

Para que ya nadie entre a hacer abusos a nuestras casas, ni la policía ni nadie, es conocer nuestros derechos y hacerlos respetar. El vivir bien (sumaq kausay) es respetarnos entre todos como personas, nosotros ya no somos maltratados ni abusados. Eso es el buen vivir (Tomás).

Por otro lado, Castellón y Laplante (2005) difieren de Francke (2007) respecto al ejercicio de derechos de las comunidades. Señalan que, contrario al ejercicio limitado de derechos, las comunidades reconocen cuáles son estos, lo cual hace que ahora se consideren como sujetos de derecho frente al Estado, es decir, ya no ser vistos como víctimas, sino como personas protagonistas de diferentes procesos de participación ciudadana desde los varones hasta las mujeres:

Muchas mujeres en las comunidades todavía no conocen sus derechos. Y, cuando no conocen sus derechos, siguen siendo maltratadas y humilladas por su pareja, tanto por las autoridades y en su entorno hay violencia. Por eso, es importante saber qué derechos tenemos (Carmen).

Es así, que este indicador de cambio sobre el ejercicio de derechos y ciudadanía, donde la ciudadanía es entendida como aquella forma de vida en la que las personas buscan el bien común, antes que un beneficio individual. En ese sentido, sus acciones irán dirigidas a generar un bienestar colectivo en la comunidad, antes que un interés y deseo individual (Quiroz, 2008). La ciudadanía debería integrar a todas las personas sin distinción, y con derechos y deberes frente al Estado. Aunque por lo complejo del tema, se hacen difíciles la creación y establecimiento de políticas ciudadanas en relación con comunidades históricamente excluidas. Sin embargo, según Ander (2015), las comunidades que viven en exclusión necesitan ejercer su ciudadanía para lograr tener acceso a derechos; por ejemplo, el derecho al agua potable, educación o la salud, que deberían ser accesibles para las comunidades sin mayor exigencia, como una responsabilidad estatal. En relación con esto, la comunidad se da cuenta de la situación de exclusión y ausencia de la garantía de sus derechos y, por eso, demanda la atención de estos.

Como concluyen Winkler et al., (2016), las comunidades tienen el derecho a recibir intervenciones de calidad, que sean transparentes en cuanto a la información que se brinda y que se recoge. Asimismo, tienen el derecho de participar libremente desde su propia autonomía en la toma de decisiones y búsqueda de sus intereses, y que se respeten y reconozcan sus vivencias, saberes y prácticas comunitarias.

Finalmente, cabe mencionar que las comunidades en la región de Apurímac no son ajenas a los diversos fenómenos y procesos sociales, a nivel político, social, comunitario y económico que se han estado dando en nuestro país durante los últimos años, tales como los procesos extractivos como la minería o la presencia del Estado con proyectos de inversión y producción a nivel local, regional o nacional. Todos estos fenómenos influyen en las decisiones que la comunidad debe tomar en determinados momentos de su vida comunitaria. Es así que el sentido de bienestar, la búsqueda de desarrollo colectivo y el ejercicio de ciudadanía son importantes cuando la comunidad opte por elegir alternativas para su futuro. Estos indicadores de cambio en salud mental comunitaria ayudarían a que la comunidad pueda establecer relaciones más equitativas con el Estado u otras organizaciones, primando el bien común para la comunidad.



Conclusiones

Ante las pocas investigaciones sobre indicadores de cambio desde las comunidades atendidas por el sistema de salud, se espera que este estudio constituya un aporte desde una construcción participativa y conjunta de indicadores que evidencien el cambio en la salud mental comunitaria de las personas.

Esto permitirá incorporar elementos y propuestas sistematizadas para la mejora de las comunidades afectadas por conflicto armado interno, en situación de vulnerabilidad y exclusión. Estos indicadores pueden contribuir a las políticas y acciones que implican atender la salud de manera integral desde el Estado. En ese sentido, se podrían incluir estos indicadores en instrumentos y lineamientos de un modelo de salud mental comunitaria.

En relación con lo encontrado, se han construido tres dimensiones: sentido de bienestar, desarrollo colectivo, y ciudadanía y gobernabilidad. Estas contienen una lista de indicadores de cambio en salud mental comunitaria planteados por los participantes. A partir de los resultados de la investigación, se puede concluir que se identificaron ocho indicadores.

En la dimensión de sentido de bienestar, se encontró el indicador de capacidad de mirarse, que es la capacidad que permite contar con una mirada autocrítica y propositiva desde uno mismo y respecto de otras personas. Es decir, cuando la persona tiene problemas, busca cambiar la situación por su propia voluntad y evitar sentimientos de frustración y angustia. También se encontró el indicador de búsqueda de ayuda, que es aquella intención de las personas para encontrar apoyo para sí mismas y para la comunidad, superando aspectos negativos que generen malestar. Se evidencia cuando un miembro de la comunidad busca apoyo en su entorno. Así mismo, se encontró el indicador de visión de futuro y esperanza, aquella forma de visualizar un proyecto de vida personal y comunitario para obtener mejores condiciones y desarrollo en la comunidad. Es así que las personas pueden proponerse y planificar metas a corto, mediano o largo plazo.

En la dimensión de desarrollo colectivo, se identificó el indicador de soporte social, como aquel fortalecimiento de vínculos familiares y recuperación de lazos sociales-comunitarios, la familia funciona como primer grupo de ayuda y se integra a la comunidad. Así también, se encontró el indicador de gestión comunitaria, el cual refiere que la comunidad identifica redes comunitarias para solicitar asistencia a las

instituciones y organizaciones que puedan atender las necesidades o intereses de la misma.

En la dimensión de ciudadanía y gobernabilidad, se encontró el indicador de participación y organización comunitaria, el cual se evidencia cuando la población genera acciones de participación organizada en los asuntos de la comunidad. Las instancias de Gobierno promueven la participación en las asambleas y decisiones de la comunidad. Asimismo, se identificó el indicador de recuperación del rol de autoridad, como el reconocimiento de las competencias de las instancias de Gobierno como referentes para el desarrollo y convivencia la comunidad; es decir, las autoridades son consideradas una figura de respeto y representación legítima en la comunidad. Finalmente, se encontró el indicador de ejercicio de derechos y ciudadanía, que se verifica cuando la comunidad se reconoce como sujeto de derecho, hace valer sus derechos, y asume responsabilidades en la familia y la sociedad.

Queda pendiente continuar con investigaciones que aporten mayor información sobre el tema, entre aspectos favorables, como también las dificultades que implica conocer la salud mental en el país. Los resultados de este estudio difícilmente pueden ser generalizables, pues corresponden a la vivencia de una comunidad en particular; por eso, existe la necesidad de seguir investigando otras realidades y poblaciones particulares, lo cual permitirá generar diversas nociones que enriquezcan la discusión y comprensión sobre esta temática.

Para la atención de la salud, se debe involucrar a los actores implicados en la prestación y asistencia de la salud mental, tejiendo redes y alianzas, entre las instancias de Gobierno y sociedad en general. Será importante fortalecer el marco normativo en políticas de salud mental, que puedan responder a las necesidades sentidas de la población y que garanticen los derechos humanos de las comunidades, así como promover políticas de salud que permitan una implementación, asistencia, evaluación y monitoreo de la salud mental. Es una apuesta política y ética desde la psicología comunitaria generar movilización social en la sociedad.

Por lo encontrado, el diseño de nuevas formas de acercarse a poblaciones con estas características debe involucrar una visión completa de la salud mental desde enfoques como derechos humanos, género, interculturalidad, psicosocial, generacional, entre otros, los cuales permitan entender la salud mental comunitaria dentro de la comunidad; comprender su cultura, el contexto donde se desarrollan y las formas de ver su realidad; y recuperar y evidenciar lo que las comunidades demandan para la atención

de la salud mental, para que, junto con los ciudadanos, se puedan encontrar nuevas formas que generen mejores condiciones de vida. Para ello, es importante promover un proceso continuo y sostenido de participación democrática desde la sociedad y las comunidades.



Referencias

- Altamirano, T. (2009). *Migración, remesas y desarrollo en tiempos de crisis*. Lima: PUCP, CISEPA. Recuperado de http://biblioteca.clacso.edu.ar/Peru/cisepa-pucp/20091217020415/2009_alt.pdf
- Álvarez-Gayou, J. (2012). *Cómo hacer investigación cualitativa: Fundamentos y metodología*. México D.F.: Paidós.
- Amnistía Internacional Perú. (2013). *Cuatro testimonios a diez años del Informe Final de la Comisión de la Verdad y Reconciliación*. Lima: Amnistía Internacional.
- Ander, G. (2015). Crisis y desafíos de la participación en procesos de desarrollo rural. En F. Landini (Coord.), *Hacia una Psicología Rural Latinoamericana* (pp. 231-235). Buenos Aires: Universidad de la Cuenca de la Plata y CLACSO. Recuperado de http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/se/20150213020711/Hacia_una_psicologia_rural.pdf
- Arenas, E., & Custodio, E. (2015). Experiencia de colores: Estrategias de intervención comunitaria en contextos post conflicto armado interno en Perú. *Eureka Revista de Investigación Científica de Psicología*, 12(M), 151-164. ISSN 2218-0559
- Berbesí, D., & Torres, Y. (2012). Importancia de los Indicadores en Salud Mental dentro del Observatorio Nacional de Salud Mental. *Revista del Observatorio Nacional de Salud Mental-Colombia*, 1, 13 -16. Recuperado de <http://documents.mx/documents/revista-salud-mental-n1.html>
- Beristain, C. (2010). *Diálogos sobre la reparación: Qué reparar en los casos de violaciones de derechos humanos*. Quito: Instituto Interamericano de Derechos Humanos. Recuperado de <https://www.iidh.ed.cr/IIDH/media/1585/dialogos-sobre-la-reparacion-2010.pdf>
- Bustamante, I., Rivera, M., & Matos, L. (2013). *Violencia y Trauma en el Perú. Desafíos y Respuestas*. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia. Recuperado de <http://bvs.minsa.gob.pe/local/contenido/6028.pdf>
- Castellón, R., & Laplante, L. (2005). *Los afectados por el conflicto armado interno del Perú: Exigiendo el derecho a la salud mental*. Lima: Praxis-An Institute for Social Justice. Recuperado de <http://cies.org.pe/sites/default/files/files/diagnosticoypropuesta/archivos/dyp-20.pdf>
- Comisión de la Verdad y Reconciliación (2003). *Informe Final*. Lima: CVR.

- Correa, C. (2013). *Reparaciones en Perú: El largo camino entre las recomendaciones y la implementación*. Lima: Centro Internacional para la Justicia Transicional. Recuperado de <https://www.ictj.org/sites/default/files/ICTJ-Report-Peru-Reparations-Spanish-2013.pdf>
- Cueto, R. (2008). *La salud mental de las comunidades afectadas por el conflicto armado interno en el Perú. Representaciones Sociales del personal de salud del Ministerio de Salud* (Tesis de Maestría). doi 10.13140/RG.2.1.5160.7765
- Cueva, G. (2005). Intervención en salud mental en víctimas de violencia política. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental Hermilio Valdizán*, 6(1), 23-32. Recuperado de <http://www.hhv.gob.pe/revista/2005/3%20INTERVENCION%20EN%20SALUD%20MENTAL%20EN.pdf>
- Defensoría del Pueblo. (2009). Informe Defensorial N° 140 - Salud mental y Derechos Humanos: Supervisión de la política, la calidad de los servicios y la atención a poblaciones vulnerables. Lima: Defensoría del Pueblo. Recuperado de <http://www.defensoria.gob.pe/modules/Downloads/informes/defensoriales/informe-defensorial-140-vf.pdf>
- Del Pino, E., & Aronés, M. (2015). *Los sistemas de salud en Huancavelica desde/con un enfoque intercultural*. Huancavelica: Médicos del Mundo.
- Delgado-Gallego, M. E., & Vázquez-Navarrete, L. (2006). Barreras y oportunidades para la participación social en salud en Colombia: percepciones de los actores principales. *Revista de Salud Pública*, 8(2), 128-140. doi 10.1590/S0124-00642006000200001
- Dueñas, J. (2012). La cultura y el desarrollo de la Región Cusco. *El Antoniano: Revista científico cultural*, 121(2), 201-206. Recuperado de <http://www.unsaac.edu.pe/investigacion/publicaciones/121/Antoniano121.pdf>
- El Proyecto Esfera. (2011). Carta Humanitaria y normas mínimas para la respuesta humanitaria. Reino Unido: Practical Action Publishing. Recuperado de http://www.prede.org.pe/prede/images/manual_esfera_ver2.pdf
- Fernández, M. (2011). *Significados, aprendizajes y perspectivas de futuro de adolescentes de Putacca a partir de una experiencia de memoria colectiva* (Tesis de Maestría). Recuperada de Repositorio Digital de Tesis PUCP. (Acceso o Solicitud No.)

- Flick, U. (2014). *La gestión de la calidad en investigación cualitativa*. Madrid: Ediciones Morata.
- Fourment, K. (2012). *El juego como facilitador del desarrollo comunitario. Representaciones sociales sobre el juego infantil de un grupo de madres y padres del centro poblado "La Garita"* (Tesis de Maestría). Recuperada de Repositorio Digital de Tesis PUCP. (Acceso o Solicitud No.)
- Francke, M. (2007). "No me entiende ni yo tampoco lo entiendo...": *Hallazgos de una investigación participativa sobre salud en comunidades que sufren pobreza y exclusión en el Perú y reflexiones sobre los alcances y límites de las metodologías participativas* (Tesis de Maestría). Recuperada de Repositorio Digital de Tesis PUCP. (Acceso o Solicitud No.)
- Gergen, K. (2007). *Construccionismo social: Aportes para el debate y la práctica*. Bogotá: Universidad de los Andes, Facultad de Ciencias Sociales, Departamento de Psicología, CESO, Ediciones Uniandes. Recuperado de http://www.taosinstitute.net/Websites/taos/images/PublicationsFreeBooks/Gergen_construccionismo_social.pdf
- Goncalves de Freitas, M., & Montero, M. (2003). Las redes comunitarias. En M. Montero (Ed.), *Teoría y práctica de la psicología comunitaria: Tensión entre comunidad y sociedad* (pp. 173-201). Buenos Aires: Paidós.
- González Rey, F. (2006). *Investigación Cualitativa y Subjetividad*. Guatemala: Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de Guatemala. Recuperado de http://www.odhag.org.gt/pdf/R_INVESTIGACION%20CUALITATIVA.pdf
- González Rey, F. (2014). Dilemas epistemológicos actuales en psicología comunitaria. En J. Flores (Coord.), *Repensar la psicología y los comunitario en América Latina* (pp. 19-46). Tijuana: Universidad de Tijuana CUT. Recuperado de <http://red.pucp.edu.pe/psicologia-comunitaria/files/2014/05/MarzoRepensar-la-psicolog%C3%ADa-y-lo-comunitario-en-Am%C3%A9rica-Latina-DIGITAL.pdf>
- Grajeda, P., Valdez, N., & Mendoza, Y. (2013). Participación ciudadana y gobernabilidad en salud. *El Antoniano: Revista científico cultural*, 122, 185-190. Recuperado de <http://www.unsaac.edu.pe/investigacion/publicaciones/122/Antoniano122.pdf>
- Grupo de Trabajo de Salud Mental de la Coordinadora Nacional de Derechos Humanos (2006). *Salud Mental Comunitaria en el Perú: Aportes temáticos para el trabajo*

- con poblaciones*. Lima: Amares (UE- MINSA). Recuperado de http://www.minsa.gob.pe/dgsp/archivo/salud_mental_documentos/08_Salud_Mental_Comunitaria_Per%C3%BA.pdf
- Grupo de Trabajo para la Salud y Desarrollo Comunitario GTSDC. (2014). Algunos métodos para evaluar iniciativas comunitarias integrales [Publicación en el portal web Caja de Herramientas Comunitarias] Recuperado de <http://ctb.ku.edu/es/tabla-de-contenidos/evaluar/evaluar-iniciativas-comunitarias/indicadores-a-nivel-comunitarios/principal>
- Guerrero de la Torre, N., Gutiérrez, S., & Gutiérrez, J. (Noviembre, 2015). *Psicología social comunitaria y el concepto Suma Qamaña*. Ponencia presentada en la Mesa Temática de Ética y formación en el trabajo comunitario en el 3er Coloquio Internacional de Psicología Social Comunitaria en nuestra América de la Universidad Autónoma de México, México D.F.
- Henriquez, N. (2014). Vida cotidiana en tiempos de guerra y de reparaciones en el Perú. *Contextualizaciones Latinoamericanas*, 6(11), 1-13. Recuperado de http://www.contextualizacioneslatinoamericanas.com.mx/pdf/VidacotidianaentiemposdeguerraydereparacionesenelPer%C3%BA_11.pdf
- Herazo, K., & Moreno, B. (2014). *Sentido de Comunidad en un pueblo originario: Santa Martha Acatitla (entre los carrizos)*. México D.F: UNAM.
- Huanacuni, F. (Productor). (2012) *Fernando Huanacuni: Buen Vivir- Vivir Bien* [Archivo de vídeo]. De <https://www.youtube.com/watch?v=9oZHJMTcfOE>
- Huppert, F. (2004). A population Approach to Positive Psychology: The Potential for Population Interventions to Promote Well-Being and Prevent Disorder. En A. Linley & J. Stephen (Eds.), *Positive psychology in practice* (pp. 693-709). New Jersey: John Wiley & Sons. Recuperado de https://www.researchgate.net/profile/Jennifer_Teramoto_Pedrotti/publication/232575196_Strategies_for_Accentuating_Hope/links/545bba310cf249070a7a7c5f.pdf#page=717
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2007). *Censos Nacionales 2007: XI de Población y VI de Vivienda*. Lima: INEI.
- Korkeila, J., Kovess, V., Dalgard, O., Madianos, M., Salize, H., & Lehtinen, V. (2007). Piloting mental health indicators for Europe. *Journal of Mental Health*, 16(3), 401-413. doi 10.1080/09638230701299152

- Macher, S. (2013). A diez años de la presentación del Informe final de la CVR, ¿hemos avanzado? *Revista Argumentos*, 4, 47-51. Recuperado de http://revistaargumentos.iep.org.pe/wp-content/uploads/2014/04/macher_set13.pdf
- Mayorga, F., & Córdova, E. (2007). *Gobernabilidad y gobernanza en América Latina*. Ginebra: No publicado. Recuperado de <http://www.institut-gouvernance.org/es/analyse/fiche-analyse-334.html>
- Maza, C. (2015). *Estigma experimentado en personas diagnosticadas con esquizofrenia en un hospital psiquiátrico*. Lima (Tesis de Maestría). Recuperada de Repositorio Digital de Tesis PUCP. (Acceso o Solicitud No.)
- Mental Disability Rights International; Asociación Pro Derechos Humanos. (2004). *Derechos Humanos y Salud mental en el Perú*. Lima: Mental Disability Rights International. Recuperado de <http://www.driadvocacy.org/wp-content/uploads/Peru-Report-Esp-Final-Spanish.pdf>
- Ministerio de Salud. (2004). *Lineamientos para la acción en Salud Mental*. Lima: MINSA. Recuperado de http://www.minsa.gob.pe/dgsp/archivo/salud_mental_documentos/02_Lineamientos_SM.pdf
- Ministerio de Salud. (2005). *Plan de reparaciones en salud para población afectada por la violencia política*. Lima: MINSA. Recuperado de <ftp://ftp2.minsa.gob.pe/descargas/dgps/compendio/pdf/099.pdf>
- Ministerio de Salud. (2006a). *Estrategia Sanitaria Nacional de Salud Mental y Cultura de Paz: Plan General 2005-2010*. Lima: MINSA. Recuperado de http://www.minsa.gob.pe/dgsp/archivo/salud_mental_documentos/07_Estrategia_sanitaria_SM_CP.pdf
- Ministerio de Salud. (2006b). *Plan Nacional de Salud Mental*. Lima: MINSA. Recuperado de http://www.minsa.gob.pe/dgsp/archivo/salud_mental_documentos/01_Plan_Nacional_de_Salud_Mental.pdf
- Molina, C. (2011). *Salud Mental y desplazamiento forzado 2025*. Bogotá: Universidad Externado de Colombia.
- Montero, M. (2009). *Grupos Focales*. Caracas: AVEPSO.
- Morga, L. (2012). *Teoría y técnica de la entrevista*. México D.F: Red Tercer Milenio.

- Moyano, M. (2009). *Análisis de los efectos psicosociales de la violencia política en tres distritos del departamento de Huancavelica con distintos niveles de afectación* (Tesis de Maestría). Recuperada de Repositorio Digital de Tesis PUCP. (Acceso o Solicitud No.)
- Ocariz, M. (2015). *Violencia de Estado na ditadura civil- militar brasileira (1964-1985) Efeitos Psíquicos e Testemunhos Clínicos*. Sao Paulo: Escuta. Recuperado de <http://www.justica.gov.br/central-de-conteudo/anistia/anexos/sedes-violencia-de-estado-2.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2004). *Promoción de la Salud Mental: Conceptos, evidencia emergente, práctica*. Ginebra: OMS. Recuperado de http://www.who.int/mental_health/evidence/promocion_de_la_salud_mental.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2005a). *La salud y los objetivos de desarrollo del milenio. Invertir en Salud*. Ginebra: OMS. Recuperado de http://www.who.int/hdp/publications/mdg_es.pdf
- Organización Mundial de la Salud (2005b). Conferencia ministerial para salud mental. Plan de acción en Salud Mental Helsinki. Helsinki: OMS. <http://www.aen.es/web/docs/Helsinki05.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2009). *Derechos humanos, salud y estrategias de reducción de la pobreza*. Serie de publicaciones sobre salud y derechos humanos, 5. Ginebra: OMS. Recuperado de http://www.ohchr.org/Documents/Publications/HHR_PovertyReductionsStrategies_WHO_SP.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2012). *Guía de intervención mhGAP para los trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias en el nivel de atención de la salud no especializada*. Ginebra: OMS. Recuperado de http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44498/1/9789243548067_spa.pdf
- Organización Mundial de la Salud (2013). *Estadísticas Sanitarias Mundiales*. Ginebra: OMS. Recuperado de http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/82218/1/9789243564586_spa.pdf?ua=1
- Organización Panamericana de la Salud (2009). Estrategia y Plan de Acción sobre Salud Mental (49° Consejo Directivo 61.a Sesión del Comité Regional). Recuperado del sitio de internet de la Organización Panamericana de la Salud: http://www1.paho.org/hq/dmdocuments/2009/SALUD_MENTAL_final_web.pdf

- Organización Panamericana de la Salud (2010). *Indicadores Básicos de los Servicios de Salud Mental en México*. México D.F: OPS.
- Organización Panamericana de la Salud. (2012). *Fortaleciendo la salud mental en nuestras comunidades*. Cuadernos de promoción de la Salud Mental No. 1. Lima: OPS. Recuperado de <http://www.bvsde.paho.org/documentosdigitales/bvsde/texcom/cd045364/fortaleciendo01.pdf>
- Padilla, K. (2012). Participación infantil: posibilidades y desafíos desde la perspectiva de un grupo de niños y niñas del centro poblado "La Garita" (Tesis de Maestría). Recuperada de Repositorio Digital de Tesis PUCP. (Acceso o Solicitud No.)
- Pedraz, A., Zarco, J., Ramasco, M., & Palmar, A. (2014). *Investigación Cualitativa*. Barcelona: Elsevier.
- Peinado, Y., Martín, T., Corredera, E., Moñino, N., & Prieto, L. (2010). *Grupos de discusión: Métodos de investigación en Educación Especial*. Madrid: Universidad Complutense de Madrid. Recuperado de https://www.uam.es/personal_pdi/stmaria/jmurillo/InvestigacionEE/Presentaciones/Curso_10/GrupDiscusion_trabajo.pdf
- Peréz, A. (2012). Sobre el constructivismo: Construcción social de lo real y práctica investigativa. *Revista Latinoamericana de Metodología de las Ciencias Sociales*, 2(2), 5-21. Recuperado de http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.5652/pr.5652.pdf
- Pérez, P. (1999). *Actuaciones psicosociales en guerra y violencia política*. Madrid: EXLIBRIS.
- Pérez, P. (2007). Formulación de Indicadores [Dispositivas de PowerPoint]. Lima.
- Peréz, Y., & Jibaja, C. (2009). *De la clínica a la salud mental comunitaria: Apuntes del trabajo comunitario en salud mental en seis regiones del país*. Lima: CAPS.
- Ponce de León, J. (2015). *Radio descosidos: una experiencia de salud mental comunitaria con usuarios de un hospital especializado de Lima* (Tesis de Maestría). Recuperada de Repositorio Digital de Tesis PUCP. (Acceso o Solicitud No.)
- Programa de la Naciones Unidas para el Desarrollo. (2013). *Informe sobre Desarrollo Humano 2013. Ascenso del Sur: Progreso humano en un mundo diverso*. Nueva York: PNUD. Recuperado de http://www.undp.org/content/dam/venezuela/docs/undp_ve_IDH_2013.pdf

- Quiroz, R. (2008). *Ciudadanía, actores y discursos. Una mirada plural desde la Psicología Comunitaria*. Cuaderno de trabajo, 5: Santiago: Universidad de Chile. Recuperado de http://www2.facso.uchile.cl/psicologia/postgrado/magister/comunitaria/publicaciones/cuadernos/ct_05_2008.pdf
- Red para la Infancia y la Familia Perú. (2010). *Indicadores de recuperación emocional identificados en la experiencia de trabajo de los equipos de la Estrategia Sanitaria de Salud Mental y Cultura de Paz*. Lima: Redinfa.
- Red para la Infancia y la Familia Perú. (2010). *Propuesta de indicadores de recuperación emocional en personas afectadas por el conflicto armado interno*. Lima: Redinfa.
- Retamozo, M. (2012). Construccinismo: epistemología y metodología en las ciencias sociales. En E. Toledo & G. Leyva (Eds.). *Tratado de metodología de las ciencias sociales: perspectivas actuales* (pp. 325-350). México D.F.: Fondo de Cultura Económica. Recuperado de https://www.academia.edu/518559/Constructivismo_Epistemolog%C3%ADa_y_Metodolog%C3%ADa_en_las_ciencias_sociales
- Rivera, M. (2009). *Encontrando rutas de bienestar: Malestares y búsqueda de ayuda en salud mental. La experiencia en tres servicios de salud de la Red Huamanga* (Tesis de Maestría). Recuperada de Repositorio Digital de Tesis PUCP. (Acceso o Solicitud No.)
- Rivera, M. (2010). *Apoyo psicosocial y salud mental comunitaria en el proceso de reconstrucción posterremoto en Chincha; murales para ver y soñar*. Lima: Cruz Roja Peruana. Recuperado de http://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/F20DF3322758E1B88525773B007533D9-Informe_completo.pdf
- Rivera, M., & Mendoza, M. (2007). *Guía de capacitación para la intervención en salud mental comunitaria*. Lima: AMARES (UE-MINSA). Recuperado de http://www.minsa.gob.pe/dgsp/archivo/salud_mental_documentos/08_Salud_Mental_Comunitaria_Per%C3%BA.pdf
- Rivera, M., Velázquez, T., & Morote, R. (2014). Participación y fortalecimiento comunitario en un contexto post-terremoto en Chincha- Perú. *Psicoperspectivas: Individuo y sociedad*, 13(2), 144-155. Recuperado de

- <http://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/viewFile/354/348>
- Roca, C. (2011). *Percepciones de Soporte Social en mujeres organizadas en comedores de emergencia por el terremoto del 2007* (Tesis de Maestría). Recuperada de Repositorio Digital de Tesis PUCP. (Acceso o Solicitud No.)
- Schavelzon, S. (2015). *Plurinacionalidad y Vivir Bien/ Buen Vivir: dos conceptos leídos desde Bolivia y Ecuador post- constituyentes*. Quito: Ediciones Abya-Yala y CLACSO. Recuperado de <http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/se/20160202103454/Plurinacionalidad.pdf>
- Sonn, C., Stevens, G., & Duncan, N. (2013). Decolonisation, Critical Methodologies and why Stories Matter. In G. Stevens, N. Duncan & D. Hook (Eds.) *Race, Memory and the Apartheid Archive: Towards a Transformative Psychosocial Praxis* (pp. 295-314). London: Palgrave Macmillan. Available at https://www.academia.edu/18053856/Decolonisation_critical_methodologies_and_why_stories_matter
- Souza, M., Ferreira, S., & Gomes, R. (2012). *Investigación social: Teoría, método y creatividad*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Távora, M. (2012). *Sentido de Comunidad en un contexto de violencia comunitaria* (Tesis de Maestría). Recuperada de Repositorio Digital de Tesis PUCP. (Acceso o Solicitud No.)
- Theidon, K. (2004). *Entre prójimos. El conflicto armado interno y la política de la reconciliación en el Perú*. Lima: IEP.
- Toro, O. (2007). *Indicadores para la evaluación de la gestión de las unidades de atención de salud mental ambulatoria de especialidad* (Tesis de Maestría). Recuperada de Repositorio Digital de Tesis PUCP. (Acceso o Solicitud No.)
- Ulfé, M. (2013). *¿Y después de la violencia que queda? víctimas, ciudadanos y reparaciones en el contexto post-CVR en el Perú*. Buenos Aires: CLACSO. Recuperado de <http://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/becas/20130628122643/Ydespuesde la violencia.pdf>
- Valenzuela, T. (2005). Indicadores de Salud: Características, uso y ejemplos. *Revista Ciencia y Trabajo*, 7(17), 118-122.
- Velázquez, T. (2007). *Salud Mental en el Perú: Dolor y propuesta. La experiencia de Huancavelica*. Lima: Consorcio de Investigación Económica y Social, CARE.

Recuperado de

<http://www.cies.org.pe/sites/default/files/files/investigacionesbreves/archivos/ib-28.pdf>

- Vergara, A. (2007). Imaginario, simbolismo e ideología. *Dialogía: Revista de lingüística, literatura y cultura*, 2, 109-146.
- Winkler, M., Reyes, M., Olivares, B., & Berroeta, H. (2016). *¿Qué Derechos tienen las comunidades ante las intervenciones comunitarias?* Santiago: Universidad de Santiago de Chile y Universidad de Valparaíso Chile. Recuperado de <http://comunitaria.cl/2016/03/derechos-de-las-comunidades-ante-intervenciones-comunitarias/>
- Zautra, A., & Bachrach, K. (2000). Psychological Dysfunction and Well-Being. En J. Rappaport & E. Seidman (Eds.), *Handbook of community psychology* (pp. 165-185). New York: Springer Science y Business Media.
- Zurita, A. (2015). *Indicadores de cambio en la salud mental en personas afectadas por violencia social en contexto post-conflicto armado interno en Cusco* (Tesis de Maestría). Recuperada de Repositorio Digital de Tesis PUCP. (Acceso o Solicitud No.)

Apéndices

Apéndice A: Guía de entrevista semiestructurada

Buenos días, mi nombre es Eric Arenas Sotelo. Soy alumno de la Maestría de Psicología Comunitaria de la Pontificia Universidad Católica del Perú. Me encuentro realizando una investigación, que lleva como título *Indicadores de cambio en salud mental comunitaria de una población afectada por el conflicto armado interno en Apurímac*, con usuarios que hayan tenido experiencia y participación en intervenciones psicosociales en salud mental.

Por esto, conociendo de su experiencia y participación en un proyecto de intervención psicosocial en Cotabambas, me gustaría poder dialogar con usted para hacerle algunas preguntas que nos permitan encontrar juntos indicadores de cambio en salud mental comunitaria que experimenta una población afectada por conflicto armado interno luego de haber participado en un proyecto de intervención psicosocial. Poder ver los puntos más importantes que aparecen cuando las personas cambian.

Vamos a comenzar con algunos datos generales para recordar o saber un poco más acerca de usted.

Ñawinchay rimariyninchis

Allin p'unchay, sutiymi Eric Arenas Sotelo. Noqa kani yachaqe Maestría de Psicología Comunitaria Pontificia Universidad Católica del Perú nisqamanta. Khunanmi ruwashani hoq umanchakuy yachachiyta, sutinmi khawarichiykuna comunidad kausaymanta sasachakuy watakunamanta Apurímacpi; warmirunakunawan yachaq ñawinchasqa ima comunidad puriyinta.

Chay rayku, yachaspa qan yachay ruqaskaykita hina comunidadniykiipi Cotabambaspi. Munayman rimariyta qanwan tapurikuyta ruwanaypaq, chaymanta kuskataririnanchispaq chay khawarichiykunata comunidad kausayninmanta sasachakuy watakunamanta , chaymanta ruwaqtinku comunidad puririyinpaq. Chaymanta atinaypaq khawariyta imaynatan warmirunakuna t'iqrarinku puririyininkupi.

Qallarisunchis yachaspa qanmanta, aylluykimanta ima.

Datos generales

1. Nombre:.....
2. Edad:.....
3. Ocupación:
4. Número de hijos:
.....
5. Tiempo de residencia en Cotabambas:
.....
6. Lugar de nacimiento:
.....
7. Proyecto de salud mental comunitaria:
.....
8. Afectación por el conflicto armado interno:
.....
9. Cargos en la comunidad:
.....

Indicadores en salud mental comunitaria

Como le había contado, mi estudio trata de encontrar cuáles son los principales cambios que se dan en las personas y la comunidad después que han participado en un proyecto psicosocial. En su caso, cómo ustedes se dan cuenta:

- a) ¿Cómo se daban cuenta de que la persona ya se siente bien? ¿Cómo se daban cuenta de que su comunidad se siente bien?
- b) ¿Cómo se da cuenta de que usted se siente bien? ¿Cómo se da cuenta de esto? ¿Qué cambios se ven? ¿Cómo es la persona? ¿Cómo es la comunidad? ¿Qué más puede decir al respecto?
- c) Le podría pedir que narre una historia en la cual se sienta bien el protagonista y una historia en la cual el protagonista se sienta mal.
- d) Le podría pedir que narre una historia en la cual se sienta bien la comunidad y una historia en la cual la comunidad se sienta mal.

Síntesis y ubicación de indicadores

He escuchado su relato con atención y me parece muy interesante lo que me cuenta. Sobre la base de eso, he tomado algunos apuntes. Me gustaría poder compartirlos con usted para que me indique si he logrado captar lo que usted me ha contado.

- a) ¿Habría algún otro indicador de salud mental comunitaria que le parece debe incluir?
- b) ¿Le parece que estos puntos son suficientes? ¿Hay algo que debemos agregar o quitar? ¿Cómo le parece que debemos ordenarlos? ¿Hay algo que podamos agregar?

Ahora sí creo que he captado lo que usted me quería contar. Gracias por su participación.



Sutin, ayllumanta, tiyaynin khawarichiykuna ima

1. Suti:
.....
2. Hayk'a watayuq:
.....
3. Ruwaynin:.....
4. Hayk'a wawayuq:
.....
5. Hayk'aqmanta tiyan Cotabambaspi:
.....
6. Maypi illariran:
.....
7. Proyecto comunidad kausayninmanta:
.....
8. Sasachakuy watakunapi:
.....
9. Comunidadpi ruwasqan:
.....

Comunidad kausaynin t'iqrariyninkuna

Nisqayta hina, yachayniy munan mashkhayta imakunan t'irqakun warmirunakunapi comunidadpi ima, qhepa ruwasqankumanta comunidad kausayninpi. Qanpi, imaynatan khawankichis chayta:

- a) ¿Imaynatan khawankichis runa allin kaqtin kausayninpi? ¿Imanaytan khawankichis comunidad allin kaqtin?
- b) ¿Imaytan khawakunki allin kaqtiyki? ¿Imaynan khawakun chay? ¿Ima t'iqrarikuykuna khawakun?¿Imaynan runa kan? ¿Imanayn comunidad kan? ¿Imantawan niwaq?
- c) Atiwaqchu niwayta hoq yuyarisqaykita runa allin kaqtin, hoq yuyariyqaykita mana allin runa kaqtin.
- d) Atiwaqchu niwayta hoq yuyarisqaykita comunidad allin kaqtin, hoq yuyarisqaykita mana allin comunidad kaqtin.

Ruwasqamanta huñuriy

Allinta uyarirani niwasqaykita, rimarisqayki allinta umachariruni. Rimarisqaykimanta, patara patapi qelqaramuni. Khunan qanwan kushka khawariyta munayman, niwanaykipaq allintachu niwasqaykita churaramunichi.

- a) ¿Kanmanchu hoq kausay t'iqrarikuy comunidadpi churanaypaq?
- b) ¿Chay ruwasqayta llapanchu kanman? ¿Imatawan churawaq o horqonwaq ima?
¿Imaynata churayta atinchisman? ¿Imatawan churawaq?

Khunanqa ña llapan niwasqaykita umacharuni. Añay.



Apéndice B: Guion del grupo de discusión

Dimensiones de los indicadores de cambio en la salud mental comunitaria

N° Dimensión	Indicadores de cambio en la salud mental comunitaria
--------------	--

1. Sentido de bienestar	
-------------------------	--

2. Desarrollo colectivo	
-------------------------	--

3. Ciudadanía y gobernabilidad	
--------------------------------	--

Khawarichy kуска rimaykunamanta

Khawarichikuykuna t'ikrarikuy comunidadpi kausaymanta

N° Khawarichikuy	T'ikrarikuy comunidadpi kausaymanta
------------------	-------------------------------------

1. Allin(sumaq) kausaymanta	
-----------------------------	--

2. Kуска puririna	
-------------------	--

3. Runa kay comunidadpi ima	
-----------------------------	--

Apéndice C: Consentimiento informado

Estimado (a) participante:

Mi nombre es Eric Arenas Sotelo. Soy alumno de la Maestría de Psicología Comunitaria de la Pontificia Universidad Católica del Perú. Me encuentro realizando una investigación, que lleva como título *Indicadores de cambio en la salud mental comunitaria de una población afectada por el conflicto armado interno en Apurímac*, con usuarios que hayan tenido experiencia y participación en intervenciones psicosociales en salud mental.

Toda la información será trabajada de manera confidencial y con fines académicos. De esta forma su participación es completamente voluntaria. Si tiene alguna pregunta no dude en hacérmela.

En caso de que usted acepte, se le hará una entrevista y será grabada en formato de audio. La información que brinde será usada únicamente para la investigación y se usará de forma confidencial en la misma. Su nombre o datos personales no serán identificados en ningún informe ni otro documento.

Usted puede decidir si participar o no en la entrevista, así como solicitar que se termine en el momento en que usted lo considere conveniente.

Yo, _____ después de haber sido informado de las características del estudio de *Indicadores de cambio en la salud mental comunitaria de una población afectada por el conflicto armado interno en Apurímac*, acepto participar de forma voluntaria. Por su parte, el investigador se compromete a mantener la confidencialidad de la información recogida.

Fecha: _____

Firma del participante
DNI:

Firma de investigador
Eric Arenas Sotelo

Qelqana ruwananchismanta

Allinllanmi qanpaq:

Sutiymi Eric Arenas Sotelo Noqa kani yachaqe Maestría de Psicología Comunitaria Pontificia Universidad Católica del Perú nisqamanta. Khunanmi ruwashani hoq umanchakuy yachachiyta, sutinmi khawarichiykuna comunidad kausaymanta sasachakuy watakunamanta Apurímacpi; warmirunakunawan yachaq ñawinchasqa ima comunidad puriyinta.

Llapan rimanqanchismanta aparikunka qanllapaq, yachaykuna ruwanapaq. Kaypi, munasqayki ima rimariwaq qanlla munatiyki. Tapurikuy kaqtin niwanki. Munaqtiyki rimariyti, ruwasunchis hoq tapurikuynanta, chaymanta rimasqaykita alchakunka uyarinapaq. Rimarisqaykikuna aparikunka yachanapaq, alchakunka chayllapaq. Sutiyki kawarichiykikuna ima mana churakunqachu ima patarakunapipis.

Qan atinki niyta munasqayki mana munasqayki ima rimayta. Astawan, atinki niyta kay kamalla rimariyta munani atini ima.

Noqa,.....ña khawaspa llapan ruwarikuyta kay yachakuymanta khawarichiykuna comunidad kausaymanta sasachakuy watakunamanta Apurímacpi munani rimariyta noqamantapuni. Yachaqetaq, mañakunka apayta llapan rimarikuyta allin alchasqata.

Pacha:.....

Qelqay runaq

DNI:

Qelqay yachaqeq

Eric Arenas Sotelo

Apéndice D: Reseña de los participantes

Juan: Nació en Cotabambas, vive con su esposa y sus cuatro hijos: dos mujeres y dos varones. Posee una casa de adobe y una estancia de paja; tiene chacras para cultivar productos como papas, ollucos, ocas, entre otros. Se dedica a la agricultura y crianza de animales, y también a algunos trabajos eventuales como albañil u obrero, además de atender la pequeña tienda que administra junto con su esposa. Durante el periodo del conflicto armado interno, señala que se escapaba a los cerros cuando venían las fuerzas armadas a su pueblo. Indica que, en ocasiones, lo golpearon y aún le queda temor y desconfianza por haber vivido estos hechos de violencia. Actualmente, ejerce el cargo de presidente de la Comunidad. Señala enfrentar algunas dificultades como la escasez de dinero para la educación de sus hijos en la ciudad. Comenta que, en sus tiempos libres, teje ponchos y le gusta jugar fútbol, aunque lo hace muy poco. Afirma querer mucho a su pueblo y, por eso, ejerce un cargo de autoridad: desea desarrollo para su comunidad y que quisiera verla convertida en un centro poblado.

Pedro: Nació en Cotabambas, vive con su esposa, tiene cinco hijos; tres mujeres y dos varones. Vive en una casa de adobe y posee un corral para sus animales. Se dedica a actividades de agricultura, crianza de animales, como ovejas y ganado vacuno. En ciertos meses del año hace trabajos temporales en construcción. Señala que, en el tiempo del conflicto armado interno, vio cómo miembros de las Fuerzas Armadas golpeaban a las personas. Sostiene que, en una ocasión, lo golpearon hasta dejarlo sin poder respirar. Ha sido agente comunitario por dos periodos; su rol era vigilar la buena convivencia en la comunidad. También, ha ejercido el cargo de secretario de la Junta Directiva de su comunidad. En su tiempo libre, le gusta caminar o jugar con sus hijos. Afirma querer ver a su comunidad como una ciudad, y anhela que sus hijos estudien alguna profesión y salgan adelante.

Tomas: Nació en Cotabambas. Vive con su esposa. Tiene cinco hijos: tres varones y dos mujeres. Su hijo mayor murió en un accidente automovilístico; su segundo hijo y su tercera hija viven en la ciudad, mientras que los dos menores aún viven con él. Su familia se dedica a la agricultura y crianza de animales. Cada cierto tiempo van a visitarlo sus hijos que viven en la ciudad, sobre todo en las fiestas de la comunidad. Sostiene que, en el tiempo del conflicto armado interno, fue uno de los más afectados, ya que, por ser autoridad y representante de la comunidad, lo golpearon en la cabeza y cuerpo, y los “gendarmes” (militares) lo amenazaban con insultos y amedrentamientos para que colaborara con ellos; incluso hasta la actualidad sufre

dolores en el cuerpo producto de estas agresiones. Ha sido presidente de su comunidad por varios periodos, y también ha ejercido otros cargos como juez de paz, presidente de la Asociación de Padres de Familia, entre otros. Indica que, en sus tiempos libres, se pone a “piqchar” (masticar) coca con su esposa, y que le gusta conversar con ella y compartir tiempo con sus hijos. Además, teje ponchos y frazadas. Señala que le preocupa el estado emocional de su esposa, quien todavía se muestra afectada por la muerte de su hijo mayor; por ello, siempre trata de animarla para que se ponga mejor. Nos dice que quiere envejecer con su esposa y ver a sus nietos crecer. Así también, manifiesta que quiere mucho a su comunidad, que es el lugar que lo vio nacer; por eso, cada vez que puede colaborar con alguna actividad o ejercer algún cargo, lo hace con mucha disposición y voluntad.

Luis: Nació en Cotabambas. Tiene siete hijos: cinco mujeres y dos varones. Sus seis primeros hijos ya tienen familia y viven en sus propias casas; solo su última hija vive con él y su esposa. Poseen una casa de adobe y algunos animales que les sirven para consumo propio. Se dedica a la agricultura y la crianza de animales, además se dedica al tejido de ponchos, polleras y ropa; algunos de estos para venderlos y otros para su familia. Es natural de Cotabambas y es uno de los adultos referentes de la comunidad. Ha ejercido varios cargos: presidente, secretario, agente, juez de paz, entre otros. Durante el tiempo del conflicto armado interno, fue amenazado y torturado por los “gendarmes” (militares), quienes le decían “que si no colaboraba con ellos lo matarían”. Indica que hasta ahora padece dolores en la columna y la cabeza producto de estas agresiones, y muchas veces tiene pensamientos sobre lo mal que los trataron y eso le provoca tristeza, pero también cólera. Actualmente, su esposa se encuentra enferma: sufre dolores crónicos a los huesos. Esa condición le preocupa mucho, y la mayor parte del tiempo se dedica a cuidarla. Por otro lado, en sus tiempos libres, le gusta tejer, hilar y coser, además de disfrutar de la compañía de su última hija y su esposa. Tiene el sueño de que su comunidad salga adelante, que ya no haya envidias ni rencores entre ellos, y que su familia siga unida. Quiere tener más nietos, pues dice que estos lo hacen feliz cuando lo visitan.

María: Nació en Cotabambas. Tiene cinco hijos: dos varones y tres mujeres; ellos ya viven con su propia familia en la comunidad, y la visitan con mucha frecuencia. Vive junto a su esposo en su casa, pero, en tiempo de siembra o cosecha, se van a su estancia para cuidar las chacras y pastar a sus animales. Es de una comunidad aledaña a su actual lugar de residencia. Indica que recuerda los tiempos del conflicto armado

interno como el *sasachakuy watakuna* (tiempos difíciles), pues presencié varias veces cómo golpeaban a los varones, entre ellos su padre y hermanos, mientras que las mujeres lloraban o trataban de defenderlos, pero por temor muchas veces escapaban. Ella fue presidenta de Club de Madres; tenía que preocuparse por organizar a las mujeres y madres de la comunidad para atender asuntos referentes a ellas y sus hijos. Afirma que le gusta tejer e hilar lana de oveja; en sus ratos libres, interpreta *takis* (canciones), aunque lo hace con poca frecuencia. Quiere que su comunidad siga adelante, y que existan buenas relaciones entre ellos; además, dice que, para ella, lo más importante es su familia: sus hijos y nietos.

Teresa: Nació en Cotabambas. Tiene siete hijos: cinco mujeres y dos varones; dos de sus hijos mayores habitan en la ciudad, mientras que los otros cinco viven con ella y su esposo. Las actividades a la que se dedica son la crianza de animales, agricultura y tejido de prendas, como ponchos y polleras. Durante el periodo de violencia, fue testigo de los abusos de militares: golpearon a su padre y otros comuneros; ella huía a los cerros o quebradas junto con otras mujeres. Ha participado en diferentes cargos de la comunidad, como presidenta de Club de Madres y secretaria de la Asociación de Padres de Familia. Actualmente, es promotora de salud; se preocupa por coordinar actividades con el personal de salud de la zona para el cuidado de las gestantes y sus hijos. En su último embarazo tuvo algunas complicaciones, por lo que tuvieron que llevarla a un hospital de la ciudad para ser atendida, aunque ya viene recuperándose poco a poco. Anhela que sus hijos sean profesionales, que tengan un trabajo y progresen. Nos dice que se pone contenta cuando vienen a visitarla sus hijos mayores que viven en la ciudad.

Iris: Nació en Cotabambas. Es viuda y tiene tres hijos: dos mujeres y un varón. Actualmente, vive en la casa de sus padres junto a sus hijos, ya que, al haber fallecido su esposo en un accidente, necesitaba apoyo para el cuidado de sus hijos menores. Se dedica a cuidar a sus hijos y apoyar en la siembra y cosecha a sus padres; además, cría animales menores, como cuyes y gallinas. Señala que, durante el tiempo de conflicto armado interno, era muy “jovencita”. Recuerda cómo sus tíos y su padre fueron colgados de los pies en la puerta de la iglesia de la comunidad y recibieron insultos. Afirma que los militares se llevaban de las casas la comida y los animales. Indica que ha sido promotora de salud y tesorera del Club de Madres, ahora es presidenta del Vaso de Leche. Comparte sus tiempos libres con sus hijos o se dedica a ayudar en alguna actividad pendiente en casa de sus padres. Actualmente, enfrenta dificultades para

mantener a sus tres hijos, ya que el dinero no le alcanza; por eso, muchas veces se ve obligada a pedir apoyo de sus familiares para comprar útiles escolares o vestimenta para sus hijos; sin embargo, señala que nunca les hace faltar comida y techo. Tiene el sueño de que sus hijos sean profesionales o que ejerzan un oficio, que formen una familia y sean felices.

Carmen: Nació en Cotabambas, vive con su esposo y sus dos hijos, una mujer y un varón. Ha participado en diferentes organizaciones y entidades gubernamentales y no gubernamentales para capacitarse en habilidades como liderazgo o comunicación. Se dedica a atender su tienda y a ser comunicadora rural; participa en un programa de radio en el distrito de la comunidad. En el periodo de conflicto armado interno, cuando ella era joven, señala que, en una de las intervenciones de los militares en su comunidad, le dispararon y una bala le atravesó la pierna derecha, a la altura de la pantorrilla. Nos dice que el miedo y los *sasachakuy watakuna* (malos tiempos) de esos años nadie se los “sacará” de la cabeza, pues aún siente temor de que le pase de nuevo; incluso en ocasiones ha soñado con ese momento vivido y no le gusta. Actualmente, es lideresa comunitaria, se reúne con sus compañeras en el local comunal para organizarse y ahora ejerce el cargo de Secretaria de la Federación de Mujeres de su distrito. En sus tiempos libres, le gusta estar con sus hijos y su esposo, y salir a caminar por el campo. Espera que sus hijos sean profesionales y que haya mayores oportunidades para las mujeres en el pueblo.

Dora: Nació en Cotabambas. Tiene tres hijos: dos mujeres y un varón. Posee una casa pequeña, donde viven ella, su esposo y sus hijos. Se dedica a actividades como la agricultura y crianza de animales; además, vende sus productos para cubrir los gastos escolares y de vestido de sus hijos. Durante el periodo del conflicto armado interno, nos dice que se escapaba junto a otras mujeres, sobre todo las más jóvenes hacia estancias lejanas para evitar que las encuentren los militares, aunque, en algunas ocasiones, ha visto como han llegado a la comunidad, y golpeaban, amenazaban e insultaban a los varones. Sus hermanos mayores y su padre fueron colgados de los pies en la plaza por haberse “resistido a los abusos”, y defenderlas a ella y a su madre. Sostiene que prefiere no dar más detalles, porque esos recuerdos son “malos”, le causan pena, pero también cólera. Actualmente es vicepresidenta del Vaso de Leche; se encarga de apoyar a sus compañeras, de convocarlas para las reuniones cuando no está la presidenta. Ha ejercido otros cargos como tesorera y secretaria de la Asociación de Padres de Familia. Anhela tener una casa más grande, que sus hijos estudien y sean profesionales, que haya mayor

desarrollo para su pueblo; además, quisiera tener un negocio pequeño o aprender alguna habilidad sobre bordado o costura con máquina de coser.

Sara: Es casada y tiene seis hijos: tres mujeres y tres varones. Posee una pequeña tienda de abarrotes y eventualmente se dedica a cuidar niños de algunas profesoras o personal de salud. Es natural del distrito de Canchis en la región del Cusco. Hace más de 27 años vive en Cotabambas, pues su esposo es residente del lugar. Durante el periodo de violencia, señala que, en dos ocasiones, vio cómo en la plaza pública golpearon a los hombres de la comunidad, y los culpaban de ser abigeos o ladrones. Nos dice que, cuando pasaba eso, por el miedo y desconfianza prefería quedarse oculta en su casa. Actualmente, es presidenta de la Federación de Mujeres del Distrito de Tambobamba; además, ha ejercido otros cargos como secretaria, tesorera y promotora de salud de la comunidad. En sus tiempos libres, le gusta estar con sus amigas en su tienda o jugar con sus hijos. Anhela que sus hijos sean personas profesionales, que cumplan sus metas y tengan trabajo. Quiere aprender a bordar con croché y comprarse una máquina de tejer para hacer chompas y venderlas.

Apéndice E: Registro fotográfico



Comunidad campesina de la Región Apurímac, Provincia de Cotabambas, Distrito de Tambobamba.



Comunidad campesina de la Región Apurímac, Provincia de Cotabambas, Distrito de Tambobamba.