel laboral, sus actividades principales se relacionan con trabajos no remunerados de cuidado doméstico, aunque algunas complementan esta labor con emprendimientos independientes en estilismo, venta de accesorios o atención en bodega. A nivel formativo, todas completaron la secundaria y dos de ellas cuentan con estudios técnicos completos. Todas las participantes han formado parte de la olla común desde su fundación y desempeñan un cargo específico en la junta directiva, tales como presidenta, vicepresidenta, secretaria, tesorera, vocal y fiscal. Asimismo, dedican entre cuatro y ocho horas semanales a tareas vinculadas al funcionamiento de la olla común. La elección de este grupo responde al propósito de comprender los procesos organizativos desde una perspectiva situada, enfocándose en el entramado colectivo que sostiene la olla común, más allá de las trayectorias individuales. Esta selección permitió recoger las perspectivas de quienes lideran y coordinan cotidianamente el espacio comunitario.

Tabla 1

Principales características de las participantes.

	Cargo	Edad	Lugar de nacimiento	Nivel educativo	N. de hijxs	Tiempo participando en la olla
Rosario	Presidenta	39 años	Huancayo	Secundaria completa	4	8 horas aprox.
Estrella	Secretaria	32 años	Cajamarca	Instituto	2	6 horas aprox.

				completo		
Nuria	Tesorera	34 años	Huánuco	Secundaria completa	2	4-6 horas aprox.
Carla	Vocal	29 años	Piura	Secundaria completa	2	4-6 horas aprox.
Valentina	Vice-presidenta	28 años	Ancash	Secundaria completa	2	4 horas
Reina	Fiscal	35 años	Cajamarca	Instituto completo	2	5 horas

Nota: Los nombres reales de las entrevistadas han sido anonimizados y cambiados por pseudónimos, con el fin de mantener su confidencialidad.

En cuanto a los criterios éticos, se procuró salvaguardar el bienestar de las participantes en todo momento, minimizando los potenciales perjuicios de la presente investigación (American Psychological Association [APA], 2017). A su vez, se buscó establecer un ambiente de confianza y respeto a la autonomía, aclarando que la participación en la presente entrevista era estrictamente voluntaria y que podían responder las preguntas con las que se sintieran cómodas, con la libertad de retirarse o de interrumpir la entrevista si así lo requerían. Asimismo, siguiendo el principio de confidencialidad, se garantizó la protección de la información brindada por las participantes en todo momento, sin compartirla con terceros, cuidando el material recopilado y usándolo solo para fines académicos (APA, 2017). Todos estos cuidados y la explicación de los objetivos y alcances de la presente investigación fueron consolidados en el consentimiento informado (Apéndice A) el cual se brindó a las participantes, de manera que posean todo el conocimiento para decidir libremente si deseaban ser parte de la investigación.

Este documento también contaba con los datos de la investigadora ante cualquier consulta, queja o sugerencia, así como la información sobre el proceso de devolución de los resultados. A su vez, durante las entrevistas se consideró el protocolo de contención (Apéndice B) de manera que sea posible brindar contención frente a cualquier situación de desborde emocional. Finalmente, se proporcionó un documento con información sobre líneas de ayuda tanto emocional como de otras organizaciones benéficas, en caso necesiten algún tipo de apoyo específico (Apéndice C).

Técnicas de recojo de información

Con el fin de contextualizar el perfil de las participantes, se aplicó una ficha de datos sociodemográficos que incluyó información de filiación y aspectos generales sobre su trayectoria personal y comunitaria (Apéndice D). Esta herramienta permitió caracterizar al grupo desde una perspectiva situada, considerando variables relevantes como edad, lugar de nacimiento, número de hijas e hijos, nivel educativo y ocupación.

En función del objetivo de esta investigación y del enfoque cualitativo adoptado, se empleó la entrevista semiestructurada como técnica principal de recojo de información. Las entrevistas se dirigieron a las integrantes de la Junta Directiva de la olla común y se realizaron de forma individual, aunque el interés analítico se centra en los procesos colectivos que emergen de sus relatos. Esta decisión metodológica se fundamenta en la premisa de que, si bien los fenómenos de resiliencia y empoderamiento comunitario son colectivos, se manifiestan y adquieren sentido a través de las experiencias, lenguajes y reflexiones de quienes los viven. Por ello, las entrevistas individuales permiten explorar cómo cada participante construye sentido sobre el accionar colectivo, y así acceder a las dinámicas organizativas desde sus voces situadas. Esta elección responde a una lógica interpretativa, en la que lo subjetivo y lo comunitario no se contraponen, sino que se complementan. Como señala Murray (2021), la entrevista semiestructurada permite equilibrar una estructura inicial de indagación con la flexibilidad necesaria para profundizar en las dimensiones emergentes del discurso.

A partir de la revisión teórica realizada, se elaboró una guía semiestructurada preliminar que se dividió en tres ejes de indagación para explorar la experiencia de esta comunidad en cuanto a sus procesos de resiliencia y empoderamiento (Apéndice E). El primer eje fue en torno a la historia y participación de mujeres en la olla, incluyendo por qué y cómo se tomó esta decisión de fundar la olla común, cómo se organizaron, asignaron roles y consiguieron recursos. Así, se buscó indagar sus experiencias iniciales en esta tarea, explorando sus primeras impresiones, emociones y primeras relaciones entre sí. Esta sección estuvo conformada por cuatro preguntas. El segundo eje se centró en sus procesos de resiliencia y cómo afrontaron los distintos retos que hayan surgido desde la conformación de la olla, incluyendo un total de cuatro preguntas. El último eje se centró en sus procesos de empoderamiento, por lo que abarcó preguntas sobre su rol como comunidad y las percepciones que tienen de los cambios que han logrado a nivel político, con un aproximado de ocho preguntas.

Finalmente, estas guías atravesaron un riguroso proceso de validación, lo que permitió garantizar la validez de dicho instrumento. La asesora de la presente investigación revisó a profundidad las preguntas planteadas, tomando en cuenta los criterios de pertinencia, coherencia, apertura y claridad de las preguntas. Tomando como base la retroalimentación recibida, se efectuaron una serie de correcciones a la misma y tras estos últimos ajustes fue posible aplicar el instrumento con las participantes del presente estudio.

Procedimiento

Para la identificación de las participantes se empleó un muestreo intencional, basado en criterios previamente definidos: que se tratara de una olla común liderada por mujeres, con trayectoria sostenida desde la pandemia y una estructura organizativa formalizada. Una vez identificada una organización que cumplía con estos criterios, se recurrió a la técnica de bola de nieve como estrategia para facilitar el acceso a sus integrantes. Esta técnica resulta especialmente útil en investigaciones cualitativas que abordan colectivos específicos y de acceso limitado, ya que permite establecer relaciones de confianza a partir de las redes sociales existentes entre las propias participantes (Alloatti, 2014; Martín-Crespo & Salamanca, 2007).

Así, el primer contacto con la olla común se realizó en marzo del 2024, a través de una llamada telefónica y mensajes con la lideresa de la olla, quien introdujo a las demás integrantes de la organización. Posteriormente, se mantuvo la comunicación y se visitó a la organización. Ello formó parte del proceso de familiarización, lo cual permite sentar las bases de una relación empática y horizontal con las participantes del estudio (Montero, 2006).

Seguidamente, se presentó la investigación y se convocó abiertamente a ser parte del estudio. Desde un principio se informó sobre el objetivo de la investigación y el rol que tendrían las participantes. Las entrevistas se realizaron de forma presencial previamente coordinando la fecha con las participantes y enviando el consentimiento informado para que puedan revisarlo a profundidad en caso lo deseen. De igual forma, antes de empezar la entrevista se repasaron los puntos principales y se buscó resolver cualquier duda que quedara pendiente. Una vez recopilada la información, se transcribió de forma literal las grabaciones de las entrevistas, editando la información que podría revelar la identidad de las participantes de manera que se mantenga el anonimato. Además, se analizó la información recopilada a través de la plataforma de ATLAS ti versión 9. Tras dicho análisis, se coordinó un espacio con las participantes para realizar la devolución de resultados. En este espacio, se presentaron los hallazgos de la investigación de forma didáctica y aterrizada, asegurando la comprensión

de la información y recogiendo preguntas o comentarios que puedan surgir frente a la información presentada.

Análisis de la información

Esta investigación se enmarca en un enfoque cualitativo con una perspectiva interpretativa y constructivista, la cual parte del reconocimiento de que las realidades sociales son construidas colectiva y situadamente, a través del lenguaje, las prácticas y las relaciones sociales. Desde esta perspectiva, el conocimiento no se concibe como una representación objetiva de la realidad, sino como una construcción situada que emerge de los significados atribuidos por los actores en contextos específicos (Pistrang & Barker, 2012). Por tanto, el propósito de este estudio no es establecer verdades generalizables, sino comprender los procesos sociales en su complejidad, tal como son vividos e interpretados por quienes los protagonizan.

El diseño metodológico adoptado corresponde a un estudio de caso cualitativo, centrado en una organización comunitaria específica: una olla común ubicada en Lima Norte. Este enfoque permite delimitar con claridad la unidad de análisis, entendida no como una suma de trayectorias individuales, sino como un entramado colectivo en el que se configuran prácticas, relaciones y estructuras que sostienen la acción comunitaria. Si bien se utilizaron entrevistas individuales como técnica de recolección de información, el interés analítico no reside en reconstruir vivencias biográficas, sino en comprender los procesos organizativos y comunitarios que emergen a través de las voces de mujeres que ocupan roles de liderazgo dentro de la Junta Directiva de la organización. Esta decisión metodológica permite atender al carácter colectivo y relacional del fenómeno estudiado.

En coherencia con esta perspectiva, se optó por una estrategia de análisis temático con enfoque abductivo. Esta estrategia combina elementos inductivos, propios de una lectura abierta de los datos, con una orientación teórica que permite interpretar la información en diálogo con los objetivos de investigación y el marco conceptual previamente definido (Proudfoot, 2023; Swain, 2018). La abducción permite reconocer que el conocimiento no surge únicamente de la teoría ni exclusivamente de los datos, sino del intercambio dinámico entre ambos, lo que resulta especialmente útil para abordar fenómenos complejos y contextualmente situados como la articulación entre resiliencia y empoderamiento comunitario en escenarios de exclusión social. Este enfoque evita forzar los datos a categorías predeterminadas y, en cambio, favorece la emergencia de sentidos relevantes desde la experiencia situada de las participantes.

El proceso de análisis siguió los lineamientos propuestos por Braun y Clarke (2012) para el análisis temático. En una primera etapa, se realizó una familiarización profunda con el material recolectado a través de lecturas activas, críticas y reflexivas de las transcripciones. Luego se procedió a la codificación inicial, identificando fragmentos significativos vinculados a los objetivos de la investigación y a las categorías conceptuales previamente discutidas. A partir de la codificación se agruparon los contenidos en ejes temáticos amplios, atendiendo tanto a la recurrencia como a la riqueza interpretativa de los discursos. Estos temas fueron revisados en su coherencia interna y su relevancia analítica, y posteriormente nombrados y definidos con base en su capacidad para responder a las preguntas de investigación. Finalmente, los hallazgos fueron integrados en una narrativa analítica que conecta la experiencia de las participantes con los conceptos de resiliencia y empoderamiento comunitario. Esta estrategia analítica, basada en el análisis temático con enfoque abductivo, resulta pertinente para abordar fenómenos sociales complejos y situados, como los procesos organizativos y comunitarios que se indagan en este estudio. Al permitir un diálogo constante entre teoría y datos, favorece la construcción de interpretaciones contextualizadas y analíticamente sólidas. Su aplicación es coherente con el enfoque epistemológico adoptado y con los objetivos de la investigación, proporcionando un marco flexible pero riguroso para el análisis de los significados construidos por las participantes en torno a su experiencia colectiva.

Resultados y discusión

Esta sección presenta los hallazgos del estudio organizados en tres temas centrales, contruidos a partir del análisis temático de las entrevistas realizadas a seis integrantes de la Junta Directiva de una olla común en Lima Norte. La elección de estos temas responde a su relevancia para comprender cómo se manifiestan e interrelacionan los procesos de resiliencia y empoderamiento comunitario en contextos de exclusión social, en consonancia con los objetivos de la investigación.

Cada uno de los temas articula una serie de dimensiones narrativas que operan como ejes internos del relato colectivo. Estas dimensiones no constituyen categorías analíticas autónomas, sino que permiten estructurar de manera situada las experiencias compartidas por las participantes, facilitando una comprensión más integral de los procesos organizativos que atraviesan.

El primer tema, “Empezamos de cero, pero ahora ya tenemos cosas propias”, reconstruye el origen de la olla común en el contexto de la pandemia, así como su proceso de consolidación organizativa, a partir de los desafíos iniciales, las decisiones fundacionales, la articulación con actores clave y el camino hacia su formalización como organización reconocida.

El segundo tema, “Me motiva salir adelante como una comunidad”, se centra en la dinámica interna de la organización, destacando el estilo de liderazgo, el modelo de gobernanza, el sentido de comunidad construido entre las participantes, el desarrollo personal de sus integrantes y las estrategias colectivas desplegadas para adaptarse a la adversidad y obtener recursos.

Finalmente, el tercer tema, “La Municipalidad nos apoya y nosotras también apoyamos a la Municipalidad”, examina las formas de relacionamiento entre la olla común y las instituciones estatales, visibilizando tanto los beneficios obtenidos como las tensiones asociadas al reconocimiento, la autonomía y la sostenibilidad organizativa.

A lo largo de esta sección, se analizan las interacciones entre resiliencia y empoderamiento comunitario, identificando sus puntos de convergencia, las tensiones emergentes y los aportes específicos del caso estudiado al debate académico sobre organización comunitaria liderada por mujeres en escenarios urbanos marcados por la exclusión estructural.

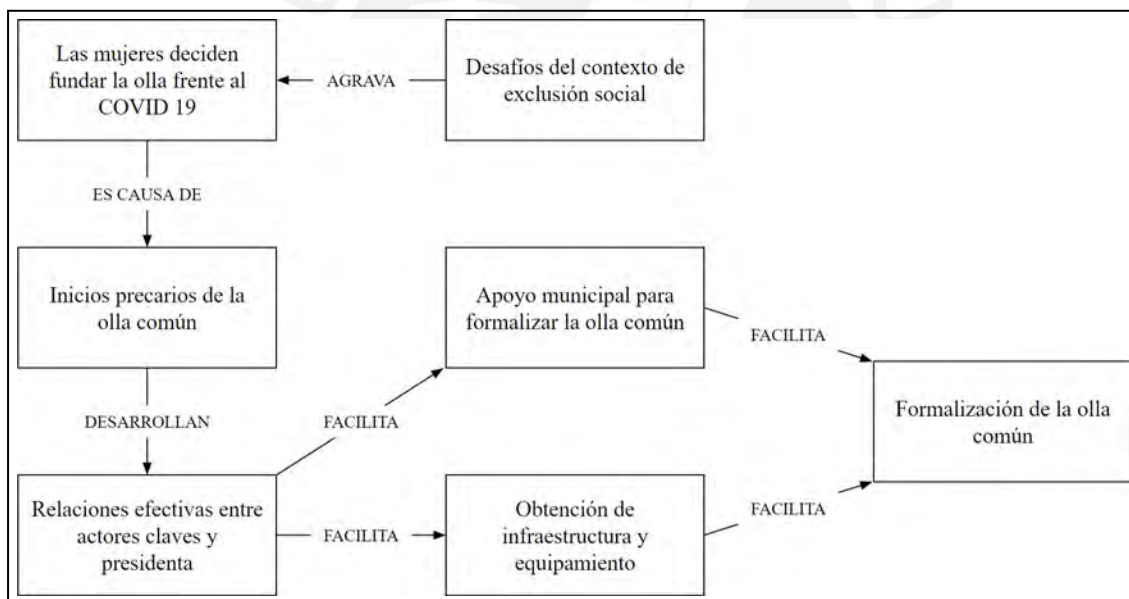
Tema 1: "Empezamos de cero pero ahora ya tenemos cosas propias"

El primer tema (Figura 1) refleja el proceso de resiliencia de las mujeres a partir de la decisión de fundar la olla común frente a la COVID-19 hasta lograr establecerse como una organización formal. Este proceso incluye los desafíos del contexto de exclusión social que agravan la crisis por la pandemia y generan que las mujeres decidan fundar la olla común.

Siguiendo la cronología de los acontecimientos, el desafío de iniciar una organización implicó enfrentar inicios precarios. En respuesta, la presidenta de la organización estableció relaciones efectivas con actores clave, lo que facilitó la obtención de infraestructura y el apoyo municipal necesario para formalizar la olla común. Esta formalización trajo consigo beneficios y un nuevo rol para estas lideresas, sugiriendo un protagonismo social emergente y un posible inicio de un proceso de empoderamiento comunitario.

Figura 1

Esquema del inicio y formalización de la olla común



La pobreza y las dificultades para acceder a servicios básicos y recursos económicos son un común denominador entre las ollas comunes de Lima (Hardy, 2020). El impacto de la pandemia profundizó estas carencias y evidenció la grave vulnerabilidad estructural de estas comunidades.

El lugar también donde nosotros estamos, pues no tenemos agua potable estable ¿no?, nosotras juntamos agua en tachos cuando viene el aguatero [...] Y cuando llueve feo, pues no es que no quiera subir el aguatero, simplemente no se puede, el mismo camión empieza a retroceder porque no hay pistas, ha habido también veces en las que se han volteado camiones, es complicado. (Reina, miembro de la junta directiva, 35 años)

Este testimonio evidencia las extremas condiciones en las que operan las ollas comunes, reflejando tanto la precariedad en el acceso a recursos básicos como el agua potable, como la vulnerabilidad infraestructural que enfrenta esta población. La pandemia exacerbó estas ya precarias condiciones de habitabilidad, generando riesgos críticos para la supervivencia de la comunidad, tal como ocurrió en otros asentamientos humanos de Lima durante la pandemia (Perleche-Ugás, 2022). En este contexto, un grupo de mujeres deciden unirse para resistir frente a la crisis y sobrevivir al hambre fundando así esta olla común.

O sea, lo fundamos porque nos vimos con los vecinos en la necesidad, ya el trabajo había paralizado para los esposos, teníamos que estar encerradas y todo ¿no?

Decidimos juntarnos un grupo de mamás, nos pusimos las pilas y dijimos pues no que teníamos que organizarnos y organizar a las vecinas. (Rosa, presidenta, 39 años)

La resiliencia se manifiesta en contextos de riesgo fundamental, como la crisis alimentaria que implicaba riesgos de hambruna (Brodsky y Cattaneo, 2013). Frente a ello, las mujeres lograron sobreponerse a la adversidad, apoyando a sus familias y comunidades a través del alivio parcial de las necesidades alimentarias de su comunidad, lo que da cuenta de un proceso de resiliencia comunitaria (Fletcher y Sarkar, 2013).

El inicio fue duro y precario; durante un año las mujeres empezaron trabajando al intemperie, sin tener un techo ni los recursos materiales propios para cocinar. Sin embargo, ellas persistieron y buscaron mejorar sus condiciones de trabajo para cocinar dignamente. Para ello, la estrategia organizativa crítica que implementaron fue el establecimiento de alianzas (Lopez y Limón, 2017). De esta manera lograron obtener donaciones de distintos actores, lo que les brindó recursos materiales para mejorar la infraestructura de la organización.

Cuando se fundó, no teníamos nada. Empezamos de cero, cocinando en carpitas, prestando nuestras cositas [...] Nos donaron módulos, tanques de agua, las ollas, las cocinas, los servicios, todo nos ha donado y ahora tenemos de nosotros mismos [...] lo obtuvimos pidiendo donaciones, presentando solicitudes en las empresas, en los candidatos, regidores y cosas que sí nos han cumplido claro. (Nuria, miembro de la junta directiva, 34 años)

Además, pudieron conectar con autoridades de la Municipalidad, quienes las apoyaron con el papeleo para formalizar la organización. Esto incluye tener libros de padrón de socios y actas notariadas que permiten sistematizar su documentación para cumplir con los requisitos del MIDIS y la Municipalidad. A través del apoyo de donantes y autoridades pudieron consolidar un espacio y formalizar la organización ante las instituciones, logrando un apoyo más estable.

Ya digamos que comenzamos así de poquito y ahorita ya es algo grande ya algo, ya formado con todos nuestros papeles lo hemos luchado también ¿no?, ir a la Municipalidad, ir a pedir que vengan a verificarnos y que nos den el ya, el sellado en que diga ¿no?, que ya, van a ser una ollita, están tanta cantidad de gente, eso también fue un logro súper grande ¿no?, para nosotros como ollita pues que nos acepten sobre todo y recibir el apoyo, que se recibe. (Reina, presidenta, 35 años)

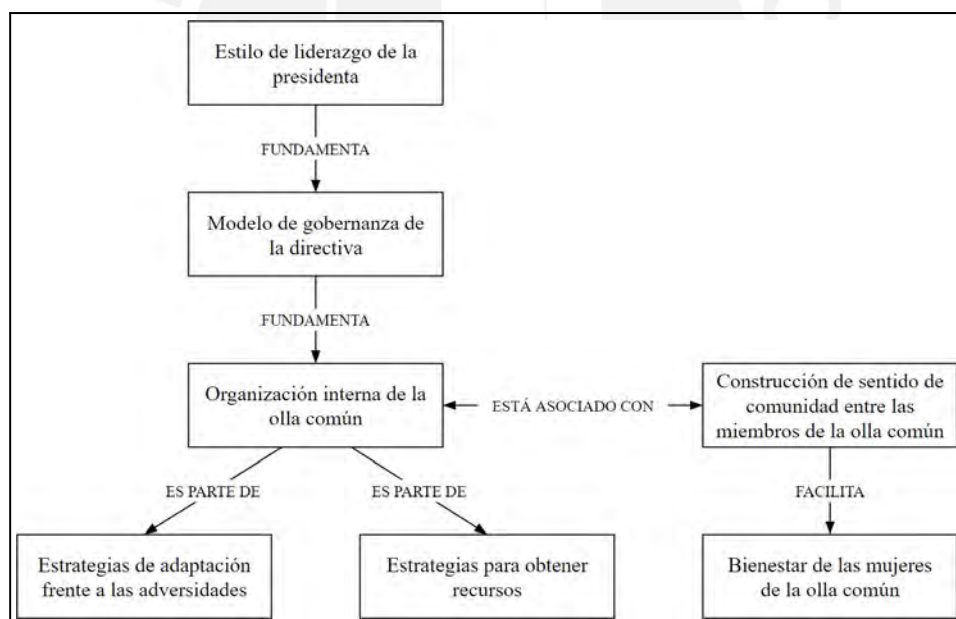
El hecho de que las mujeres hayan logrado obtener recursos directamente de la municipalidad indica que ahora son reconocidas como una organización legítima, recibiendo apoyo continuo. De esta manera, se evidencia un protagonismo social significativo que les ha permitido ser incluidas a nivel estatal (Vega, 2021). Esto podría reflejar un cambio incipiente en su rol como ciudadanas activas, sugiriendo el inicio de una relación más directa y participativa con las instituciones estatales. Antes invisibilizadas, ahora tienen la posibilidad de empezar a establecer las bases para un diálogo más activo con el Estado, enfrentando las necesidades de su comunidad con mayor protagonismo. Estos esfuerzos podrían ser indicios de un proceso de empoderamiento en desarrollo, una dinámica que se explorará en profundidad en los siguientes capítulos.

Tema 2: "Me motiva salir adelante como una comunidad"

Una vez establecida la olla común, se comienza a estructurar la dinámica interna de la organización. A lo largo de este tema se describe la forma en la que se consolidan los roles y funciones de la Junta Directiva, así como la construcción de una comunidad unida y organizada y el impacto que ello tiene en la resiliencia comunitaria y el empoderamiento comunitario de la organización. Como se observa en la figura dos, el estilo de liderazgo de la presidenta fundamenta el modelo de gobernanza de la directiva y, a su vez, de la organización interna de la olla. Esta organización interna se asocia con la construcción del sentido de comunidad entre las miembros de la olla, la cual impulsa el desarrollo personal de las mujeres miembros de esta organización. Asimismo, resaltan como parte clave de la organización interna la implementación de estrategias de adaptación frente a las adversidades y el establecimiento de interacciones estratégicas con actores externos para obtener más recursos.

Figura 2

Esquema de la estructura interna y la evolución de la organización



La presidenta de la olla común desempeña un papel crucial en la organización, siendo la principal promotora de su creación y logrando que esta se mantenga operativa hasta el día de hoy. En este sentido, el liderazgo juega un rol protagonista para impulsar una recuperación resiliente (Negrín et al., 2023; Clarke, 2020). Particularmente, esta líder demuestra características tanto del estilo de liderazgo transformacional como transaccional (Johnson y Hackman, 2018). Por un lado, a pesar de ser la primera vez que lidera una organización, la

presidenta ha logrado promover la confianza, el respeto y la confidencialidad como valores fundamentales de la olla común. Estas características son claves para el crecimiento sostenido de la organización, ya que buscan motivar y establecer un ambiente de crecimiento en la organización, aspectos claves de un estilo de liderazgo transformacional (Johnson y Hackman, 2018).

La clave es el estar constante pienso yo ahí pues apoyándonos ¿no?, osea el que también nuestra presidenta se movilice bien, porque es la que mayormente va a hacer la mayoría de papeles, siempre está ahí, en todo lo que es de la Municipalidad. (Reina, presidenta, 35 años)

Además, otro recurso notable de esta organización es el modelo de gobernanza de la directiva que enfatiza la participación activa y el establecimiento de un ambiente democrático en el que las socias pueden opinar libremente sobre las decisiones que se toman, lo que permite mayor representatividad e involucramiento en la organización. "Para tomar decisiones convocan a reuniones, cada uno da sus opiniones y según lo que hablen en reunión, es libre de decir lo que piensa a través de reunión." (Carla, 29 años). Estos aspectos son claves para crear una organización resiliente, ya que fortalecer los lazos comunitarios y asegurar que las acciones tomadas sean representativas de las necesidades y prioridades de la comunidad, lo que se traduce en una mayor efectividad para responder a la crisis (Clarke, 2020).

Nosotras somos solamente unas representantes, nada más, entre la Municipalidad o autoridades. En la olla somos todos iguales. Claro, tú puedes opinar o puedes decir sabes que no me parece y te la vamos a respetar. Con mucho gusto la vamos a recibir esa crítica o algo. Porque de eso se trata pues de unirnos [...] en asamblea tomamos las decisiones, nada que "lo asumimos solamente entre la directiva y le comunicamos y que las socias acaten" No, estamos en la democracia, somos una directiva frontal. (Estrella, miembro de la junta directiva, 32 años)

Por otro lado, la presidenta es quien concentra en gran medida las funciones relacionadas a la gestión con las instituciones y/o actores claves para obtener recursos, posiblemente como parte de su rol como líder y gracias a las capacidades de relacionamiento que demuestra con actores clave, tales como posibles donantes o autoridades estatales. Estas alianzas para obtener recursos son característicos del estilo transaccional del liderazgo, que se centra en satisfacer necesidades básicas a través de intercambios para lograr mantener el *status quo* (Johnson y Hackman, 2018).

Yo sigo siendo la misma de antes, como que el cargo no me hace ni más ni menos, con mucho respeto y con ganas de aprender sí. [...] Ser presidenta es toda una experiencia, ¿cómo te podría decir? Como que tú vas a los lugares, ¿no? Pues si tenemos reunión en la Municipalidad como que ya todos te conocen. (Rosa, presidenta, 39 años)

Así, se evidencia cómo se mantienen y potencian los aprendizajes adquiridos en la formalización de la olla, pues el establecimiento de relaciones efectivas con actores clave fueron críticas para consolidarse como organización. Si bien esta organización estaría logrando que la olla obtenga los recursos materiales necesarios para trabajar, es importante resaltar que la concentración de esta función en una sola persona para estas gestiones puede ser problemática, ya que su ausencia podría debilitar la capacidad de la organización para mantener el flujo de recursos necesarios. Esto podría reducir la autonomía y sostenibilidad de la organización, impactando negativamente en el empoderamiento de la olla común (Rappaport, 1987). Sin embargo, es importante considerar que ninguna de las participantes posee conocimientos previos en temas de gestión, por lo que sería razonable que la responsabilidad recaiga inicialmente en una persona con mayor disposición o habilidades para asumir estos roles.

En este contexto, se perfila un estilo de liderazgo que incorpora elementos tanto del liderazgo transaccional (enfocado en el intercambio de recursos) como del transformacional (centrado en la creación de un ambiente de confianza y participación). Johnson y Hackman (2018) sugieren que el liderazgo transaccional puede servir como base para el desarrollo del liderazgo transformacional. En el caso de la presidenta de la olla común, sus acciones transaccionales, como la gestión eficiente de recursos y las negociaciones con la Municipalidad, establecen una base sólida que podría potenciarse a través de su capacidad para unificar y movilizar a la organización. Este enfoque integrado podría fortalecer la resiliencia y el empoderamiento de la organización, haciéndola más efectiva en la respuesta a las crisis.

Estos aspectos son el fundamento de la organización interna de la olla común, la cual posee una estructura clara en la que todas las usuarias rotan para cocinar, poseen funciones específicas y tienen reuniones cada cierto tiempo para llegar a nuevos acuerdos, conocer opiniones diversas y solucionar problemas pendientes, manteniéndose motivadas por seguir mejorando.

Hemos aprendido a ser responsables, a apoyarnos. Aquí cuando nos toca cocinar, tenemos que cocinar, o cuando tenemos reuniones a asistir, porque si no también nos

ponemos como esos, multas, decir cómo te digo, para ser responsables. Aunque es mínimo, pero igual ¿no?, tratamos de hacer eso, nos organizamos pues para que una lave las ollas, otra para que cocinen, otra para que laven el pollo o cosas así ¿no?." (Reina, miembro de la junta directiva, 35 años)

Al articular y organizarse para impulsar la olla común, las miembros comenzaron a construir un sentido de comunidad, lo que habría facilitado el crecimiento continuo de la organización y el fortalecimiento de la colaboración entre ellas. Esta organización posee todos los componentes de una comunidad: una historia compartida, influencia recíproca y sentido de unión (Montero, 2004; Krause, 2007). La historia compartida entre las participantes se va consolidando y enriqueciendo a partir de las experiencias cotidianas que comparten, en las que se influyen mutuamente a partir de sus errores y lecciones, manteniéndose persistentes en su tarea de proveer alimentación a toda su comunidad.

Cada día esas cosas te enseñan a veces no sabes cómo actuar, pero a veces lo que pasa en el día, la gente te va enseñando y uno va cambiando. Cada día de los errores que tienes vas aprendiendo a ser más tratable, ordenada, a llevarse bien. No se pelea por gusto. El desafío fue de salir adelante, pues no con lo que con lo que venía con lo que teníamos que hacer lo posible de hacer algo no pero no, no nos hemos vencido nunca de decir acá se acaba. (Nuria, miembro de la junta directiva, 34 años)

Además, el sentido de unión se manifiesta en sus esfuerzos por cuidarse entre sí y la camaradería que se forma en el grupo, ya que se evidencia cómo las mujeres se apoyan frente a distintos desafíos, como las tareas de la maternidad y eventos vitales difíciles de afrontar. Como menciona la vicepresidenta, "Todas somos colaborativas, cualquier cosa y colaboramos, entre todas apoyan [...] todas son unidas, por ejemplo, cualquiera fallece y ahí están, nos apoyamos" (Valentina, miembro de la junta directiva, 28 años).

Particularmente, tal como identificaron Bentley et al. (2020) e Izunza et al. (2023), la resiliencia comunitaria habría fortalecido el sentido de unidad dentro del colectivo, fomentando una tendencia a la protección del endogrupo y aumentando los esfuerzos para satisfacer las necesidades del grupo, lo cual repercute positivamente en los lazos sociales entre sus miembros.

Me motiva el compartir con las demás, la convivencia con las demás personas. La motivación de salir adelante, el apoyo. La solidaridad que se da entre ahí y unirse, ¿no? Me motiva salir adelante como una comunidad. Incluso para el día de la madre decimos sabes que hay que agasajarnos nosotras mismas o cuando se necesita nos

corresponde apoyar, aunque sea una pollada. (Estrella, miembro de la junta directiva, 32 años)

En este contexto, la olla común se convierte en un espacio de fortalecimiento emocional y psicológico que impulsa una actitud positiva entre las miembros de la olla común. La actitud positiva es uno de los principales recursos de la resiliencia comunitaria, y en este caso se manifiesta en el orgullo y cariño por el lugar en el que viven las participantes el cual se ve retroalimentado por el sentido de comunidad de las participantes (Kulig y Botey, 2016).

Me gusta que por más que vivamos en un cerro, como muchos pueden decir, nosotras lo tomamos de una forma bonita, con cariño, decimos "nuestro cerro" con cariño. Orgullosa de que, por más que estemos acá, salimos adelante como ollita, con cariño, apoyándonos. (Reina, miembro de la junta directiva, 35 años)

Este aspecto relacional es fundamental para entender el impacto positivo de la olla común en la vida de estas mujeres, más allá del beneficio inmediato de la provisión de alimentos la olla común también estaría impulsando también su bienestar a partir de tres efectos principales. En primer lugar, la olla común constituye un alivio económico frente a la precariedad, por lo que las mujeres mencionan sentirse más tranquilas de poder asegurar la alimentación de sus hogares.

Siento que una ollita también te ayuda a ser como, por ejemplo, más independiente, más empoderada como mujer, también porque, también llevas comida a la casa, o sea así den lo poquito que es, pero igual es tu tiempo y ya llevas tu comida a tu casa, eso de entrada es un apoyo ya de nosotras [...] digamos un día en la familia o en los esposos pasa que puede estar enfermo, que ha pasado casos también ¿no?, están enfermos, no trabajan los esposos, o lo que sea no hay entrada, pues uno saca de la ollita y ya sientes un alivio, tienes una entrada que es lo más importante pues comer. (Reina, miembro de la junta directiva, 35 años)

En segundo lugar, la organización interna de la olla común permite distribuir las responsabilidades de manera equitativa, lo que les da a las mujeres la posibilidad de turnarse en la preparación de los alimentos. Esto les otorga tiempo adicional que pueden emplear en otras actividades que contribuyan a su desarrollo personal y profesional. Al liberar parte de su carga diaria, pueden dedicarse a actividades laborales, educativas o de formación, lo que amplía sus oportunidades de empoderamiento. Estas experiencias formativas no solo incrementan su acceso al mercado laboral, sino que también fortalecen su capacidad para

aportar de manera más activa a la economía familiar, mejorando sus condiciones de vida y su autonomía (Caceido y Solarte-Pazos, 2015).

Algunas han aprendido a manejar moto, están trabajando. La olla da más tiempo para que las mujeres puedan hacer otras cosas y no estar muy metidas en casa, hacer otras cosas pues ¿no? el tiempo que se usa para la cocina, lo uso en otras cosas. Otros están estudiando por internet, tomando un curso o aprendiendo el inglés que es el futuro, el idioma universal dicen (Estrella, miembro de la junta directiva, 32 años)

A su vez, las mujeres desarrollaron distintas estrategias tanto para adaptarse a las adversidades como para obtener más recursos, lo que demuestra su resiliencia (Arciniega, 2013). Por un lado, en cuanto a las estrategias de adaptación frente a las adversidades, las mujeres enfrentan distintos problemas como el traslado de las donaciones y/o el clima.

El clima es muy fuerte acá en tiempo de invierno es horrible a veces hasta no sube ya la cisterna. Entonces, cuando viene el carro a las 5 de la mañana tenemos que salir con nuestra lampa a echar tierra para que pueda subir sí o sí el carro, tú sabes que el agua es la prioridad. Sin el agua no hacemos nada, no podemos cocinar (Rosa, presidenta, 39 años)

Las mujeres muestran una notoria capacidad de adaptación, impulsada por el sentido de comunidad y por el compromiso con la organización, enfrentando juntas los retos físicos y logísticos implicados en la gestión de la olla (Kulig et al., 2018). Su enfoque condice con los principios de resiliencia comunitaria, donde la colaboración y la interdependencia son claves para superar las dificultades (Arciniega, 2013). Mantener una actitud positiva de "risa y risa, broma y broma" frente a las tareas arduas refleja una adaptación positiva, esencial para la resiliencia (Kulig y Botey; 2016). En cuanto a las formas en las que logran obtener suministros, se realizan actividades autogestionadas en las que cada socia colabora con un monto para no dejar de cocinar ese día. "Sí, bueno, a veces muchas veces no teníamos gas, cocinamos a leña. Este no teníamos arroz. Hemos hecho una actividad para comprar entre todos colaborar. Y todas esas muchas cosas hemos pasado" (Nuria, miembro de la junta directiva, 34 años)

Además, para mantener las donaciones y las alianzas establecidas se han desarrollado estrategias para fortalecer y perpetuar estas relaciones a lo largo del tiempo. Principalmente a través de la celebración de eventos claves para reconocer y agradecer el rol de los colaboradores en la continuidad de la olla. Estos eventos incluyen la celebración del aniversario de la olla común, la navidad, el día de la madre, entre otras fechas festivas. Este

enfoque no solo asegura la continuidad del apoyo recibido, sino que también refuerza el sentido de comunidad y pertenencia entre las participantes y los donantes.

De vez en cuando viene una autoridad para agasajar, como agradecimiento en lo que nos dan. Para nuestro aniversario vino el alcalde con su esposa, entonces nos donaron también pollo porque se le pide y nos dieron bien, en agradecimientos también lo atendimos, lo recibimos con sus flores acá, osea se hace un esfuerzo, una con otra como para construir relaciones pues creo que ahí se crea relaciones vínculos, en conversación, un almuercito, hacerse un poquito más con la carita conocida y tratar de aprovechar, ya que la autoridad llega ¿no? (Estrella, miembro de la junta directiva, 32 años)

Este tipo de eventos desempeñan un papel crucial al funcionar como un mecanismo de fortalecimiento de redes de apoyo externas. Como mencionan López y Limón (2017), las mujeres han hecho uso de sus conocimientos culturales (mostrar agradecimiento con flores) y capacidades sociales (planificación) para poner en acción estrategias organizativas, en este caso, la creación de alianzas estratégicas y momentos óptimos, como un agasajo, para fortalecer la reciprocidad ("una con otra") y las relaciones, lo que constituye la resiliencia comunitaria. No obstante, es pertinente cuestionar hasta qué punto estas acciones contribuyen efectivamente al empoderamiento comunitario. Si bien la visibilidad pública y el reconocimiento hacia los colaboradores externos pueden fomentar su apoyo continuo, existe el riesgo de que estas interacciones perpetúen una dependencia estructural frente a los actores externos, limitando el desarrollo de una verdadera autonomía. En este sentido, aunque las mujeres de la Junta Directiva adquieren habilidades en la gestión de estas relaciones, el desafío radica en convertir estos vínculos en oportunidades que impulsen una mayor autogestión de la organización. De lo contrario, la dependencia de recursos externos podría debilitar los procesos de empoderamiento, manteniendo una relación asimétrica que refuerza las dinámicas de subordinación y clientelismo, más que propiciar un empoderamiento comunitario genuino y sostenible.

A lo largo del presente análisis, se han examinado los recursos y estrategias que las mujeres de la olla común emplean para consolidar e impulsar el desarrollo de la organización, lo que ha permitido fortalecer su capacidad de respuesta resiliente. Es importante destacar que tanto la resiliencia como el empoderamiento comunitario se nutren de un conjunto de recursos compartidos, entre los que se incluyen el sentido de protección, la cohesión comunitaria, la flexibilidad, la capacidad de adaptación al cambio y el esfuerzo constante (Brodsky y Cattaneo, 2013). Estas fortalezas se han manifestado a través del estilo de

liderazgo de la presidenta, la participación activa de las socias en reuniones de la directiva, el sentido de comunidad que sigue fortaleciéndose y los beneficios al bienestar que aporta este espacio. La unión entre las mujeres ha sido crucial para implementar estas estrategias, evidenciando cómo el trabajo conjunto y la solidaridad fortalecen la estructura organizativa y aseguran su sostenibilidad a largo plazo. En este sentido, la resiliencia desempeña un papel clave como impulsora y facilitadora del empoderamiento comunitario, ya que contribuye al desarrollo de recursos esenciales, como la confianza en sus propias capacidades y la capacidad de tomar decisiones de manera colectiva, aspectos fundamentales para fortalecer el empoderamiento dentro de la comunidad (Brodsky y Cattaneo, 2013). A partir de estos logros, se puede inferir que se están sentando las bases para la consolidación de un proceso de empoderamiento comunitario sostenible dentro de esta organización.

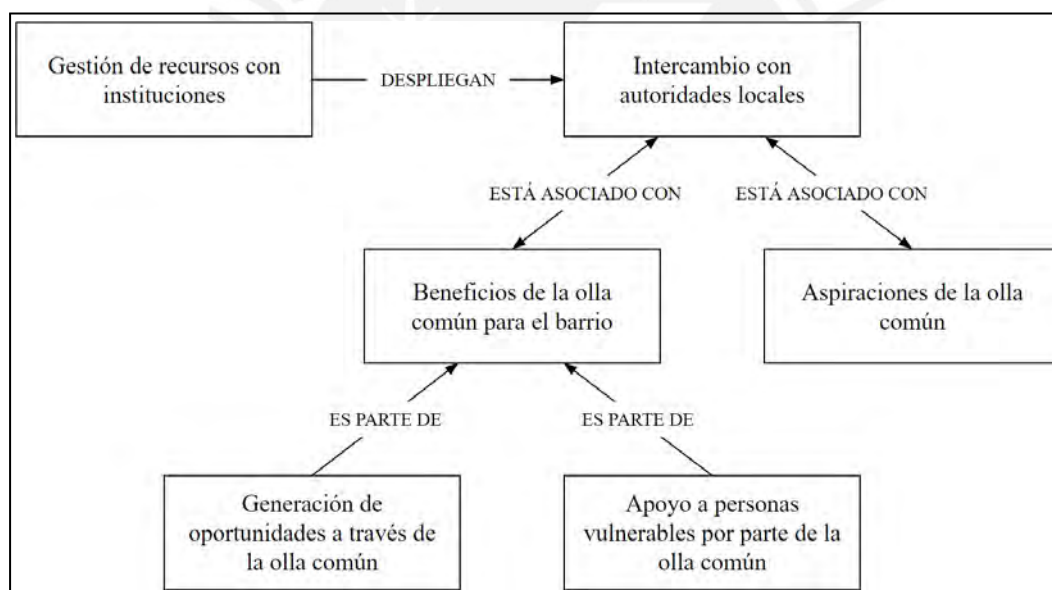


Tema 3: "La Municipalidad nos apoya a nosotras y nosotras también apoyamos a la Municipalidad"

A medida que se van potenciando los recursos de la organización también se va configurando la dinámica que la olla común establece con las instituciones, proceso que será analizado principalmente desde sus implicancias para el empoderamiento comunitario. Como se observa en la figura tres, en la gestión de recursos con las instituciones las mujeres de la olla común despliegan estrategias de intercambio con las autoridades, lo que brinda beneficios para el barrio, a partir de oportunidades de desarrollo y apoyo a personas vulnerables. Finalmente, este relacionamiento también se vincula con las aspiraciones de la olla común a futuro.

Figura 3

Esquema del relacionamiento entre la olla común y las instituciones



La Municipalidad de este distrito y el MIDIS supervisan el funcionamiento de la olla común, asegurándose de que se utilicen adecuadamente los bienes y recursos proporcionados (Alcázar et al., 2023). La presidenta es quien representa la olla común y gestiona directamente la recepción de alimentos y los diversos trámites administrativos asociados. Sobre ello, ella menciona que a partir de este año se ha venido tomando más en cuenta sus preferencias en cuanto a los alimentos que se reciben y que se sienten escuchadas por las instituciones. Ello debido a que existe un canal de comunicación directo con el MIDIS, lo cual ha facilitado la coordinación y la respuesta rápida ante emergencias y necesidades. Esta dinámica en la que se sienten incluidas podría favorecer el empoderamiento, ya que tendrían

mayor control y autonomía sobre los recursos que reciben (Rappaport, 1987). Sin embargo, esta no sería una mirada uniforme en toda la Junta Directiva, pues cuatro de las seis mujeres entrevistadas desconocen que existen estos canales y manifiestan que las instituciones deciden unilateralmente qué y cuánto proveer.

No nos consultan sobre cambios, nosotras solamente decimos “qué nos darán este mes”, “qué vendrá” nos gustaría que tomen en cuenta nuestras preferencias, pero estamos a lo que nos den pues, a que no nos den nada, a que no nos apoyen en nada. (Estrella, miembro de la junta directiva, 32 años)

El testimonio presentado revela una importante contradicción en la percepción de las mujeres de la olla común respecto a la comunicación con las instituciones. Por un lado, algunas líderes se sienten escuchadas y reconocen tener mayor control sobre los recursos que reciben; sin embargo, otras integrantes, como Estrella, manifiestan una resignación ante el apoyo recibido, indicando que no se sienten consultadas o tomadas en cuenta. Esta situación establece una dinámica en la que algunas mujeres se ven más como beneficiarias pasivas que como ciudadanas con el derecho legítimo de acceder a alimentación de calidad. Como menciona Gebhard y otros (2022), cuando la desigualdad se normaliza, las personas pueden ver limitadas sus motivaciones y esfuerzos para transformar esa realidad. Percibir el apoyo institucional como un favor refuerza una relación de dependencia y pasividad, lo que debilita el proceso de empoderamiento.

La disparidad en las experiencias de las mujeres con respecto a su inclusión en la planificación alimentaria refleja una brecha significativa en la comunicación entre la organización de la olla y las instituciones gubernamentales, específicamente en el manejo de los recursos alimentarios que estas brindan. Aunque se menciona que existe un sistema democrático dentro de la olla común para la toma de decisiones internas, los aspectos vinculados a la gestión de los recursos con las autoridades, como el tipo y cantidad de alimentos, parecen quedar en manos de la presidenta sin ser discutidos colectivamente.

En este sentido, si bien los procesos de gestión con el Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social (MIDIS) y la Municipalidad favorecen un empoderamiento individual de la presidenta, quien mantiene una participación más activa y directa con estas instituciones, el sistema establecido estaría generando un empoderamiento más individual que colectivo. Como plantea Rappaport (1987), el empoderamiento implica un mayor control sobre la propia vida y la capacidad de influir en las decisiones. Sin embargo, en este caso, solo una parte de la organización, la presidenta, está alcanzando cierto nivel de mayor control, mientras que las demás integrantes continúan en una posición de dependencia. Por ello, es

importante que se busque asegurar que todas las voces de las beneficiarias sean incluidas en este proceso, para lograr así el desarrollo de un empoderamiento verdaderamente comunitario en la organización.

Por otro lado, una de las estrategias de la organización para lograr una gestión de recursos efectiva con las instituciones es el intercambio de favores que se realizan con las autoridades locales. Este sistema de apoyo mutuo sugiere la configuración de una dinámica clientelista con las autoridades locales, donde el intercambio de favores y la reciprocidad condicionan la interacción entre la olla común y la Municipalidad. El clientelismo se caracteriza por un intercambio de beneficios y servicios entre actores con diferentes niveles de poder (Fukuyama, 2014). En este caso, las autoridades proporcionan recursos y beneficios (regalos, donaciones de alimentos), mientras que la olla común participa en actividades de apoyo y visibilidad (desfiles, marchas, eventos municipales). Esta dinámica surge como una consecuencia natural de la exclusión social en sistemas políticos donde los servicios públicos son precarios (Chávez, 2016).

La Municipalidad nos apoya a nosotras y nosotras también apoyamos a lo que es la Municipalidad y todo eso ¿no? Por ejemplo, cada marcha que hay o cuando ellos hacen sus organizaciones o el aniversario del distrito, por ejemplo, tenemos que ir como ollita nosotros ir y desfilamos entre todas así. Todos los años tenemos que estar ahí [...] osea por ejemplo para el aniversario ya nosotros vamos así con con nuestro cartel gigante, hacemos nuestros politos y nos vamos desfilando (Reina, miembro de la junta directiva, 35 años)

El clientelismo estaría impactando negativamente en el empoderamiento organizacional de la olla común al limitar su capacidad de ser una organización autónoma que posee control y agencia sobre su propio desarrollo, sin necesidad de favores políticos (Rappaport, 1987). No obstante, el clientelismo podría estar contribuyendo a que esta organización acceda a los recursos esenciales para su funcionamiento, al mismo tiempo que genera impactos positivos en el barrio donde opera, agilizando el acceso a mejoras que favorecen el desarrollo de sus familias y comunidades (Chávez, 2016). En este sentido, las mujeres de la olla común aprovechan estas relaciones políticas para obtener los beneficios que la olla común necesita. Así, esta organización visibiliza las necesidades del asentamiento humano frente a las autoridades y promueven espacios de diálogo claves entre ambos actores.

En el aniversario de la olla uno invita a los dirigentes, al alcalde, a los regidores vienen y cuando llegan le pasamos la voz a la directiva del pueblo para que se acerquen también y gestionen. Hacemos ese match ahí ¿no? para que conversen y

puedan avanzar, eso yo creo que es una ayuda para el pueblo claro (Estrella, miembro de la junta directiva, 32 años)

Estos espacios de negociación juegan un papel clave para que los líderes comunitarios transmitan las necesidades de la población, incluyendo las de la olla común, con el objetivo de mejorar las condiciones de vida en estos barrios en situación de vulnerabilidad. En este contexto, la olla común adquiere relevancia como un agente que impulsa el desarrollo local, ya que facilita el establecimiento de vínculos estratégicos con autoridades clave, lo que permite acceder a recursos y beneficios esenciales para la comunidad. Desde esta perspectiva, su existencia contribuye al empoderamiento comunitario, al incidir en procesos políticos fundamentales para el progreso de la zona (Zimmerman, 2000).

Las calles son demasiado riesgosas, las partes de la subida son peligrosas... ese tema también lo ven los dirigentes del pueblo y nosotras les sugerimos, ¿no? como vecinos que es peligroso y ahora ha salido el apoyo de la Municipalidad que nos van a dar cementos. Y nosotros solamente vamos a comprar creo que las piedras y las vamos a empezar a hacer faena nosotros mismos los vecinos y nos van a dar los materiales pero nosotros lo vamos a trabajar. O sea nos han escuchado prácticamente, ¿no? Porque es la prioridad, no solo este pueblo sino varios pueblos de Carabayllo se beneficiarán (Rosa, presidenta, 39 años)

En contextos precarios estas relaciones clientelares ofrecen una red de apoyo crucial para los grupos en situación de vulnerabilidad (Fukuyama, 2014). El clientelismo actúa como un mecanismo que permite a los grupos en situación de marginación acceder a la esfera política, al mismo tiempo que les brinda recursos esenciales para garantizar su subsistencia (Chávez, 2016; Degregori et al., 1984). Este apoyo se traduce también en espacios de fortalecimiento de capacidades para los miembros de la comunidad.

También tenemos por ejemplo nuestra biblioteca que nos dio un regidor, y cada mamita a veces nos repartimos y nos turnamos, un sábado voy yo y trato de cuidar a los niños, hacerles leer sus libritos [...] A veces vienen de universidades también jóvenes de Psicología a dar talleres así para lo que es de madres. (Reina, miembro de la junta directiva, 35 años)

Según Fukuyama (2014) a medida que estas comunidades logran un mayor desarrollo y estabilidad, las dinámicas clientelistas pueden transformarse o disminuir su predominancia, dando paso a una mejor integración social y política. Ello coincide con lo propuesto por Degregori y otros (1984), quienes proponen que, a medida que se alcanza un mayor desarrollo es posible cimentar una ciudadanía más autónoma, lo que permitiría que las

poblaciones vulnerables se apropien y participen en la política, dejando atrás el clientelismo. No obstante, resulta fundamental analizar críticamente la relación con los actores externos. La dependencia de los recursos obtenidos a través de estas dinámicas puede consolidar un esquema en el que las mujeres de la olla común sean percibidas únicamente como beneficiarias, viéndose obligadas a aceptar un apoyo condicionado en lugar de reclamar derechos y recursos desde una posición ciudadana. Esta situación podría obstaculizar el avance del empoderamiento comunitario, ya que al mantener a la organización en una relación de subordinación frente a las autoridades locales, se restringe su capacidad de acción autónoma y su potencial para desarrollar un posicionamiento crítico (Rappaport, 1987).

A pesar de estos riesgos, en contextos de alta vulnerabilidad, el clientelismo podría percibirse como una etapa preliminar hacia la integración de grupos marginados en la esfera política, donde la obtención de recursos básicos es vital para la supervivencia (Chávez, 2016). No obstante, es crucial subrayar que este tipo de relaciones, aunque puedan proporcionar una solución temporal, no deben ser validadas como un modelo sostenible para el desarrollo comunitario. El clientelismo genera una dependencia estructural que restringe la autonomía de las organizaciones y mantiene relaciones de poder desiguales, lo que dificulta que las comunidades ejerzan plenamente sus derechos ciudadanos. En contextos donde el acceso a servicios esenciales es limitado, estas dinámicas pueden representar una alternativa momentánea para mejorar las condiciones de vida (Chávez, 2016; Degregori et al., 1984). Sin embargo, es crucial que estas prácticas no se consoliden como norma, sino que se transite hacia modelos que promuevan su progresiva eliminación, impulsando un fortalecimiento de la ciudadanía. Solo así será posible construir una sociedad en la que las personas accedan a recursos y oportunidades sin depender de acuerdos desiguales con actores políticos.

Las secuelas de la pandemia, como la inestabilidad económica y la inseguridad alimentaria, han mantenido la vigencia de las ollas comunes, lo que sigue haciendo relevantes y sostenibles a estas organizaciones en zonas vulnerables hasta el día de hoy (Alcázar, 2023). Aunque la emergencia sanitaria del COVID-19 ha disminuido, la crisis y la desigualdad persisten. Esto también impulsa las aspiraciones de sus miembros, quienes buscan transformar la olla común en un comedor, lo que permitiría ofrecer alimentos de mejor calidad, un espacio más equipado y un apoyo más estable. Según la presidenta de la organización, es solo cuestión de tiempo antes de lograr esta transformación.

A futuro Dios mediante con el apoyo de las personas que se tienen, ¿no? Hacer de la olla un comedor. Porque el comedor sí tiene apoyo permanente, es ya un presupuesto de por vida y todo, ¿no? eso a futuro. Nosotras ya estamos dentro de ese, de ese

paquete como le comento tenemos personas muy buenas que nos han apoyado, nos han asesorado, ¿no? Entonces el presupuesto no es que nos van a dar hoy día, no, puede ser acá un año, dos años ¿no?, pero ya estamos ya dentro con papeles o sea organizadas y todo. (Rosa, presidenta, 39 años)

Estos esfuerzos por lograr establecerse como comedor dan cuenta de una motivación por mejorar la sostenibilidad de la organización para seguir creciendo y reducir vulnerabilidades futuras, aspecto clave de la resiliencia comunitaria, tal como menciona Masterson (2014). Lograr mayores beneficios facilita también una respuesta colectiva más efectiva ante la exclusión social.

Finalmente, a lo largo de este tema es posible identificar recursos y barreras que impactan en las posibilidades de empoderamiento comunitario de esta organización. Por un lado, la falta de inclusión de todas las mujeres en la toma de decisiones de los recursos brindados por parte de las instituciones implica un empoderamiento de tipo más individual en la organización, en la que no se consolida el empoderamiento comunitario,

Sobre ello, es importante destacar que el empoderamiento comunitario no es la suma de empoderamientos individuales, sino que se trata de un proceso colectivo que implica la participación activa que se manifiesta en la capacidad de la comunidad para organizarse, resistir adversidades y construir frente a los desafíos, lo que va más allá de los logros individuales y fortalece el tejido social y la cohesión comunitaria (Zimmerman, 2000).

Por otro lado, la dinámica clientelista establecida con las autoridades, aunque limitada en términos de autonomía, ha sido clave para visibilizar las necesidades del barrio y mejorar la infraestructura comunitaria. En este sentido la olla común estaría favoreciendo el empoderamiento de su vecindario y, con el tiempo, se esperaría que un mayor desarrollo deje atrás estas dinámicas clientelistas. Viendo hacia el futuro, las aspiraciones de las mujeres por transformar la olla común en un comedor reflejan su búsqueda de mayor estabilidad y sostenibilidad, subrayando su resiliencia y capacidad de adaptación ante la adversidad.

Análisis de las interacciones entre la resiliencia comunitaria y el empoderamiento comunitario de la olla común

A lo largo del desarrollo de esta investigación, se ha examinado cómo la resiliencia comunitaria y el empoderamiento comunitario han sido elementos clave en la consolidación de esta organización de base. Ambos procesos se encuentran en una interacción constante, desempeñando un papel fundamental en la resistencia frente a la exclusión social (Gebhard et al., 2022). El análisis realizado identifica que estos procesos comparten recursos de la comunidad y ambos implican la búsqueda de un cambio frente a las problemáticas que afectan a los grupos en situación de exclusión.

En el primer tema, se evidenció el rol más predominante de la resiliencia comunitaria, pues fue clave para que la organización se formalice y pueda empezar a recibir apoyo fundamental para sobrevivir al hambre durante la pandemia. La iniciativa de fundar la olla común surge como respuesta urgente frente a condiciones de pobreza extrema, inseguridad alimentaria y abandono institucional. A través de estrategias como la gestión de recursos, la búsqueda de aliados y la insistencia por ser reconocidas formalmente, las mujeres organizaron un espacio colectivo que les permitió resistir a la crisis. Este proceso inicial, centrado en la supervivencia, configura la resiliencia como el motor que posibilita el surgimiento de la organización.

En el segundo tema, se observa cómo esa capacidad de respuesta se traduce en una estructura organizativa cotidiana. La rotación de funciones, la toma de decisiones compartida, el sentido de comunidad y el fortalecimiento de la cohesión grupal se manifiestan como formas concretas de sostener la olla común. Estas prácticas no solo afianzan la resiliencia ya existente, sino que también configuran condiciones favorables para el desarrollo de un empoderamiento comunitario incipiente. Las mujeres comienzan a reconocerse como líderes en su entorno, y desarrollan habilidades organizativas, comunicacionales y de liderazgo que fortalecen su agencia colectiva. Ello coincide con lo propuesto por Brodsky y Cattaneo (2013), ya que mencionan que la resiliencia surge en contextos de alto nivel de riesgo fundamental y que, una vez se logra sobrevivir y el riesgo disminuye, el empoderamiento surgiría en interacción con la resiliencia.

El tercer tema introduce una dimensión crítica al análisis: si bien se reconocen avances en la articulación con el Estado —como el acceso a recursos y el reconocimiento institucional—, también emergen tensiones estructurales, especialmente asociadas al clientelismo y a la concentración del liderazgo en figuras individuales. Esta dinámica tensiona los ideales de participación equitativa y sostenibilidad organizativa. Como sostienen

Gebhard y colaboradores (2022), la resistencia ante la opresión requiere una interacción dinámica entre resiliencia y empoderamiento; sin embargo, en contextos de exclusión persistente, el empoderamiento enfrenta barreras estructurales que deben ser transformadas colectivamente para consolidarse.

Al contrastar los tres temas, se identifican patrones comunes, como la solidaridad sostenida, el liderazgo comprometido y la capacidad adaptativa; pero también contradicciones, especialmente en la distribución del poder y en la relación con actores institucionales. La resiliencia aparece como una condición necesaria para sostener el colectivo en escenarios adversos, mientras que el empoderamiento comunitario emerge progresivamente como un proceso en construcción, aún atravesado por limitaciones internas y externas. En este sentido, la resiliencia comunitaria no solo ha permitido que las mujeres enfrenten la adversidad, sino que también ha generado las bases para que puedan desarrollar formas más estructuradas de empoderamiento. En este proceso, el cuidado adquiere una dimensión política al configurarse como una práctica relacional que sostiene la organización y fortalece los vínculos comunitarios. Su ejercicio cotidiano, basado en la responsabilidad compartida, la contención mutua y la gestión colaborativa, contribuye a crear condiciones concretas para el empoderamiento comunitario. Sin embargo, es importante destacar que la crisis no ha finalizado, sino que se ha transformado y sigue afectando el desarrollo de las comunidades desde las secuelas que dejó la pandemia. Por ello, las ollas comunes siguen siendo organizaciones de base claves para asegurar la alimentación de miles de familias frente a la inseguridad alimentaria y la pobreza.

Como sostienen Gebhard y colaboradores (2022), la resistencia ante la opresión requiere una interacción dinámica entre la resiliencia comunitaria y el empoderamiento comunitario, dado que, una vez superadas las condiciones más críticas, el empoderamiento permite generar cambios estructurales que desafían las desigualdades existentes (Cattaneo y Chapman, 2010; Brodsky y Cattaneo, 2013). En este estudio, se ha evidenciado que la olla común analizada es un ejemplo de organización resiliente, cuya capacidad de adaptación le ha permitido mantenerse a pesar de la crisis y las dificultades estructurales. Sin embargo, el empoderamiento comunitario aún está en proceso de consolidación, enfrentando barreras como la presencia de dinámicas clientelistas y la concentración del liderazgo en una sola figura, lo que limita la distribución equitativa del poder dentro del grupo.

A pesar de estos desafíos, la olla común cuenta con recursos fundamentales para fortalecer su autonomía y avanzar en su proceso de empoderamiento. Entre ellos, destaca el fuerte sentido de comunidad y solidaridad entre sus miembros, la capacidad de adaptación

ante escenarios de crisis y, sobre todo, la determinación de las mujeres que la integran para seguir mejorando sus condiciones de vida. Estos elementos no solo refuerzan la resiliencia, sino que también crean las condiciones necesarias para transitar hacia un empoderamiento más estructurado y sostenible.

A medida que estos procesos continúan evolucionando, la comunidad tiene la posibilidad de ampliar su capacidad organizativa, fortalecer su liderazgo colectivo y generar estrategias que le permitan reducir la dependencia de apoyos externos. Este desarrollo progresivo del empoderamiento comunitario es clave para desafiar y transformar las estructuras que perpetúan la desigualdad, garantizando que las mujeres de la olla común no solo resistan la exclusión, sino que también logren ejercer plenamente sus derechos y acceder a condiciones de vida dignas y justas. En ese sentido, la resiliencia comunitaria y el empoderamiento no son procesos aislados, sino que se retroalimentan constantemente, permitiendo que las comunidades no solo sobrevivan a la adversidad, sino que avancen hacia su plena autonomía y bienestar.



Conclusiones

En conclusión, la olla común analizada se constituye como un espacio de organización comunitaria liderado por mujeres, donde la resiliencia y el empoderamiento comunitario operan de manera interrelacionada como respuestas colectivas frente a contextos de exclusión estructural. A lo largo del proceso, se ha evidenciado cómo las participantes no solo enfrentaron la inseguridad alimentaria generada por la pandemia, sino que también desarrollaron formas sostenidas de organización, liderazgo y autonomía que les han permitido sostener y proyectar la olla común en el tiempo.

La resiliencia comunitaria se expresó en la capacidad de las mujeres para reorganizarse, construir redes solidarias y adaptarse a escenarios adversos. Esta experiencia, centrada inicialmente en la sobrevivencia, fue creando las condiciones para la emergencia de un empoderamiento comunitario que aún se encuentra en construcción, tensionado por dinámicas clientelistas, la concentración del liderazgo y la persistencia de desigualdades de género. Sin embargo, los hallazgos también muestran que el empoderamiento no solo se gesta en los espacios de representación formal, sino también en prácticas cotidianas de agencia compartida.

A partir de estas conclusiones, se sugieren las siguientes recomendaciones. En primer lugar, se plantea la necesidad de que la Municipalidad de Lima Norte, en colaboración con el Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP) y diversas organizaciones de la sociedad civil, implemente un programa integral de fortalecimiento cívico y liderazgo dirigido a las mujeres de las ollas comunes. Este programa debe priorizar la formación en derechos ciudadanos, incentivando su participación en la toma de decisiones y evitando dinámicas de clientelismo que puedan afectar el desarrollo del empoderamiento comunitario. Al fortalecer sus capacidades y autonomía, estas mujeres podrán transitar de un rol asistencialista a un papel más activo como agentes de cambio dentro de su comunidad. Asimismo, el programa debe incluir módulos sobre liderazgo, gestión comunitaria y administración, con el propósito de descentralizar la toma de decisiones dentro de la junta directiva de estas organizaciones. Un liderazgo distribuido y participativo es clave para consolidar redes de apoyo sostenibles y fortalecer la estructura de la organización.

De igual manera, se recomienda articular estos esfuerzos con la Secretaría Nacional de la Juventud (SENAJU) para identificar y capacitar a jóvenes con potencial de liderazgo en la zona. La inclusión de nuevas voces en los espacios de toma de decisiones no solo ampliaría la representación comunitaria, sino que también garantizaría la continuidad del

empoderamiento comunitario a largo plazo. La integración de lideresas emergentes reforzaría la cohesión social y aseguraría que el impacto positivo de las ollas comunes se mantenga y evolucione en el tiempo.

En segundo lugar, se sugiere que el Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social (MIDIS), en coordinación con la Municipalidad de Lima Norte, formule un programa estratégico que trascienda el asistencialismo y se enfoque en fortalecer la resiliencia y el empoderamiento de las mujeres involucradas en las ollas comunes. Dicho plan debe construirse con la participación activa de sus beneficiarias, promoviendo iniciativas de producción, formación en emprendimiento y la generación de redes de comercialización. Al impulsar su autosuficiencia económica y social, estas organizaciones podrán consolidarse como espacios de transformación, más allá de su rol como respuesta inmediata a emergencia alimentaria. Con ello, las ollas comunes podrían transitar hacia formas organizativas más sostenibles, contribuyendo a la construcción de una comunidad más fuerte y resiliente.

Por otro lado, en relación con futuras investigaciones, es importante analizar con mayor profundidad el impacto del clientelismo en estas organizaciones y cómo este fenómeno se transforma conforme avanzan en su desarrollo. También se recomienda emplear metodologías etnográficas y dinámicas grupales para estudiar los procesos internos de las ollas comunes, con el objetivo de comprender mejor los factores que potencian o limitan el empoderamiento comunitario en estos espacios.

Desde una perspectiva feminista, es fundamental examinar cómo el empoderamiento comunitario de las mujeres en las ollas comunes no se limita a su rol de proveedoras de alimentación, sino que también abarca su capacidad de liderazgo y transformación social dentro de sus comunidades. Si bien su participación frente a la inseguridad alimentaria es esencial, es necesario considerar cómo la carga adicional de trabajo, en especial aquellas responsabilidades de cuidado no remunerado, podría representar un obstáculo para su pleno desarrollo. Los hallazgos de esta investigación muestran que las mujeres en estos espacios no solo garantizan la alimentación de sus comunidades, sino que también se involucran activamente en la organización social, la cohesión grupal y la defensa de derechos, contribuyendo de manera significativa al desarrollo local. En este sentido, resulta crucial continuar explorando estrategias que fortalezcan su capacidad de liderazgo y participación, sin que ello signifique una sobrecarga que perpetúe desigualdades de género.

Finalmente, esta investigación contribuye a responder a los vacíos conceptuales, metodológicos y contextuales identificados en la revisión teórica. En términos conceptuales, permite explorar de forma integrada los procesos de resiliencia y empoderamiento

comunitario en contextos urbanos marcados por la exclusión, articulando ambos constructos desde una mirada crítica e interseccional que reconoce sus puntos de convergencia, tensiones y potencial transformador. A nivel metodológico, adopta un enfoque cualitativo interpretativo centrado en las prácticas organizativas de una olla común liderada por mujeres, lo cual permite capturar dinámicas relacionales y colectivas que suelen quedar fuera del foco en estudios centrados en trayectorias individuales o en mediciones estandarizadas. Finalmente, en el plano contextual, aporta evidencia empírica sobre las formas en que mujeres en situación de vulnerabilidad configuran agencia colectiva desde espacios autogestionados, visibilizando prácticas políticas y formas de liderazgo comunitario que continúan siendo poco reconocidas en el análisis académico sobre acción colectiva en el Perú.



Referencias

- Alcázar, L., Fort, R., Fernández, I., y Távora, F. (2023). *Estrategias comunitarias contra el hambre durante la pandemia: experiencias y propuestas desde los casos de Perú, Uruguay y Chile* (Avances de Investigación 42). Grupo de Análisis para el Desarrollo. <https://hdl.handle.net/20.500.12820/724>
- Alcázar, L., y Fort, R. (2022). *Resiliencia en tiempos de pandemia: el caso de las ollas comunes en Lima, Perú* (Avances de Investigación 41). Grupo de Análisis para el Desarrollo. <https://hdl.handle.net/20.500.12820/698>.
- Alzugaray, C. (2019). *Resiliencia Comunitaria ante Adversidades Colectivas: Restaurando el Bienestar Psicosocial* [Tesis de doctorado no publicada, Universidad del País Vasco]. Archivo Digital Docencia Investigación. <http://hdl.handle.net/10810/35285>
- Alloatti, M. (agosto, 2014). Una discusión sobre la técnica bola de nieve a partir de la experiencia de investigación de migraciones internacionales [Presentación de paper]. IV Encuentro Latinoamericano de Metodología de las Ciencias Sociales, Heredia, Costa Rica. https://memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.8286/ev.8286.pdf
- American Psychological Association. (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct*. <https://www.apa.org/ethics/code/>
- Arciniega, J. (2013). La perspectiva comunitaria de la resiliencia. *Psicología Política*, (47), 7-18.
- Bentley, J. A., Mohamed, F., Feeny, N., Ahmed, L. B., Musa, K., Tubeec, A. M., Angula, D., Egeh, M. H., y Zoellner, L. (2020). Local to global: Somali perspectives on faith, community, and resilience in response to COVID-19. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S261-S263. <https://doi.org/10.1037/tra0000854>
- Braun, V., y Clarke, V. (2012). Thematic analysis. En H. Cooper, P. M. Camic, D. L. Long, A. T. Panter, D. Rindskopf, y K. J. Sher (Eds.), *APA handbook of research methods in psychology, Vol. 2. Research designs: Quantitative, qualitative, neuropsychological, and biological* (pp. 57–71). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/13620-004>
- Brodsky, A. E., y Cattaneo, L. B. (2013). A transconceptual model of empowerment and resilience: Divergence, convergence and interactions in kindred community concepts. *American Journal of Community Psychology*, 52(3-4), 333-346. <https://doi.org/10.1007/s10464-013-9599-x>

- Buckle, P., y Smale, S. (2000). New approaches to assessing vulnerability and resilience. *Australian Journal of Emergency Management*, 15(2), 8-14.
- Caicedo, S. C., y Solarte-Pazos, L. (2015). Empoderamiento de mujeres de una ONG colombiana. Un estudio de caso simple. *Revista De Administração Pública*, 49(6), 1597-1618. <https://doi.org/10.1590/0034-7612135980>
- Castiblanco-Moreno, S., E., y Pineda Duque, J., A. (2022). Female empowerment and community-based productive associations: A systematic literature review. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(1), 9-27. <https://www.doi.org/10.14718/ACP.2022.25.1.2>
- Cattaneo, L. B., y Chapman, A. R. (2010). *The process of empowerment: a model for use in research and practice*. *American Psychologist*, 65(7), 646-659. <https://doi.org/10.1037/a0018854>
- Chávez, J. O. (2016). *Clientelismo, autoritarismo político y organizaciones barriales: la coalición Apra-Uno en los comicios municipales de 1963*. [Tesis de licenciatura no publicada, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio PUCP. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/7305>
- Clarke, L. J. (2020). *Investigating Wildfire as a Catalyst for Community-Level Resilience* [Tesis de maestría no publicada, University of Montana]. ScholarWorks. <https://scholarworks.umt.edu/etd/11614>
- Degregori, C. I., Blondet, C., y Lynch, N. (1986). *Conquistadores de un nuevo mundo: de invasores a ciudadanos en San Martín de Porres*. Instituto de Estudios Peruanos.
- Del Carpio, L., y Avolio, B. (2023). *Índice del Desarrollo de la Mujer y el Hombre en los Países de América Latina 2023*. Centrum PUCP. <https://repositorio.pucp.edu.pe/index/handle/123456789/190884>
- Evans, B., y Reid, J. (2014). *Resilient Life: The Art of Living Dangerously*. Polity. <https://doi.org/10.1017/S0012217315000037>
- Fan, Y., y Lyu, X. (2021). Exploring two decades of research in community resilience: A content analysis across the international literature. *Psychology research and behavior management*, 14, 1643-1654. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S329829>
- Faulkner, L., Brown, K., y Quinn, T. (2018). Analyzing community resilience as an emergent property of dynamic social-ecological systems. *Ecology and Society*, 23(1). <https://doi.org/10.5751/ES-09784-230124>

- Fletcher, D., y Sarkar, M., (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18(1), 12-23.
<https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000124>
- Fukuyama, F. (2014). Corruption. En *Political Order and Political Decay: From the Industrial Revolution to the Globalization of Democracy*. Farrar, Straus and Giroux.
- Gebhard, K. T., Hargrove, S., Chaudhry, T., Buchwach, S. Y., y Cattaneo, L. B. (2022). Building strength for the long haul toward liberation: What psychology can contribute to the resilience of communities targeted by state-sanctioned violence. *American Journal of Community Psychology*, 70(3-4), 475-492.
<https://doi.org/10.1002/ajcp.12596>
- Hardy, C. (2020). *Hambre + Dignidad = Ollas Comunes*. LOM ediciones.
- Hombrados-Mendieta, M., y Gómez-Jacinto, L. (2001). Potenciación en la intervención comunitaria. *Psychosocial intervention*, 10(1), 55-69.
<https://journals.copmadrid.org/pi/issue/2001/10/1>
- Instituto Nacional de Estadística Informática. (2022, 5 de mayo). *Pobreza afectó al 25,9% de la población del país en el año 2021* [Nota de prensa].
<https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/noticias/nota-de-prensa-no-072-2022-inei.pdf>
- Inzunza, S. I., Castañeda, J., y Carraro, V. (2023). Resiliencia comunitaria en contexto de desastre por COVID-19: resurgimiento y territorialización de las ollas comunes, el caso de Puente Alto. *Revista De Geografía Norte Grande*, (84).
<https://ojs.uc.cl/index.php/RGNG/article/view/24419>
- Johnson, C. E., y Hackman, M. Z. (2018). Transformational and Charismatic Leadership. En *Leadership: A Communication Perspective* (7ma ed.) (pp. 105-143). Waveland Press, Inc.
- Jiménez, M. (2008). Aproximación teórica de la exclusión social: Complejidad e imprecisión del término. Consecuencias para el ámbito educativo. *Estudios Pedagógicos*, 34(1), 173-186. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052008000100010>
- Koliou, M., van de Lindt, J. W., McAllister, T. P., Ellingwood, B. R., Dillard, M., y Cutler, H. (2020). State of the research in community resilience: progress and challenges. *Sustainable and Resilient Infrastructure*, 5(3), 131-151.
<https://doi.org/10.1080/23789689.2017.1418547>

- Krause, M. (2007). Hacia una Redefinición del Concepto de Comunidad –Cuatro Ejes para un análisis crítico y una Propuesta. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 10(2), 49-60. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2001.18572>
- Kulig, J., y Botey, A. P. (2016). Facing a wildfire: What did we learn about individual and community resilience? *Natural Hazards*, 82(3), 1919-1929. <https://doi.org/10.1007/s11069-016-2277-1>
- López, F. M., y Limón, F. (2017). Componentes del proceso de resiliencia comunitaria: conocimientos culturales, capacidades sociales y estrategias organizativas. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 9(3), 1-13.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., y Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Macías, J. (2015). Crítica de la noción de resiliencia en el campo de estudios de desastres. *Revista Geográfica Venezolana*, 56(2), 1-10.
- Malhotra, A., Ruth S., y Boender C. (2002). *Measuring Women's Empowerment as a Variable in International Development*. Gender and Development Group of the World Bank.
- Martin-Crespo C., & Salamanca A. (2007) El muestreo en la investigación cualitativa. *Nure Investigación*, 27.
- Masten, A. S. (1994). Resilience in individual development: Successful adaptation despite risk and adversity. En M. Wang y E. Gordon (Eds.), *Risk and resilience in inner city America: Challenges and prospects* (pp. 3–25). Erlbaum.
- Masterson, J. H. (2014) *Community resilience*. En Masterson, J. H., Peacock, W. G., Van Zandt, S. S., Grover, H., Schwarz, L. F., y Cooper, J. T. *Planning for community resilience: A handbook for reducing vulnerability to disasters* (pp. 25-39) Island Press.
- Méndez, A. (2022, 7 de junio). *El trabajo de cuidado no remunerado y derechos no reconocidos en la actualidad*. Instituto de Democracia y Derechos Humanos. <https://idehpucp.pucp.edu.pe/analisis1/el-trabajo-de-cuidado-no-remunerado-y-derechos-no-reconocidos-en-la-actualidad/>
- Meyrick, J. (2006). What is good qualitative research?: A first step towards a comprehensive approach to judging rigour/quality. *Journal of Health Psychology*, 11(5), 799-808. <https://doi.org/10.1177/1359105306066643>
- Montero, M. (2004). *Introducción a la Psicología Comunitaria. Desarrollo, conceptos y procesos*. Paidós

- Montero, M. (2006). *Teoría y práctica de la Psicología comunitaria: la tensión entre la comunidad y sociedad*. Paidós
- Murray, M. (2021). Some ways of doing narrative research. En P. M. Camic (Ed.), *Qualitative research in psychology: Expanding perspectives in methodology and design* (pp. 101-121). American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/0000252-006>
- Negrín, A., China Montesdeoca, C., Hernández Hernández, M., y Suárez Rodríguez, E. J. (2023). Relación entre la Resiliencia Individual y Comunitaria en Población Ambientalmente Vulnerable. *EHQUIDAD. Revista Internacional de Políticas de Bienestar y Trabajo Social*, (19), 11-40. <https://doi.org/10.15257/ehquidad.2023.0001>
- Neyra, A. (2021, 9 de marzo). *Las Mujeres y la política: ¿Cómo estamos y hacia dónde vamos?*. Instituto de Democracia y Derechos Humanos.
<https://idehpucp.pucp.edu.pe/analisis1/las-mujeres-y-la-politica-como-estamos-y-hacia-donde-vamos/>
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, FIDA, OMS, PMA y UNICEF (2021). *Versión resumida de El estado de la seguridad alimentaria y la nutrición en el mundo 2021*. FAO. <https://doi.org/10.4060/cc0640es>
- Perleche, D., Aiquipa Zavala, A. M., y Tuanama Alvarez, M. C. (2022). Condiciones de habitabilidad durante la pandemia por COVID-19: San Juan de Lurigancho, Lima-Perú. *Bitácora Urbano Territorial*, 32(2), 227-240.
<https://doi.org/10.15446/bitacora.v32n2.99739>
- Pico, A., y Bayona, N. L. (2023). *Habilidades de Emprendimiento y Empoderamiento de la Mujer Rural, en la Comunidad de Suse Aquitania Boyacá* [Proyecto aplicado para maestría, Universidad Nacional Abierta y a Distancia]. Repositorio UNAD.
<https://repository.unad.edu.co/handle/10596/57952>
- Pighi, P. (2020, 28 de agosto). *Coronavirus en Perú: 5 factores que explican por qué es el país con la mayor tasa de mortalidad entre los más afectados por la pandemia*. BBC News Mundo. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-53940042>
- Pistrang, N., & Barker, C. (2012). *Varieties of qualitative research: A pragmatic approach to selecting methods*. In H. Cooper (Ed.), *APA handbook of research methods in psychology* (Vol. 2, pp. 5–18). American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/13620-001>

- Proudfoot, K. (2023). Inductive/Deductive Hybrid Thematic Analysis in Mixed Methods Research. *Journal of Mixed Methods Research*, 17(3), 308-326.
<https://doi.org/10.1177/15586898221126816>
- Rappaport, J. (1987). Terms of empowerment/exemplars of prevention: Toward a theory for community psychology. *American Journal of Community Psychology*, 15(2), 121-148.
<https://doi.org/10.1007/bf00919275>
- Rosenthal, L. (2016). Incorporating Intersectionality Into Psychology: An Opportunity to Promote Social Justice and Equity. *American Psychologist*, 71(6), 474-485.
<https://doi.org/10.1037/a0040323>
- Sandoval-Díaz, J., Navarrete, M., y Cuadra, D. (2023). Revisión sistemática sobre la capacidad de adaptación y resiliencia comunitaria ante desastres socionaturales en América Latina y El Caribe. *Revista de Estudios Latinoamericanos sobre Reducción del Riesgo de Desastres*, 7(2), 187-203. <https://doi.org/10.55467/reder.v7i2.132>
- Santandreu, A. (2021). *Ayuda humanitaria para la emergencia alimentaria: Un cambio de enfoque para garantizar el derecho humano a la alimentación de las ollas comunes parte del Programa Hambre Cero*. Friedrich Ebert Stiftung.
- Serrano-García, I., y López Sánchez, G. (1990). Una perspectiva diferente del poder y el cambio social para la psicología social comunitaria. *Revista de Ciencias Sociales*, (3-4), 348-382. <https://revistas.upr.edu/index.php/rscs/article/view/8581>
- Swain, J., (2018). A hybrid approach to thematic analysis in qualitative research: Using a practical example. En *Sage Research Methods Cases Part 2*. SAGE Publications, Ltd., <https://doi.org/10.4135/9781526435477>
- Thibodeaux, J. (2021). Conceptualizing multilevel research designs of resilience. *Journal of Community Psychology*, 49(5), 1418-1435. <https://doi.org/10.1002/jcop.22598>
- Vega, L. (2021). *Organización Femenina para los Cuidados Comunitarios para la Covid-19: Experiencias de mujeres lideresas de una Olla Común en Lima* [Tesis de maestría no publicada, Universitat Politècnica de València]. RiuNet.
<http://hdl.handle.net/10251/177996>
- Zhang, J., Wang, Y., Zhou, M., y Ke, J. (2021). Community resilience and anxiety among Chinese older adults during COVID-19: The moderating role of trust in local government. *Journal of Community y Applied Social Psychology*, 32(3), 411-412.
<https://doi.org/10.1002/casp.2563>

Zimmerman, M. A. (2000). Empowerment Theory. En J. Rappaport y E. Seidman (Eds.),
Handbook of Community Psychology (pp. 43-63). Springer.
https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4193-6_2



Apéndices

Apéndice A: Consentimiento informado

El propósito de este documento es brindarles, como posibles participantes de la presente investigación, una explicación sobre la naturaleza del estudio y del rol que usted tendría en ella. Me gustaría empezar comentándoles que esta investigación es conducida por Alejandra Toro, estudiante de Psicología en la Pontificia Universidad Católica del Perú. Como parte del curso “Seminario de Tesis 1”, a cargo de la asesora Rosa María Cueto, estoy realizando un estudio para conocer las experiencias de afrontamiento y resistencia en mujeres de ollas comunes. Para ello, quisiéramos contar con su participación.

Si ustedes acceden a participar, les pediré responder a una serie de preguntas en una entrevista grupal que constará de dos reuniones. Pero si no desean responder alguna de estas preguntas, o prefieren no conversar sobre algún tema en particular, están en todo su derecho de no hacerlo y comunicármelo. Cabe mencionar que cada sesión de la entrevista tomará 60 minutos de su tiempo aproximadamente. Si, por alguna razón, se cumplieron las dos reuniones, pero ustedes desean agregar alguna información que consideren importante, coordinaremos otra reunión para llevar a cabo esto. Finalmente, cuando se haya completado el proceso de investigación, al final del curso, me contactaré con ustedes para coordinar la devolución de los resultados del estudio. Por otro lado, quiero mencionarles que el audio de la entrevista será grabado en las dos reuniones para que pueda transcribir lo que conversamos, tal cual lo decimos, para luego hacer un análisis de esta información.

Toda la información que se recoja será manejada con absoluta confidencialidad, protegiendo y modificando en las transcripciones todos aquellos datos personales y contextuales que puedan revelar sus identidades. Es importante mencionar que, una vez terminado todo el trabajo, este sería utilizado por mí para obtener el título de licenciado en Psicología, mediante una presentación y sustentación de la investigación realizada.

Asimismo, quiero resaltar que su participación en esta investigación es totalmente voluntaria; y si, en algún momento del proceso de investigación, deciden que ya no quieren ser parte de esta, puede contactarse al correo atorom@pucp.edu.pe y solicitar que ya no se considere su participación en el estudio, sin que esto signifique algún perjuicio para usted.

En caso ustedes se hayan sentido o lleguen a sentirse afectivamente movilizado emocionalmente por lo que se converse en la entrevista, por favor le pedimos contactar al correo atorom@pucp.edu.pe, de modo que podamos coordinar un espacio de escucha y soporte emocional, así como brindarle una lista de instituciones a las cuales usted puede acudir por ayuda profesional.

Luego de todo lo mencionado en este documento, si ustedes aceptan participar en esta investigación, se confirmarán las fechas y horas previamente acordadas para realizar la entrevista en un espacio compartido. Si tienen alguna duda o consulta, pueden contactar con el investigador (atorom@pucp.edu.pe). Además, si ustedes tuvieran alguna duda mayor sobre esta investigación o alguna queja, usted podrá comunicarse con la asesora de la presente investigación a través de su correo: rcueto@pucp.edu.pe

Apéndice B: Protocolo de contención

En el presente trabajo de investigación se utilizará el siguiente protocolo de contención, el cual será utilizado como una guía referencial sobre cómo el investigador debe manejar posibles situaciones de desborde emocional. Es posible que algunos de los temas que se tratarán durante la entrevista puedan causar movilización en las participantes; es en estas situaciones donde se aplicará el protocolo para asegurar que se cumpla con las finalidades éticas fundamentales en toda investigación cualitativa.

A continuación, se presentarán las 3 áreas en las que se han dividido las herramientas y consideraciones:

- 1) Herramientas actitudinales para el recojo de información;
- 2) Consideraciones especiales para técnicas de recolección;
- 3) Lineamientos para el autocuidado.

1) Herramientas actitudinales para el recojo de información

- **Escucha empática:** Muchas veces lo que nos comparte una persona puede no resultarnos familiar, e incluso extraño. Entonces, para poder entender lo que se nos dice, es necesario escuchar a la persona con empatía, es decir, *desde su propio marco de referencia (afectivo y social)*. Esto implica entrar a un juego imaginativo donde, por momentos, nos “ubicamos” en el lugar de la otra persona, para luego volver a uno/a mismo/a, y así compenetrarse con lo que la otra persona siente y piensa.
- **Escucha activa y respetuosa:** Aunado a la escucha empática, es importante recordar que cuando conversamos con alguien, debemos aprender a escuchar atenta y respetuosamente. Una **escucha activa** implica estar atento/a al contenido del discurso, no sólo a lo explícito, sino también a las connotaciones del lenguaje, al **tono afectivo** que acompaña al discurso (es decir, cómo se dicen las cosas), y a la **congruencia entre el lenguaje verbal (lingüístico y paralingüístico) y no verbal**. Por su lado, una **escucha respetuosa** implica **no prejuizar ni juzgar** aquello que la persona nos comparte, utilizando nuestros propios horizontes de comprensión (incluso si no estamos de acuerdo con lo compartido). Estamos en un rol de investigadores/as, preguntamos para descubrir y comprender aquello que el/la participante nos cuenta, mas no para hacer un juicio de valor ni hacer algún tipo de diagnóstico de aquello que se nos comparte.

- **Consideración positiva:** Además de la escucha respetuosa, libre de prejuicios y juicios de valor, debemos también **valorar que la persona participante está haciendo lo mejor que puede según sus circunstancias y su nivel de conciencia;** aun así no nos parezca “adecuado” lo que nos cuente.
- **Favorecer la expresión:** Dado que nos interesa comprender el fenómeno de estudio desde la perspectiva de los/las participantes, es importante ser capaces de facilitar su expresión. En caso percibamos que el/la participante responde de forma superficial o presente dificultades para elaborar sus experiencias, se sugiere el uso de repreguntas (p. ej., “¿cómo así?”, “¿y qué significa para ti esto que me mencionas?”) o de la técnica del “reflejo” (repetir lo último que dijo la persona) para **favorecer sus procesos de elaboración y expresión de la experiencia narrada.**
 - Por el contrario, si presentimos u observamos que esta dificultad para elaborar sus respuestas podría ser el resultado de una fuerte respuesta afectiva o de ansiedad sentida por el/la participante, podríamos preguntarle a la persona, muy respetuosamente, si es que la pregunta o estímulo le genera algún tipo de incomodidad; y de ser así, se le pregunta si prefiere pasar a la siguiente pregunta/estímulo, o si gustaría detener la entrevista para brindarle un espacio de escucha y contención.
- **Concretización:** El lenguaje es un fenómeno psicosocial cargado de afectos y connotaciones que escapan a la literalidad del contenido manifiesto. Por este motivo, es importante **explorar el significado personal (connotativo)** de aquello mencionado por el/la participante, así como **las particularidades de las situaciones narradas.** En este sentido, lejos de presumir o hacer asunciones sobre sus experiencias, sugerimos explorar las especificidades del discurso. Para ello, podemos utilizar repreguntas; por ejemplo, “cómo así”, “como cuál”, “para qué”, “cómo”, “por qué”, “cuándo”, “dónde”, entre otras.

2) Consideraciones especiales para técnicas de recolección

- **El/la entrevistador/a debe procurar encontrarse en un espacio privado y seguro, libre de interrupciones,** de modo que pueda prestarle respetuosa atención a la persona entrevistada.
- En caso el/la participante encuentre su capacidad de contención afectiva desbordada por la magnitud de los afectos presentes en la comunicación, **cada entrevistador/a**

tendrá a su disposición una serie de técnicas de relajación para facilitar su retorno a una sensación de tranquilidad. En estos casos, se debe conversar con el/la participante si se encuentra afectivamente disponible para seguir con la entrevista; de lo contrario, brindarle un espacio de escucha y contención, y, de ser posible, programar una segunda sesión para continuar con la entrevista.

- Si en el espacio se encuentran otras personas cercanas, en lo posible se buscará que dichas personas puedan ayudar a contener emocionalmente a la persona. Se pueden usar recursos del lugar como un vaso de agua o pañuelo.

3) Lineamientos para el autocuidado

En ocasiones, en cualquier ámbito de la práctica psicológica (incluida la investigación), el contacto con las experiencias de vida de otras personas puede también ser movilizador para los/las psicólogos/as. Esto pone de relieve la importancia del autocuidado para cualquier estudiante y/o profesional (no sólo en psicología) que trabaje en contacto directo con personas. En este sentido, contamos con diversos mecanismos de afrontamiento para poder contrarrestar el malestar sentido por nuestra práctica psicológica; estrategias que dependen de las preferencias y posibilidades de cada uno/a. Es importante que podamos identificarlas y potenciar aquellas más saludables.

De forma complementaria a sus estrategias de autocuidado, como equipo docente, tanto docentes como asistentes, tenemos la obligación pedagógica y ética de velar por el bienestar de todos/as ustedes durante sus procesos de aprendizaje y formación profesional. Con esto en mente, en caso ustedes se lleguen a sentir abrumados/as por aquello que es mencionado por sus participantes, les pedimos contactar con alguno de los miembros del equipo docente, de modo que podamos evaluar la situación y utilizar los canales institucionales pertinentes (desde sesiones de acompañamiento hasta derivación al programa de tutoría de la Facultad de Psicología).

Con todo ello, de manera general, algunas recomendaciones adicionales que podemos brindarles son las siguientes:

- Comunicación constante con sus compañeros/as de grupo; en tanto el grupo, como fenómeno psicológico, funciona como continente de las ansiedades que puedan surgir durante la realización de las actividades académicas.

- Si uno/a de ustedes se siente agobiado/a por la sobrecarga de responsabilidades académicas, laborales o afectivas, recomendamos no hacer la entrevista si es que esta se siente como muy demandante. Para esto, se debe comunicar y tomar las medidas necesarias con los participantes para llegar a una solución sobre la entrevista.
- Si bien la fortaleza emocional es una herramienta valiosa para el trabajo con personas, también es muy importante ser conscientes de cuándo es momento para tomar una pausa y buscar ayuda profesional.
- Dado que este curso es parte de un proceso de aprendizaje, recuerden que, como equipo docente, estaremos atentos/as a cualquiera de sus dudas en términos éticos y del propio proceso de investigación. Por ende, es muy importante que nos comuniquen sobre cualquier inquietud o dificultad que pueda presentarse durante sus investigaciones.

Apéndice C: Anexos de derivación

El presente documento es una recopilación de recursos psicosociales (estatales y privados) y materiales a los cuales sus participantes pueden acceder en caso de necesitar algún tipo de ayuda económica, material, profesional o legal. En este sentido, el anexo de derivación es un recurso en sí mismo del cual se puede servir para poder facilitar una contención afectiva y empatía con las personas con las que se trabaja. Por ende, es importante que esta posibilidad quede explicitada durante el proceso del consentimiento informado.

Atención psicológica
Centro de Escucha de La Ruiz (Facebook) centrodescucha.ruiz@uarm.pe
Centro de Psicoterapia Psicoanalítica de Lima: WhatsApp 970 089 355
Lázuli - Atención psicológica virtual (Facebook)
Sociedad Peruana de Psicoanálisis (Facebook). Telf: (511) 447 8568. (511) 447 8571
Sentido - Centro Peruano de Suicidología y Prevención del Suicidio: 498-2711 http://www.sentido.pe
“Hora Segura”. Chat psicológico gratuito para personas LGBTQ+. It Gets Better Perú (Facebook)
Orientación médica
Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas: 201-6500
EsSalud a nivel nacional para información sobre coronavirus (COVID-19): 107
Atención en violencia
Denuncia contra la violencia familiar y sexual: 100
Ministerio de Salud, en caso de informes, consejería en salud y psicología, atención y orientación ante casos de violencia familiar y contra la mujer: 411 8000, opción 6
Orientación legal y policial
Central policial: 105
Defensoría del Pueblo Línea gratuita: 0800-15170 / 311-0300
Asesoría Legal Gratuita del Ministerio de Justicia y Derechos Humanos: Fono ALEGRA 1884 (Horario de atención: 08:00 - 18:00 hrs. de lunes a viernes)
Apoyo material y/o económico

Municipalidad de Lima: Registrar una olla común en ollascomunes.gpvlima.com
Asociación Manos a la Olla: 915059133 / manosalaollalima@gmail.com
Red de Ollas Comunes de Lima (Facebook)

Apéndice D: Ficha sociodemográfica

Ficha sociodemográfica

- Edad: _____
- Lugar de nacimiento: _____
- Distrito: _____
 - Años viviendo en el lugar: _____
- Nivel educativo completado: Primaria () Secundaria () Universitaria ()
Técnica ()
- Estado civil: Soltera () Casada () Viuda () Divorciada () Conviviente ()
- ¿Es jefa de hogar?: Sí () No ()
- ¿Con quiénes vive?: _____
- Número de hijo/as: _____
- Aparte de la olla común, ¿se dedica a otro trabajo? ¿A cuál?: _____
- ¿Cuánto tiempo dedica aproximadamente a las tareas de la olla (a la semana)?:

- Cargo en la organización: _____
- ¿Cuánto tiempo tiene participando en la olla aproximadamente?: _____

Respuestas a la ficha sociodemográfica

	Rosa	Estrella	Nuria	Carla	Valentina	Reina
Cargo en la organización	Presidenta	Secretaria	Tesorera	Vocal	Vice-presidenta	Fiscal
Edad	39 años	32 años	34 años	29 años	28	35
Lugar de nacimiento	Huancayo	Cajamarca	Huánuco	Piura	Ancash	Cajamarca
Años viviendo en el distrito	13 años	4 años	5 años	10 años	3 años	10 años
Nivel educativo completado	Secundaria completa	Instituto completo	Secundaria completa	Secundaria completa	Secundaria completa	Instituto completo
Estado civil	Casada	Casada	Conviviente	Conviviente	Conviviente	Conviviente
Jefa de hogar	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí
Con quiénes vive	Esposo y dos hijas	Esposo y dos hijas	Esposo y dos hijas	Esposo y dos hijas	Esposo y dos hijos	Esposo, hija, hijo
Número de hijxs	4	2	2	2	2	2
Aparte de la olla común, ¿se dedica a otro trabajo? ¿A	Sí, vende accesorios	Sí, una bodega en casa	Ama de casa	Ama de casa	Ama de casa	Estilista, trabaja los fines de semana.

cuál?						Tiempo como ama de casa
¿Cuánto tiempo tiene participando en la olla aprox.?	8 horas aprox	6 horas aprox	4- 6 horas aprox	4- 6 horas aprox	4 horas	5 horas

Apéndice E: Guía de entrevista

Objetivo: Analizar la resiliencia y el empoderamiento comunitarios en mujeres miembros de una olla común en Lima norte.

<p>Historia y participación de las mujeres en la organización</p>	<p>El inicio de la olla</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Cuéntame, ¿cómo se les ocurrió la idea de empezar a cocinar juntas y formar una la olla común? ● ¿Cómo ha sido tu proceso de pertenecer a la olla? <ul style="list-style-type: none"> ○ ¿Cómo te enteraste y decidiste unirme? ● ¿Qué te motivó a ti personalmente a involucrarte? ● ¿Cuál es tu rol/responsabilidad en la organización?
<p>Resiliencia comunitaria</p>	<p>La fuerza de la comunidad</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Qué logros han tenido trabajando como organización? ● ¿Qué es lo que les hace sentir más orgullosas de la historia de la olla? ¿Por qué? <ul style="list-style-type: none"> ○ ¿Me podría dar un ejemplo? ● ¿Cómo han ido cambiando como organización en el tiempo? ● ¿Con qué desafíos se han encontrado y cómo los solucionaron? <ul style="list-style-type: none"> ○ ¿Qué aprendizajes se llevan? <p>Adaptación y Aprendizaje</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Frente a estos desafíos, qué tuvieron que cambiar en la olla para enfrentarlos exitosamente? ¿Cómo lo hicieron? (ejemplo Covid) <ul style="list-style-type: none"> ○ ¿Podría darme un ejemplo por favor? ● ¿Qué cosas siguen siendo difíciles y cómo planean enfrentarlas? ● ¿Cómo podrían hacer mejor las cosas? ¿Qué mejorarían de la organización?

Empoderamiento
y relación con
actores políticos

Cambios en las participantes

- Desde tu participación en la olla común, ¿qué cambios favorables observas en las mujeres que participan en la olla común?
 - ¿Existe algún cambio en particular en relación con... pareja, familia, amigos, instituciones?
 - ¿Podría darme un ejemplo por favor?
 - ¿Cuáles son los principales cambios o aprendizajes que han tenido como organización? (puede ser que esto ya te lo hayan respondido)

Autonomía y cambio

Qué tipo de decisiones toman como organización? ¿Cómo toman decisiones como organización?

- ¿Quiénes participan en la toma de decisiones sobre el apoyo que requiere la organización de los actores externos?
 - ¿Qué rol tiene cada actor que participa (ubicar a la organización como un actor más)?
- ¿Con qué actores externos interactúan como organización?
- ¿Cómo se relacionan con otras organizaciones de la comunidad?
- ¿Cuál es su rol/contribución como organización en el desarrollo de su comunidad? ¿Qué influencia tiene en la comunidad?

Interacciones con autoridades

- Cuando necesitan hablar con alguna autoridad para conseguir algo para la olla, ¿cómo hacen para ser escuchadas?
- Cuando el gobierno o alguna organización trae ayuda o propone cambios, ¿sienten que preguntan y consideran lo que ustedes piensan o necesitan? Ejemplos.
- ¿Cómo se sienten con la relación que tienen con los actores externos a la olla? ¿Qué les gustaría que cambie en esta relación?