

Percepción de resiliencia comunitaria y salud mental: Estudio mixto con mujeres indígenas de Amealco, Querétaro

Perception of Community Resilience and Mental Health: A Mixed-Methods Study with Indigenous Women from Amealco, Querétaro

Fecha de recepción: 5 de septiembre de 2025 - Fecha de aprobación: 12 de diciembre de 2025

Fernando Francisco Becerril Ibarra¹

Javier de Jesús Enríquez Robles²

Resumen

La resiliencia comunitaria en mujeres indígenas de Amealco, Querétaro, se examina desde un enfoque mixto que articula un componente psicométrico y un componente cualitativo con énfasis sociológico. El objetivo fue describir la percepción de resiliencia comunitaria y su relación con la salud mental cotidiana, considerando redes de apoyo y prácticas culturales. Se aplicó la Escala de Resiliencia Mexicana (RESI-M)

¹ Universidad de Mondragón. Estudiante de la Licenciatura en Psicología en el Centro de Psicoterapia Cognitiva y miembro del Círculo de Estudios Psicoanalíticos de Querétaro / Correo: soyfernandofrancisco@gmail.com | ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-8302-7010>

² Universidad de Mondragón. Egresado de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, con experiencia en investigación en las áreas de migración, género y salud mental. Durante el desarrollo de la presente investigación, formó parte de la Universidad Mondragón México / Correo electrónico: javpsic.97@gmail.com

adaptada y se realizaron entrevistas semiestructuradas y observación breve en campo. Los resultados cuantitativos muestran puntajes altos en apoyo familiar y social, y niveles moderados en estructura personal y autoconcepto. El análisis cualitativo identifica la centralidad de la organización comunitaria, la colaboración en tareas colectivas y el papel de mujeres líderes en el sostenimiento del cuidado, así como tensiones derivadas de precariedad económica, estigmas y barreras de acceso a servicios especializados. La integración de hallazgos sugiere que la fortaleza de las redes y la identidad cultural coexisten con vulnerabilidades subjetivas que impactan el bienestar. Se concluye que las intervenciones comunitarias son pertinentes y culturalmente adaptadas, por ejemplo, círculos psicoeducativos facilitados por promotoras locales y esquemas de articulación institucional que respeten lengua y cosmovisión. El estudio aporta evidencia situada para el diseño de acciones de salud mental en contextos indígenas rurales.

Palabras claves

Resiliencia comunitaria, mujeres indígenas, salud mental, estigma social, identidad cultural

Abstract

Community resilience among indigenous women in Amealco, Querétaro, is examined using a mixed-methods approach that integrates a psychometric component and a qualitative component with a sociological emphasis. The objective was to describe the perception of community resilience and its relationship with everyday mental health, considering support networks and cultural practices. The adapted RESI-M was administered, and semi-structured interviews and brief field observation were conducted. The quantitative results show high scores in family and social support, and moderate levels in personal structure and self-concept. The qualitative analysis identifies the centrality of community organization, collaboration on collective tasks and the role of women leaders in sustaining care, as well as tensions arising from economic precarity, stigma and barriers to accessing specialized services. The integration of findings suggests that the strength of social networks and cultural identity coexists with subjective vulnerabilities that impact well-being. It is concluded that community-based interventions are relevant and culturally adapted, for example, psychoeducational circles facilitated by local promoters and institutional coordination schemes that respect language and worldview. The study provides situated evidence for designing mental health interventions in rural indigenous contexts.

Keywords

Keywords: community resilience, Indigenous women, mental health, social stigma, cultural identity

Introducción

La resiliencia comunitaria, entendida como la capacidad de una comunidad para adaptarse, resistir y transformarse frente a las adversidades, ha sido reconocida como un concepto crucial para el análisis de los procesos de lucha y supervivencia en contextos de exclusión social. En particular, en las comunidades indígenas de México, la resiliencia no solo se manifiesta como un fenómeno individual, sino como una práctica colectiva que involucra a toda la comunidad en su proceso de reconstrucción social, cultural y económica. En este sentido, las mujeres indígenas desempeñan un papel clave en la preservación de sus tradiciones, la organización comunitaria y la defensa de sus derechos frente a estructuras de violencia y discriminación, lo que les permite

superar las desigualdades y transformaciones impuestas por el contexto social, político y económico.

Por ello, el objetivo de esta investigación es analizar la resiliencia comunitaria y su relación con la percepción de salud mental en mujeres indígenas del colectivo “Casa Común Juntas Podemos”, ubicado en Amealco, Querétaro, por medio de un enfoque mixto que permita comprender las estrategias culturales, sociales y emocionales que sustentan sus procesos de afrontamiento y transformación colectiva.

Este grupo de mujeres enfrenta condiciones adversas como la exclusión estructural, la violencia de género y la precariedad económica, pero ha logrado crear redes de apoyo, proyectos comunitarios y prácticas de autocuidado que permiten su supervivencia y fortalecimiento frente a la adversidad. Gracias a sus prácticas, estas mujeres han logrado construir estrategias de resistencia basadas en principios de solidaridad, identidad cultural y organización colectiva.

Para abordar esta problemática, se emplean diversas teorías y enfoques sobre la resiliencia que permiten comprender tanto sus dimensiones individuales como colectivas. En primer lugar, la teoría de la resiliencia de Grotberg (1997) se presenta como un marco conceptual para comprender cómo los tres pilares fundamentales de la resiliencia —los apoyos externos, las habilidades personales y las fortalezas internas— se articulan en el contexto de las mujeres de Amealco. Por medio de los conceptos de “yo tengo”, “yo puedo” y “yo soy/yo estoy”, se examina cómo las mujeres desarrollan recursos sociales, habilidades de afrontamiento y fortalezas emocionales, que les permiten enfrentarse a las adversidades.

En segundo lugar, la teoría de la resiliencia de Luthar (1999, citada en García y Domínguez, 2012) se integra para entender cómo las mujeres del colectivo “Casa Común Juntas Podemos” logran adaptarse positivamente a pesar de las adversidades significativas, como la violencia estructural, la discriminación y la marginación. Esta teoría subraya la importancia de la interacción constante entre la adversidad y las fortalezas personales y comunitarias, lo cual permite a estas mujeres no solo sobrevivir, sino también transformar su realidad social y

cultural. La inclusión de la perspectiva de Galtung (1969), con su modelo del triángulo de la violencia, también se vuelve crucial para analizar cómo las diversas formas de violencia —directa, estructural y cultural— impactan en la vida de las mujeres y cómo la resiliencia comunitaria puede ser entendida como una respuesta a estas violencias, tanto visibles como invisibles.

Asimismo, este estudio se apoya en el estado del arte sobre resiliencia en comunidades indígenas. Investigaciones previas, como las de Vázquez et al. (2018) sobre las palmeadoras de Tlaxiaco, Oaxaca, y las de Aguiar y Acle-Tomasini (2012) sobre adolescentes mayas en Yucatán, nos proporcionan ejemplos clave de cómo las comunidades indígenas, por medio de la organización colectiva, las redes de apoyo y el fortalecimiento de su identidad cultural, logran generar resiliencia frente a las adversidades estructurales y económicas. Estos estudios permiten comparar y contrastar los procesos de resiliencia en contextos similares, aportando valiosas lecciones para el caso de las mujeres indígenas de Amealco.

Estas perspectivas permiten enmarcar la resiliencia comunitaria no como una capacidad individual, sino como un proceso relacional, sustentado en el apoyo social, la identidad cultural y la agencia colectiva de las mujeres indígenas. El presente estudio se basa en este enfoque integral para comprender cómo se movilizan recursos internos y comunitarios en contextos de adversidad estructural.

Con ayuda de este enfoque multidimensional, se pretende ofrecer una comprensión más profunda sobre cómo las mujeres de “Casa Común Juntas Podemos” han construido resiliencia comunitaria en un contexto de violencia estructural, discriminación y precariedad. Asimismo, el estudio busca identificar las estrategias de resistencia que permiten a estas mujeres no solo sobrevivir a la adversidad, sino también transformar sus realidades sociales y culturales en un proceso de empoderamiento colectivo que desafía las estructuras de exclusión históricas.

Este análisis tiene implicaciones importantes para la formulación de políticas públicas y programas de intervención que promuevan el fortalecimiento

de la resiliencia en comunidades indígenas, reconociendo la importancia de la identidad cultural, el trabajo colectivo y la autonomía económica como pilares fundamentales en el proceso de adaptación y resistencia. En este sentido, se busca contribuir a una comprensión más integral de la resiliencia, que vaya más allá de los enfoques individuales, para situarla en el ámbito comunitario e intercultural, respetando las particularidades y desafíos propios de las mujeres indígenas en México.

Hipótesis general (H1)

Existe una relación positiva y estadísticamente significativa entre el nivel de resiliencia comunitaria y la percepción de salud mental en mujeres indígenas del colectivo “Casa Común Juntas Podemos” en Amealco, Querétaro.

Variable independiente (VI)

Nivel de resiliencia comunitaria (variable continua, medida por puntaje total en la escala RESI-M adaptada).

Variable dependiente (VD)

Percepción de salud mental (variable continua, medida con escala de autoinforme validada o construida).

Hipótesis específicas

H1.1.

La dimensión de apoyo familiar está positivamente relacionada con la percepción de salud mental en las participantes.

- **VI:** apoyo familiar (subescala del RESI-M).
- **VD:** percepción de salud mental.

H1.2.

La dimensión de locus de control interno muestra una correlación positiva significativa con la percepción de bienestar emocional en las mujeres indígenas participantes.

- **VI:** locus de control interno (subescala del RESI-M).
- **VD:** percepción de bienestar emocional (puede integrarse como dimensión dentro de la percepción de salud mental o medirse con una subescala específica).

H1.3.

La identidad cultural percibida se asocia positivamente con niveles más altos de resiliencia comunitaria en las mujeres indígenas del colectivo.

- **VI:** identidad cultural (subescala dentro de RESI-M).
- **VD:** nivel de resiliencia comunitaria (puntaje total o dimensión general).

Preguntas de investigación

Estas preguntas se enfocaron en la parte etnográfica de la investigación explorando experiencias, significados y procesos que permitieron comprender en profundidad el fenómeno.

- ¿Cómo describen las mujeres indígenas participantes la resiliencia comunitaria en su vida cotidiana?
- ¿Qué prácticas culturales y sociales contribuyen a fortalecer la resiliencia en el grupo “Casa Común Juntas Podemos”?
- ¿De qué manera el apoyo colectivo impacta en la salud mental y el bienestar emocional de estas mujeres?
- ¿Cuáles son las principales adversidades que enfrentan y cómo las afrontan desde su comunidad?
- ¿Qué rol juega la identidad cultural en la construcción de resiliencia en estas mujeres?

Objetivo general

Analizar la resiliencia comunitaria y su relación con la percepción de salud mental en mujeres indígenas del colectivo “Casa Común Juntas Podemos” en Amealco, Querétaro, por medio de un enfoque mixto que permita comprender

sus experiencias, prácticas culturales, redes de apoyo y formas de afrontamiento ante la adversidad.

Objetivos específicos

- Describir las experiencias, significados y prácticas culturales que configuran la resiliencia comunitaria en las mujeres indígenas del colectivo “Casa Común Juntas Podemos”.
- Analizar cómo el apoyo colectivo y la identidad cultural influyen en la percepción de salud mental y bienestar emocional de las participantes.
- Medir el nivel de resiliencia comunitaria y la percepción de salud mental por medio de un instrumento adaptado culturalmente.
- Generar recomendaciones para intervenciones comunitarias y políticas públicas culturalmente pertinentes que fortalezcan la resiliencia y salud mental de mujeres indígenas.

Marco teórico

Edith Grotberg propuso una teoría de la resiliencia en la que destaca que esta capacidad no es una cualidad estática o innata, sino un proceso dinámico y evolutivo que surge de la interacción constante entre el individuo y su entorno. Según la autora, la resiliencia se construye a partir de tres pilares fundamentales: los apoyos externos, las habilidades personales y las fortalezas internas. Estos tres factores se expresan mediante las frases “yo tengo”, “yo puedo” y “yo soy/yo estoy” (Grotberg, 1997).

- “Yo tengo” se refiere a los recursos sociales que rodean al individuo, como la familia, los amigos, los vecinos, los docentes, o cualquier otra figura de apoyo. Estos vínculos proporcionan seguridad emocional, compañía y recursos prácticos, elementos esenciales para enfrentar situaciones adversas.
- “Yo puedo” alude a las habilidades y estrategias de afrontamiento con las que cuenta una persona para manejar conflictos, comunicarse asertivamente, resolver problemas y tomar decisiones. Estas competencias fortalecen la capacidad de acción y el empoderamiento individual.

- “Yo soy/yo estoy” contempla aspectos internos como la autoestima, la identidad, la autoconfianza y la autorregulación emocional. Estos rasgos permiten mantener la estabilidad emocional y una imagen positiva de sí misma o de sí mismo frente a la adversidad.

La propuesta de Grotberg es especialmente útil para el análisis de contextos comunitarios, ya que destaca la interacción constante entre lo individual y lo colectivo. En este sentido, la resiliencia no puede ser comprendida únicamente como una respuesta personal, sino como un proceso relacional y socialmente mediado, en el que el entorno juega un papel sumamente importante.

A partir de esta teoría nos resultan particularmente importantes para analizar los procesos de resiliencia comunitaria en el caso de las mujeres indígenas del colectivo “Casa Común Juntas Podemos”, en Amealco, Querétaro. Estas mujeres, al enfrentar condiciones de exclusión estructural, violencia de género y precariedad económica, han desarrollado diversas estrategias de resistencia y reconstrucción del tejido social por medio de redes de apoyo, proyectos comunitarios y prácticas de autocuidado.

Por ejemplo, el componente “yo tengo” fue observado en la red solidaria que conforman entre ellas, en la cual la colaboración, el cuidado mutuo y la construcción de espacios seguros son fundamentales. El factor “yo puedo” se refleja en su capacidad para organizarse, generar recursos propios y participar en procesos formativos. Finalmente, el “yo soy/yo estoy” cobra sentido en la reafirmación de su identidad indígena, su orgullo cultural y su búsqueda activa de bienestar emocional, aspectos clave para su fortalecimiento interno ante contextos adversos.

Así, la teoría de Grotberg no solo permite comprender cómo se articula la resiliencia en lo individual, sino que también ofrece una lente adecuada para analizarla desde una perspectiva comunitaria e intercultural, tal como se observa en esta investigación.

Teoría de la resiliencia de Suniya Luthar

Luthar (1999, citada en García y Domínguez, 2012) propone una forma de entender la resiliencia que se basa principalmente en la idea de que no es una característica fija o un rasgo de personalidad, sino un proceso dinámico que ocurre cuando alguien logra adaptarse de forma positiva a pesar de estar viviendo una situación muy complicada. Es decir, ser resiliente no significa que no sufrimos o que no hay dolor, sino que, a pesar de eso, podemos seguir adelante, recuperarnos y encontrar nuevas formas de vivir.

Luthar señala que hay dos elementos clave en este proceso:

- **Adversidad significativa:** son las situaciones difíciles que enfrentamos, como violencia, pobreza, discriminación, abandono o cualquier experiencia que represente una amenaza para nuestro bienestar.
- **Adaptación positiva:** la cual es la capacidad que una persona tiene para seguir funcionando de manera saludable, puede ser en la escuela, en el trabajo, en la familia o en su comunidad, a pesar de esas dificultades.

Además, la autora menciona que la forma en que cada persona enfrenta los problemas también depende de factores psicológicos internos, como la personalidad o el temperamento, y de los recursos externos, como el apoyo que recibe del entorno.

Relacionando con las mujeres otomíes de Amealco, resulta importante este enfoque de Luthar ya que se relaciona mucho con lo que viven las mujeres del grupo "Casa Común Juntas Podemos". Ellas han enfrentado muchas formas de adversidad significativa, desde la exclusión económica hasta el machismo y la discriminación por ser indígenas. Sin embargo, gracias a la organización comunitaria, los espacios de cuidado colectivo y el fortalecimiento de su identidad, han logrado desarrollar procesos de adaptación positiva.

Por ejemplo, al participar en actividades culturales, talleres y redes de apoyo, estas mujeres no solo sobreviven a la adversidad, sino que crean nuevas formas de resistencia y transformación social, propiciando una nueva imagen

de su persona ante la sociedad y entre ellas mismas, generando un cambio sociocultural. En este sentido, la teoría de Luthar nos ayuda a analizar cómo la resiliencia no ocurre de forma aislada, sino que es el resultado de una interacción constante entre las dificultades y las fortalezas personales y comunitarias.

Triángulo de la violencia de Johan Galtung

El triángulo de la violencia, propuesto por Galtung (1969), es un modelo teórico que permite analizar la violencia como un fenómeno más amplio y complejo que solo los actos visibles de agresión. Galtung argumenta que existen tres tipos principales de violencia que se encuentran interconectados: directa, estructural y cultural. Estas no solo se relacionan entre sí, sino que muchas veces se sostienen mutuamente y se reproducen de forma cíclica en la vida cotidiana de las personas y comunidades.

Violencia directa

Es la forma de violencia más evidente y observable. Incluye acciones físicas, verbales o psicológicas que causan daño inmediato, como golpes, insultos, amenazas o maltratos. Esta violencia suele ser la más reportada, pero representa solo una parte del fenómeno, la "punta del iceberg". En el caso de las mujeres otomíes de Amealco, puede manifestarse en situaciones como la violencia intrafamiliar, la discriminación verbal por su identidad étnica, o los episodios de acoso por parte de autoridades o miembros de la comunidad.

Violencia estructural

Esta forma de violencia es mucho más profunda y silenciosa. Se refiere a las desigualdades sociales que impiden el desarrollo pleno de ciertas poblaciones. No es causada por una persona en particular, sino por sistemas sociales que limitan el acceso a servicios básicos como educación, salud, vivienda digna o participación política. En el contexto de las mujeres de Amealco, se traduce en la falta de políticas públicas adecuadas, la exclusión del sistema de salud mental con enfoque cultural, la precariedad laboral o el acceso limitado a oportunidades de formación y desarrollo económico. Esta violencia se vive todos los días, aunque muchas veces no se le llame "violencia".

Violencia cultural

Esta dimensión justifica y legitima las otras dos. Se refiere a las creencias, símbolos, discursos, ideologías o prácticas sociales que normalizan la exclusión, la desigualdad o el maltrato. Por ejemplo, la idea de que las mujeres indígenas “no necesitan estudiar”, que “los hombres mandan en la casa” o que “lo indígena es inferior”, son formas de violencia cultural. Este tipo de violencia perpetúa estereotipos y reproduce relaciones de poder injustas. En Amealco, estas ideas pueden impedir que las mujeres participen en espacios públicos, que se reconozcan sus saberes tradicionales o que se valoren sus formas de organización comunitaria.

De esta manera, el triángulo de la violencia es una herramienta muy útil para analizar el contexto en el que viven las mujeres otomíes de la organización “Casa Común Juntas Podemos”. Muchas de ellas no solo enfrentan violencia física o verbal, sino que están inmersas en estructuras que las limitan sistemáticamente, además de vivir en un entorno social en el que se siguen transmitiendo ideas que desvalorizan su rol, su lengua, sus tradiciones y sus derechos.

Desde esta mirada, la resiliencia comunitaria que ellas desarrollan no solo se vuelve una estrategia de supervivencia, sino también una forma de resistencia frente a un sistema que ha sido históricamente excluyente. Al identificar estas tres dimensiones de la violencia, la investigación puede dar cuenta del nivel de complejidad que enfrentan las mujeres indígenas, pero también de la fuerza colectiva que han construido para transformar sus realidades.

Estado del arte

A través de la presentación de algunos trabajos previos, se presenta el resultado de revisión documental que fundamenta la investigación y nos muestra coincidencias y tendencias temáticas de interés

Estructura y resiliencia social en comunidades indígenas: El caso de la Unión de Palmeadoras de Tlaxiaco, Oaxaca, México

La investigación realizada por Vázquez et al. (2018) aborda las capacidades de resiliencia social en contextos indígenas, tomando como caso de estudio a la Unión de Palmeadoras de Tlaxiaco, Oaxaca. Este colectivo, conformado por 89 mujeres, se dedica principalmente a la elaboración y venta de tortillas artesanales, lo cual representa no solo una fuente de ingresos, sino también un medio de transformación social y económica dentro de sus comunidades.

En un contexto en el que las opciones laborales formales son escasas, la producción de alimentos se convierte en una vía estratégica para construir redes de apoyo, mantener vivas las tradiciones y generar ingresos. Como señalan Genet y Asrat (2014), "ante la ausencia de otras opciones económicas, dedicarse a la agricultura u otras formas de producción tradicional puede constituir una red de seguridad social en tiempos de crisis" (p. 27). En este sentido, la actividad de las palmeadoras trasciende lo económico: impulsa procesos de autonomía, acceso a nuevos mercados y redes sociales más amplias, fortaleciendo el tejido comunitario y generando transformaciones en los roles de género.

Los hallazgos del estudio revelan que cerca del 50 % de las mujeres integrantes viven en pareja, y que al menos 45 de ellas son las proveedoras principales de sus hogares. El resto comparte esta responsabilidad con sus parejas u otros familiares, lo cual refleja una redistribución de roles tradicionales en contextos rurales indígenas (Vázquez et al., 2018).

Además, es fundamental destacar que la resiliencia en este colectivo se expresa por medio de dinámicas colectivas y del apoyo familiar. La elaboración de tortillas artesanales se convierte en un proceso colaborativo que no solo fortalece las relaciones sociales, sino que también funge como mecanismo para enfrentar las adversidades económicas y estructurales, configurando lo que puede denominarse una "resiliencia comunitaria" (Vázquez et al., 2018).

Este análisis guarda una estrecha relación con la situación observada en las mujeres otomíes del colectivo “Casa Común Juntas Podemos” en Amealco, Querétaro. Al igual que en Tlaxiaco, ellas enfrentan limitaciones estructurales y económicas, pero han desarrollado estrategias de resistencia desde la colectividad, la economía solidaria y la recuperación de sus saberes. Ambas experiencias demuestran que el fortalecimiento de capacidades organizativas, productivas y afectivas en grupos de mujeres indígenas puede contribuir significativamente a la transformación de contextos de desigualdad y exclusión social.

Resiliencia, factores de riesgo y protección en adolescentes mayas de Yucatán: Elementos para favorecer la adaptación escolar

La investigación de Aguiar y Acle-Tomasini (2012) subraya la importancia de la resiliencia en adolescentes mayas del estado de Yucatán, quienes enfrentan problemáticas complejas como la violencia escolar, el consumo de sustancias y, en general, condiciones estructurales de exclusión social. El estudio plantea que para fomentar procesos resilientes en esta población, resulta indispensable fortalecer factores protectores tanto en el ámbito familiar como en el escolar.

En el núcleo familiar, la supervisión y el apoyo parental emergen como pilares clave. La supervisión se refiere a la vigilancia activa de las actividades de los adolescentes, estableciendo límites claros y promoviendo entornos seguros. A su vez, el apoyo parental se expresa en el afecto, la comunicación abierta y la participación activa en la vida cotidiana de los hijos e hijas. Estos factores, como lo señala el estudio, se asocian a una menor propensión al consumo de sustancias y a conductas de riesgo como los embarazos no deseados (Aguiar y Acle-Tomasini, 2012).

Otro aspecto central es el fortalecimiento de la identidad étnica. Transmitir las tradiciones, valores y cosmovisión de la cultura maya contribuye significativamente al sentido de pertenencia y cohesión dentro del entorno familiar. Este proceso identitario ayuda a que los adolescentes enfrenten de mejor manera la discriminación o la desintegración social, protegiéndolos emocional y culturalmente.

En el entorno escolar, el estudio destaca la relevancia de un clima positivo, entendido como un espacio en el cual predominan el respeto, la inclusión y el apoyo mutuo. La existencia de relaciones saludables y de confianza con el personal docente fomenta la motivación y el sentido de pertenencia en los estudiantes. Aguiar y Acle-Tomasini (2012) afirman que “las relaciones significativas con docentes basadas en el afecto, la confianza y el respeto promueven un mayor desarrollo emocional en los adolescentes mayas” (p. 49).

Asimismo, la participación en actividades extracurriculares y el acceso a servicios escolares de apoyo juegan un rol fundamental en la construcción de habilidades resilientes. Estas oportunidades no solo refuerzan competencias sociales y académicas, sino que también abren espacios de socialización y contención emocional, claves para enfrentar las dificultades escolares y personales.

Este enfoque, centrado en una mirada integradora de la resiliencia, guarda similitudes con los hallazgos encontrados en la investigación sobre mujeres indígenas otomíes del colectivo “Casa Común Juntas Podemos” en Amealco, Querétaro. En ambos casos, la identidad cultural, el entorno familiar y comunitario, y las redes de apoyo emergen como factores protectores fundamentales para afrontar las adversidades. Mientras que en Yucatán se trabaja con jóvenes en etapa escolar, en Amealco las mujeres han construido resiliencia comunitaria con ayuda del trabajo colectivo, la recuperación de saberes ancestrales y la creación de redes solidarias, lo cual reafirma que la resiliencia no es un atributo individual sino una práctica social que se construye en comunidad.

La comunalidad como base para la construcción de resiliencia social ante la crisis civilizatoria

En su análisis, Fuente (2012) explica que las comunidades indígenas han sufrido fuertes impactos por la crisis provocada por la racionalidad económica capitalista, especialmente a causa de la explotación y extracción de recursos naturales en sus territorios. Estas actividades han provocado no solo daños ambientales sino también exclusión social, aumentando la desigualdad

y afectando los ecosistemas locales. A pesar de que se habla mucho sobre el desarrollo sostenible como solución, este enfoque muchas veces no cuestiona las raíces económicas que causan el problema.

Por ello, la idea de resiliencia social se vuelve fundamental. Tradicionalmente, la resiliencia se ha visto desde una perspectiva individual en psicología, pero en América Latina se ha desarrollado una visión más comunitaria, donde la resiliencia implica no solo resistir, sino también responder activamente, autoorganizarse, aprender y adaptarse a los cambios y desafíos del entorno (Fuente, 2012).

El autor destaca que la crisis del capitalismo ha llevado a repensar las formas de organización y resistencia, poniendo en el centro la importancia de las asociaciones comunitarias frente a los efectos negativos de la lógica económica neoliberal. El liberalismo contemporáneo, que se impone como una única forma válida de pensar, ha causado la exclusión social y la ruptura de los lazos comunitarios (Fuente, 2012).

En contraste, la comunidad, entendida como una forma de organización propia de las culturas mesoamericanas, surge como una alternativa real y efectiva al modelo capitalista hegemónico. Esta comunidad se basa en principios como la democracia directa y la posesión colectiva del territorio, buscando el bienestar común por medio de la voluntad general de la comunidad. Esta forma de organización resulta vital para resistir y superar las perturbaciones causadas por el capitalismo, así como para construir un modelo de sustentabilidad que respete los ciclos naturales y culturales (Fuente, 2012).

Relacionando esto con la realidad de las mujeres indígenas en Amealco, la comunidad puede ser vista como un pilar que sostiene su resiliencia social, en la que la colaboración colectiva y la defensa del territorio se vuelven estrategias clave para enfrentar las crisis económicas y sociales. Así, la recuperación y práctica de la comunidad refuerza no solo la resistencia, sino también la posibilidad de transformar la realidad desde la base comunitaria, en consonancia con sus valores culturales.

Los efectos de la pandemia en comunidades indígenas de México

La pandemia del COVID-19 puso en evidencia las desigualdades y vulnerabilidades que enfrentan las comunidades indígenas en México. Aunque estas comunidades presentaron menores tasas de contagio, debido en parte a su limitada movilidad y poca comunicación con otras zonas, la tasa de letalidad fue más alta en comparación con otros grupos poblacionales. Esto se debe a factores como bajos ingresos, deficiente acceso a servicios de salud y coberturas sociales limitadas (Mestries, 2023). Además, la percepción del riesgo en estas comunidades fue subestimada, lo cual estuvo relacionado con la marginación histórica que sufren y la desconfianza hacia las instituciones gubernamentales.

Frente a esta situación, las comunidades indígenas demostraron una gran capacidad de resiliencia. Por ejemplo, recurrieron a prácticas tradicionales de medicina, implementaron lo que se conoce como cordones sanitarios —es decir, controles estrictos y fronteras simbólicas o físicas alrededor de sus comunidades para evitar la entrada de personas externas y con ello disminuir el riesgo de contagio—, y fomentaron la autosuficiencia alimentaria para enfrentar la escasez generada por la pandemia. También se organizaron en intercambios comunitarios y las cooperativas indígenas desarrollaron programas de salud preventiva, adaptando sus actividades para sobrellevar la crisis económica (Mestries, 2023).

Sin embargo, a pesar de esta resiliencia comunitaria, la pandemia expuso las profundas carencias estructurales de estas poblaciones. La falta de acceso a atención médica especializada, problemas de desnutrición y malnutrición, y la ausencia de servicios públicos básicos aumentaron su vulnerabilidad frente al COVID-19 (Mestries, 2023). Así, aunque las comunidades indígenas mostraron estrategias de resistencia y adaptación, continúan enfrentando grandes desafíos para proteger su salud y bienestar.

Por ejemplo, en Querétaro diversas comunidades indígenas se organizaron para establecer sus propios sistemas de cuidado y prevención, siguiendo la lógica del cordón sanitario que restringía el ingreso a personas foráneas, lo que

ayudó a reducir contagios, aunque la falta de infraestructura sanitaria y apoyo institucional persistió como un problema grave (Sánchez et al., 2021).

Construcción y validación de una escala de resiliencia comunitaria frente a amenazas naturales

El aumento de fenómenos naturales adversos ha incrementado la vulnerabilidad de muchas comunidades, lo que ha impulsado estudios para medir su capacidad de resiliencia. Un caso es la investigación de Suárez et al. (2022) basada en las propuestas de Twigg (2007) y Suárez-Ojeda (2001), que buscó construir y validar una escala de autoinforme para evaluar la resiliencia comunitaria ante amenazas naturales. Para validar el instrumento, se utilizó la V de Aiken y análisis semiconfirmatorio (McDonald, 2005) con una muestra de 290 personas entre 18 y 78 años, de municipios afectados como Jojutla y Yautepec, en Morelos, México.

Este tipo de herramientas son fundamentales para adaptar evaluaciones a contextos específicos, como comunidades indígenas que enfrentan no solo fenómenos naturales, sino también crisis económicas y de salud mental. En nuestra investigación, será importante usar y modificar este instrumento para enfocar la evaluación en la salud mental, y en cómo las estrategias económicas pueden fortalecerse respetando los valores culturales propios. Además, los resultados podrían replicarse en otras comunidades indígenas del país, contribuyendo así a un mejor diseño de políticas públicas y programas de apoyo más sensibles a la cultura local.

Aproximaciones Metodológicas

Para evaluar la resiliencia en la población de mujeres indígenas, se utilizó el instrumento RESI-M modificado, que consta de 34 ítems distribuidos en seis factores diferentes relacionados con la resiliencia. Los datos recolectados fueron analizados utilizando el programa estadístico SPSS, con el que se llevaron a cabo análisis descriptivos y gráficos para facilitar la interpretación de los resultados.

En este análisis, se calcularon medidas como la media, mediana y desviación estándar de cada factor de resiliencia. Por ejemplo, una media alta en el factor de apoyo social indicaría que las mujeres perciben redes fuertes de ayuda, un elemento esencial para la resiliencia comunitaria. En contraste, una media baja en manejo del estrés podría reflejar la necesidad de fortalecer habilidades para enfrentar situaciones adversas.

Además, se realizaron análisis de correlación para explorar relaciones significativas entre factores, como la asociación entre autosuficiencia y capacidad de adaptación, lo cual sugiere que una mayor independencia podría estar vinculada a una mejor respuesta ante crisis o cambios. También se evaluaron diferencias en resiliencia según variables sociodemográficas (edad, estado civil), lo que ayuda a identificar grupos con mayor vulnerabilidad o fortaleza.

Los gráficos generados en SPSS, tales como diagramas de barras o gráficos de dispersión, facilitaron la visualización clara de los resultados, mostrando qué factores presentan puntuaciones más altas o bajas y señalando áreas prioritarias para futuras intervenciones o apoyos.

En conjunto, estos análisis estadísticos no solo permiten cuantificar la resiliencia en la comunidad, sino que también ofrecen una visión clara de las fortalezas y desafíos que enfrentan las mujeres indígenas, información vital para diseñar estrategias que respeten sus valores culturales y promuevan su bienestar social y emocional.

Instrumentos cualitativos

Para complementar y enriquecer el análisis cuantitativo basado en el instrumento RESI-M adaptado, se implementaron diversos instrumentos cualitativos que permitieron captar en profundidad las experiencias, percepciones y prácticas culturales relacionadas con la resiliencia comunitaria de las mujeres indígenas del grupo "Casa Común Juntas Podemos."

Primero, se realizó observación participante, técnica que posibilitó la inmersión en el contexto comunitario para identificar dinámicas cotidianas, formas de apoyo mutuo, rituales, y expresiones culturales que no siempre son evidentes con cuestionarios estructurados. Esta metodología facilitó un contacto directo y prolongado con las participantes, favoreciendo la comprensión del significado social y simbólico de la resiliencia en su entorno.

En segundo lugar, se llevaron a cabo entrevistas informales con las integrantes del grupo. Estas entrevistas permitieron explorar narrativas personales y colectivas sobre las estrategias de afrontamiento, los retos enfrentados y el papel de la identidad cultural en la construcción de la resiliencia. La flexibilidad de las entrevistas abiertas posibilitó abordar temas emergentes y adaptarse a las particularidades de cada relato, respetando los tiempos y estilos comunicativos propios de la comunidad indígena.

Finalmente, como parte de la metodología cualitativa, se desarrolló la propuesta y producción de un documental etnográfico, que no solo sirvió para documentar visualmente las prácticas resilientes, sino también para generar un espacio de reflexión colectiva y empoderamiento de las mujeres participantes, al validar y difundir sus saberes y experiencias desde una perspectiva intercultural.

La integración de estos instrumentos cualitativos permitió una triangulación metodológica con los datos cuantitativos, enriqueciendo la interpretación de los resultados e identificando no solo los niveles de resiliencia, sino también los factores culturales, sociales y comunitarios que la sustentan. Así, el estudio ofrece una visión holística que respeta y pone en valor la diversidad cultural y el conocimiento local, crucial para diseñar intervenciones y políticas públicas sensibles y efectivas.

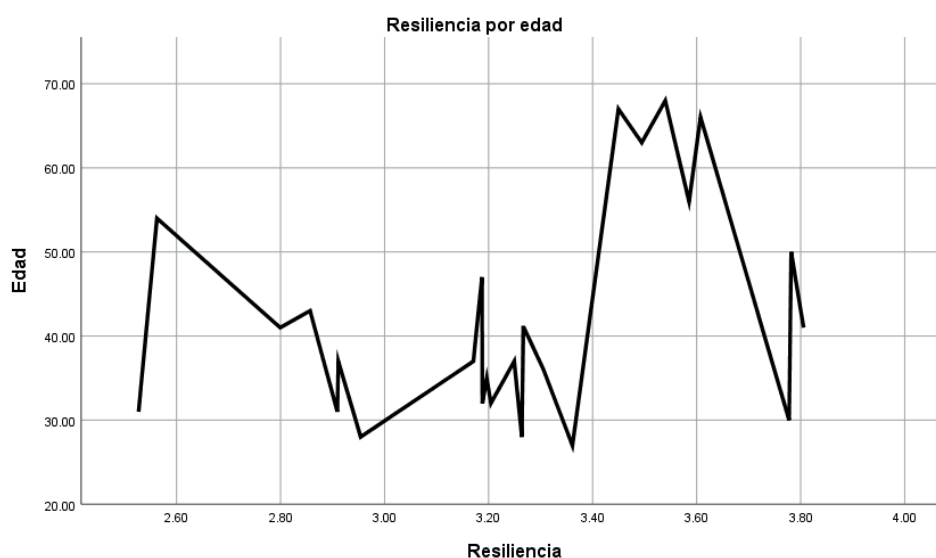
Análisis estadísticos

Se obtuvieron un total de 26 resultados en los cuales la media de edad de las mujeres fue de 42 años. Posteriormente se analizaron los seis factores para sacar el nivel de resiliencia que hay y compararlos con la medida general de resiliencia.

Resultados

Se analizó cada factor por separado para ver el nivel que tienen, posteriormente se sacó el promedio del total juntos para sacar la resiliencia, luego se comparó con la información recibida en las entrevistas realizadas (figuras 1 y 2; tablas 2-8).

Figura 1. TÍTULO PENDIENTE



Fuente: elaboración propia.

Tabla 1. Factor de competencia social

Estadísticos

af

N	Válido	26
	Perdidos	0
Media	3.4038	
Mediana	3.5000	
Suma	88.50	

Fuente: elaboración propia.

Tabla 2. Factor de apoyo familiar

Estadísticos		
cs		
N	Válido	26
	Perdidos	0
Media		3.0256
Mediana		3.1667
Suma		78.67

Fuente: elaboración propia.

Tabla 3. Estructura personal

Estadísticos		
fc		
N	Válido	26
	Perdidos	0
Media		3.3077
Mediana		3.4286
Suma		86.00

Fuente: elaboración propia.

Tabla 4. Fortaleza y confianza en sí mismo

Estadísticos		
ep		
N	Válido	26
	Perdidos	0
Media		2.9487
Mediana		2.9167
Suma		76.67

Fuente: elaboración propia.

Tabla 5. Apoyo social

Estadísticos		
lc		
N	Válido	26
	Perdidos	0
Media		3.2885
Mediana		3.2500
Suma		85.50

Fuente: elaboración propia.

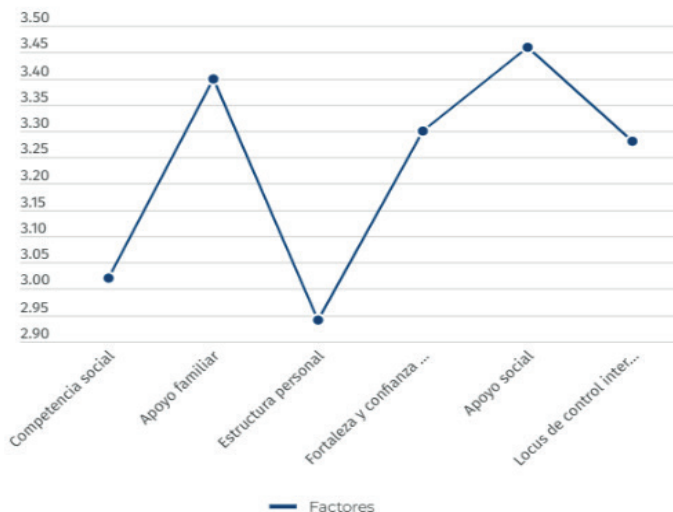
Tabla 6. Locus de control interno

Estadísticos		
as		
N	Válido	26
	Perdidos	0
Media		3.4615
Mediana		3.6000
Suma		90.00

Fuente: elaboración propia.

Figura 2. Factores de resiliencia

Factores de resiliencia



Fuente: elaboración propia.

Tabla 8. Resiliencia

Estadísticos

res		
N	Válido	26
	Perdidos	0
Media		3.2393
Mediana		3.2565
Suma		84.22

Fuente: elaboración propia.

Conclusiones

Esta investigación abordó la resiliencia comunitaria en mujeres indígenas de Amealco, Querétaro, específicamente en el grupo “Casa Común Juntas Podemos”, a partir de un enfoque mixto que permitió integrar tanto datos cuantitativos como cualitativos para una comprensión profunda del fenómeno.

Desde el enfoque cuantitativo, el análisis de los seis factores del instrumento RESI-M adaptado reveló que el apoyo familiar y el apoyo social fueron los componentes más fortalecidos dentro del grupo, lo cual indica una sólida red de soporte interpersonal y comunitario. El locus de control interno también arrojó puntuaciones altas, sugiriendo que las participantes perciben cierto control sobre sus vidas y decisiones. En contraste, el factor de estructura personal mostró niveles bajos, señalando una posible fragilidad en la organización del día a día o en el autoconcepto, lo cual representa un área de oportunidad para futuras intervenciones.

La información cualitativa, recogida por medio de entrevistas, observación participante y la producción de un documental etnográfico, permitió identificar elementos culturales y comunitarios que sostienen la resiliencia en estas mujeres. Destacan la identidad cultural, el sentido de pertenencia, la solidaridad colectiva y el uso de prácticas tradicionales como medios para enfrentar la adversidad. Estos hallazgos no solo coinciden con los resultados cuantitativos, sino que los enriquecen, poniendo en evidencia la importancia del contexto cultural y comunitario en la construcción de la resiliencia.

La triangulación metodológica fortaleció la validez del estudio y permitió observar que las mujeres no enfrentan sus problemáticas de manera aislada, sino con un enfoque colectivo, solidario e intercultural, que les permite resistir, adaptarse y transformar sus condiciones de vida.

No obstante, se reconoce que el instrumento cuantitativo puede generar puntuaciones elevadas por su diseño, por lo que se recomienda interpretar los resultados con cautela. Para futuras investigaciones se sugiere:

- Ampliar la muestra y realizar estudios comparativos entre comunidades indígenas con diferentes contextos geográficos y socioculturales.
- Profundizar en factores como la estructura personal y el manejo del estrés, a fin de generar estrategias que fortalezcan estos elementos sin desvincularse de las prácticas culturales propias.
- Desarrollar instrumentos cualitativos más profundos, como historias de vida o cartografía social, que permitan visibilizar la agencia y sabiduría de las mujeres indígenas en el diseño de soluciones locales.

En resumen, este estudio contribuye a visibilizar los factores psicosociales y culturales que fortalecen la resiliencia comunitaria en contextos indígenas, y ofrece insumos para el diseño de políticas públicas e intervenciones culturalmente pertinentes, centradas en el respeto a los saberes locales y el fortalecimiento del tejido comunitario.

Referencias

- Aguilar Andrade, E., y Acle-Tomasini, G. (2012). Resiliencia, factores de riesgo y protección en adolescentes mayas de Yucatán: Elementos para favorecer la adaptación escolar. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44(1), 43-54.
- Calderón, P. (2009). Teoría de conflictos de Johan Galtung. *Revista de Paz y Conflictos*, (2), 60-81. <https://www.redalyc.org/pdf/2050/205016389005.pdf>
- Cord, L., y Pizarro, D. M. (2021, 6 de agosto). *La resiliencia de los pueblos indígenas: Apoyando soluciones propias*. Banco Mundial Blogs. <https://blogs.worldbank.org/es/voices/resiliencia-de-los-pueblos-indigenas-respalda-las-soluciones-de-las-propias-comunidades>
- Del Popolo, F. y Reboiras, L. (2013). *Los pueblos indígenas en América Latina: Avances en el último decenio y retos pendientes*. CEPAL.
- Domínguez-de la Ossa, E., y García-Vesga, M. (2012). Desarrollo teórico de la resiliencia y su aplicación en situaciones adversas: Una revisión analítica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 63-77. <https://www.redalyc.org/pdf/773/77325885001.pdf>
- El Queretano. (2018). *Pames: Los últimos queretanos*. El Queretano. <https://elqueretano.info/trafico/pames-los-ultimos-queretanos/?amp=1>
- Fuente, M. (2012). La comunalidad como base para la construcción de resiliencia social ante la crisis civilizatoria. *POLIS. Revista de la Universidad Bolivariana*, 11(33), 1-16. <https://www.redalyc.org/pdf/305/30525012012.pdf>

- García, M. M., y Domínguez, R. M. (2012). *Resiliencia: Conceptos y aplicaciones*. Editorial Trillas.
- Genet, C., y Asrat, M. (2014). Agriculture and social safety nets in times of crisis. *Journal of Development and Agricultural Economics*, 6(3), 23-31.
- Grotberg, E. H. (1997). The International Resilience Project: Findings from the research and the effectiveness of interventions. En R. Prince y L. Esterbrooks (Eds.), *The role of culture in mental health: A conference report* (pp. 141-144). Center for Mental Health Promotion.
- Grotberg, E. H. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy: Cómo superar las adversidades*. Gedisa.
- McDonald, R. P. (2005). *Factor analysis and related methods*. Psychology Press.
- Mentries, F. (2023). Los efectos de la pandemia en comunidades indígenas de México. *Cuicuilco*, 30(86), 19-44. <https://www.redalyc.org/journal/5295/529575573003/>
- Notimex. (2019, 5 de septiembre). *Desaparece la mitad de habitantes pames de Querétaro en los últimos años*. Diario Rotativo. https://rotativo.com.mx/metropoli/queretaro/desaparece-la-mitad-de-habitantes-pames-de-queretaro-en-los-ultimos-anos_792508_102_amp.html
- Piña, J. (2015). Un análisis crítico del concepto de resiliencia en psicología. *Anales de Psicología*, 31(3), 751-758. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282015000300001
- Ponce, C., Fuentes, A., y Basabe, N. (2021). Resiliencia comunitaria: Una aproximación cualitativa a las concepciones de expertos comunitarios. *Rumbos TS*, 16(25), 181-203. <https://dx.doi.org/10.51188/rrts.num25.496>
- Salgado, A. (2005). Métodos e instrumentos para medir la resiliencia: Una alternativa peruana. *Liberabit*, (11), 41-48. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272005000100006
- Sánchez, M., López, R., y Hernández, A. (2021). Estrategias comunitarias para el control del COVID-19 en comunidades indígenas de Querétaro. *Revista Mexicana de Salud Pública*, 63(4), 452-461.
- Sanjuan, X., Landeros, E., y Cossío, P. (2018). Validez de una escala de resiliencia (RESI-M) en mujeres indígenas de México. *Cadernos de Saúde Pública*, 34(10). <https://www.scielo.br/j/csp/a/8GVswRr6XJx3zzrh3yBR7cs/?lang=es#>
- Santoyo, K. (2022, 8 de agosto). *Indígenas pames: Invisibilizados y discriminados en Querétaro*. Tribuna de Querétaro. <https://tribunadequeretaro.com/informacion/indigenas-pames-invisibilizados-y-discriminados-en-queretaro/>
- Suárez, V., Vázquez, E., y López, C. (2022). Construcción y validación de una escala de resiliencia comunitaria frente a amenazas naturales. *Ciencias Psicológicas*, 16(2), e-2723. http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212022000201202

- Suárez-Ojeda, M. (2001). Evaluación de la resiliencia comunitaria: Un enfoque multidimensional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 33(2), 139-152.
- Twigg, J. (2007). *Characteristics of a disaster-resilient community: A guidance note*. DFID Disaster Risk Reduction Interagency Coordination Group.
- Vázquez García, V., Núñez Espinoza, J. F., & Ortega Ortega, T. (2018). Estructura y resiliencia social en comunidades indígenas: eEl caso de la Unión de Palmeadoras de Tlaxiaco, Oaxaca, México. *Revista Hispana para el Análisis de Redes Sociales*, 29(2), 206--225. <https://doi.org/10.5565/rev/redes.786>