



<https://ojs.unipamplona.edu.co/index.php/rps>

Trauma cultural en el Cauca: resistencias y estrategias de las mujeres frente al conflicto armado¹

Cultural Trauma in Cauca: Women's Resistance and Survival Strategies in Armed Conflict

Iván José Yace Melenge [ORCID](#) ^{a, b}

^a Investigador independiente, Buenos Aires, Argentina

^b Correspondencia: ivanyace6@gmail.com

Cómo citar:

Yace-Melenge, I. J. (2025). Trauma cultural en el Cauca: resistencias y estrategias de las mujeres frente al conflicto armado. *Psicología y Sociedad* 2(1), 23-38.

<https://doi.org/10.24054/rps.v2i1.4157>

Resumen

El conflicto armado en el Cauca ha tenido un impacto devastador en las mujeres indígenas, afrodescendientes y campesinas, quienes han enfrentado múltiples violencias y exclusión. Entre las principales agresiones están el desplazamiento forzado, la violencia sexual y la pérdida de sus medios de sustento. Estas violencias no solo afectan físicamente a las mujeres, sino que también generan profundas cicatrices psicológicas y culturales que se transmiten intergeneracionalmente, perpetuando el trauma en las comunidades. El concepto de trauma cultural resulta clave para analizar estas experiencias, ya que describe cómo eventos catastróficos transforman la identidad colectiva de una comunidad. Las mujeres del Cauca han experimentado un trauma que combina el impacto del conflicto armado con estructuras históricas de opresión, como el patriarcado, el racismo y el despojo territorial. Para las comunidades afrodescendientes, estas experiencias están marcadas por una herencia de esclavitud y explotación, mientras que para las comunidades indígenas representan una extensión de los procesos coloniales.

Palabras clave: Trauma cultural, Resiliencia Violencia de género, Reparación colectiva.

Abstract

The armed conflict in Cauca has had a devastating impact on Indigenous, Afro-descendant, and peasant women, who have faced multiple forms of violence and exclusion. Among the main

¹ Recibido noviembre 20 de 2024, aceptado agosto 25 de 2025



aggressions are forced displacement, sexual violence, and the loss of their means of livelihood. These forms of violence not only physically affect women but also create profound psychological and cultural scars that are transmitted intergenerationally, perpetuating trauma within communities. The concept of cultural trauma is essential to analyzing these experiences, as it describes how catastrophic events transform the collective identity of a community. Women in Cauca have endured trauma that combines the impact of the armed conflict with historical structures of oppression, such as patriarchy, racism, and territorial dispossession. For Afro-descendant communities, these experiences are marked by a legacy of slavery and exploitation, while for Indigenous communities, they represent an extension of colonial processes.

Keywords: Cultural trauma, Resilience, Gender-based violence, Collective reparation

Introducción

El conflicto armado en el Cauca ha dejado una huella profunda en la vida de las mujeres, quienes han soportado las múltiples dimensiones de la violencia y, al mismo tiempo, han demostrado una capacidad de resistencia admirable. Estas mujeres, especialmente las indígenas, afrodescendientes y campesinas, han sido víctimas de desplazamiento, violencia sexual, discriminación y exclusión, pero también han liderado procesos organizativos que buscan transformar la realidad de sus comunidades. La complejidad del escenario caucano se enmarca en un territorio caracterizado por una riqueza cultural y étnica diversa, pero también por tensiones históricas que han exacerbado las desigualdades de género y la vulnerabilidad de las mujeres. En este contexto, las dinámicas del conflicto armado no solo han alterado la vida cotidiana, sino que han afectado profundamente la memoria, la identidad y la cohesión comunitaria.

La violencia ejercida contra las mujeres en el contexto del conflicto ha sido particularmente cruel, utilizándolas como instrumentos para infundir miedo y control. La violencia sexual se ha convertido en una estrategia recurrente de los grupos armados, dejando secuelas físicas y emocionales que trascienden generaciones. Esta violencia no solo afecta a las víctimas directas, sino que también desestructura a las familias y comunidades, alimentando ciclos de trauma colectivo y exclusión social. En este sentido, el impacto psicológico y cultural es tan relevante como el físico, ya que genera heridas invisibles que se transmiten de una generación a otra, condicionando las formas de relacionarse, criar y construir comunidad. Sin embargo, la respuesta institucional ante estas problemáticas ha sido insuficiente, perpetuando una sensación de abandono y vulnerabilidad que limita las posibilidades de reparación integral.

El desplazamiento forzado es otro fenómeno recurrente que ha impactado profundamente a las mujeres. Obligadas a abandonar sus tierras y medios de subsistencia, muchas se enfrentan a la pobreza en contextos urbanos desconocidos y hostiles. En este escenario, las mujeres suelen asumir el rol de proveedoras principales, lo que incrementa su carga emocional y física, además de exponerlas a nuevos riesgos. Estas condiciones refuerzan las desigualdades de género, limitando su acceso a la educación y al empleo formal, y condenándolas a una vida marcada por la precariedad económica. El desarraigo no solo implica la pérdida material, sino también la ruptura con prácticas culturales, redes de apoyo comunitario y saberes tradicionales que formaban parte de su identidad colectiva. Este quiebre, más allá de la esfera económica, constituye una fractura cultural que intensifica el trauma vivido.

A pesar de estas adversidades, las mujeres del Cauca han encontrado formas de resistencia y resiliencia. A través de movimientos como la Ruta Pacífica de las Mujeres y organizaciones indígenas, han creado espacios de solidaridad y empoderamiento colectivo. Estas iniciativas no solo



permiten a las mujeres sanar emocionalmente, sino que también les otorgan herramientas para liderar procesos de transformación social y política en sus comunidades. El empoderamiento se ha convertido en una estrategia clave para enfrentar la violencia y reivindicar sus derechos, desafiando las estructuras de poder que perpetúan la exclusión y la desigualdad. En este proceso, la recuperación de la voz propia, el fortalecimiento de liderazgos femeninos y la creación de redes intercomunitarias se constituyen en pilares para la reconstrucción del tejido social y la defensa de los derechos humanos.

El papel de la memoria histórica y la justicia transicional ha sido fundamental para abordar los impactos del conflicto en las mujeres. La Comisión de la Verdad ha documentado testimonios que revelan las múltiples formas de violencia sufridas por las mujeres, dignificando sus experiencias y resaltando la importancia de la verdad como un componente esencial para la reconciliación. Estas narrativas no solo buscan visibilizar a las víctimas, sino también generar conciencia sobre las raíces estructurales de la violencia, promoviendo cambios que garanticen la no repetición. En este marco, la memoria no es solo un ejercicio retrospectivo, sino una herramienta política y cultural para construir un futuro más justo, donde el reconocimiento de los daños sufridos se traduzca en acciones concretas de reparación y garantía de derechos.

La memoria histórica, en este contexto, se convierte en un espacio de sanación y resistencia. Muchas mujeres han recurrido al arte, la escritura y la oralidad para reconstruir sus historias y fortalecer identidades colectivas. Estas expresiones no solo son un medio para procesar el trauma, sino también una herramienta poderosa para desafiar las narrativas oficiales que han silenciado sus voces durante décadas. A través de estos actos de memoria, las mujeres han logrado redefinir su rol en la sociedad, mostrando que es posible construir una nueva realidad basada en la justicia, la igualdad y la dignidad. El arte comunitario, los cantos tradicionales, los tejidos y las mingas de palabra son ejemplos de cómo las prácticas culturales se resignifican para convertirse en espacios de reivindicación y cohesión social.

En este contexto, el problema de investigación se centra en comprender cómo las mujeres del Cauca han afrontado el trauma cultural derivado del conflicto armado, y de qué manera sus estrategias de resistencia han contribuido a preservar la memoria colectiva y a promover la reconstrucción del tejido social. La identificación de estas experiencias resulta esencial para visibilizar las múltiples formas en que las mujeres han transformado el dolor en acción, y cómo han logrado que la memoria se convierta en un motor para el cambio social.

A partir de lo anterior, surge la pregunta de investigación que orienta este estudio: ¿De qué manera las mujeres del Cauca han enfrentado el trauma cultural provocado por el conflicto armado y cuáles son las estrategias que han empleado para la preservación de la memoria y la reconstrucción comunitaria? Esta interrogante permite articular un análisis que trascienda lo descriptivo, explorando las dimensiones simbólicas, emocionales y políticas de la resistencia femenina en un contexto de violencia prolongada.

El impacto del conflicto armado en las mujeres del Cauca es un recordatorio constante de las injusticias que persisten en los contextos de guerra. Sin embargo, también es un testimonio de la capacidad humana para resistir y transformar la adversidad en acción. Estas mujeres, que han soportado los peores efectos del conflicto, continúan siendo agentes de cambio en sus comunidades, demostrando que la lucha por la paz y la justicia es un esfuerzo colectivo que trasciende las fronteras de género y cultura. Reconocer, documentar y apoyar estos procesos no solo es un acto de justicia histórica, sino una necesidad para avanzar hacia una sociedad más equitativa, incluyente y solidaria, capaz de aprender de sus heridas para no repetir las.

El trauma Cultural en las mujeres víctimas del conflicto armado en el departamento del Cauca.

Comprender el trauma cultural implica reconocer que, aunque las heridas emocionales suelen experimentarse de manera individual, su raíz y su persistencia se encuentran en la esfera social. El sufrimiento de una persona no surge en el vacío, sino que se nutre de contextos históricos, relaciones de poder y estructuras simbólicas que moldean la experiencia del dolor. Las marcas psicológicas, aunque íntimas, están atravesadas por narrativas colectivas que las dotan de significado y que, al repetirse en distintos miembros de la comunidad, se transforman en un daño compartido. En este sentido, lo individual se convierte en el primer reflejo de una fractura más profunda: aquella que quiebra las bases culturales, erosiona los vínculos de confianza y altera los modos de vida heredados. El trauma cultural no es solo memoria de un hecho violento, sino también una alteración de los códigos, valores y prácticas que sostienen la identidad colectiva. Pasar de lo individual a lo social permite entender que las emociones, los recuerdos y los silencios personales son, en realidad, eslabones de una cadena que mantiene viva la herida en la comunidad. Este enfoque no fragmenta la experiencia, sino que la integra en un horizonte común, donde la memoria, el dolor y la resistencia se entrelazan en un relato que pertenece a todos.

El trauma cultural, como lo conceptualiza Alexander (2012), se presenta cuando una colectividad enfrenta eventos de tal magnitud que dejan marcas indelebles en su conciencia colectiva, transformando irreversiblemente su identidad futura. Este marco teórico resulta esencial para comprender las dinámicas del conflicto armado en Colombia, especialmente en el Cauca, donde comunidades indígenas, afrodescendientes, campesinas y, en particular, las mujeres han sido objeto de un continuum de violencia histórica. Esta violencia no solo genera efectos inmediatos, como desplazamientos forzados, desapariciones y masacres, sino también impactos psicológicos y sociales que perpetúan el trauma a nivel comunitario y cultural.

En este contexto, las mujeres enfrentan una vulnerabilidad agravada por la exclusión de los procesos de reparación y justicia, además de la violencia física y sexual que les es impuesta. Las mujeres campesinas e indígenas, por ejemplo, son víctimas de una doble violencia: la derivada del conflicto y la impuesta por estructuras patriarcales profundamente arraigadas en sus comunidades. Según Ortiz Medina, Pedraza Velasco y Rodríguez Sánchez (2007), la violencia sexual se emplea como una herramienta de control y desarticulación social, dejando cicatrices profundas tanto a nivel individual como colectivo. Estas vivencias fragmentan no solo la identidad personal, sino también la colectiva, dificultando los procesos de memoria histórica y reconstrucción comunitaria.

En el caso de las comunidades afrodescendientes del Cauca, el trauma cultural está íntimamente ligado a un pasado de esclavitud y opresión estructural. Estas comunidades han sido desplazadas masivamente mediante estrategias orientadas al control territorial y la explotación de recursos estratégicos, como tierras fértiles y zonas mineras. Este desarraigo afecta profundamente su sentido de pertenencia y continuidad histórica, elementos indispensables para la construcción de una identidad colectiva fuerte. Alexander (2012) subraya que el trauma cultural se intensifica cuando las comunidades afectadas no logran generar narrativas que reconozcan y validen su sufrimiento, algo evidente en el escaso reconocimiento institucional y social de los derechos de estas comunidades.

Para las comunidades indígenas, el impacto del conflicto armado está vinculado a una resistencia histórica frente a procesos de colonización y opresión. Estas comunidades han enfrentado formas persistentes de violencia que van más allá de los ataques armados directos, incluyendo la imposición de modelos económicos y sociales que amenazan sus modos de vida



tradicionales. La ruptura de su relación simbólica con la tierra, derivada del desplazamiento forzado, no solo implica una pérdida material, sino también espiritual y cultural. Según la teoría del trauma cultural, esta desconexión constituye un evento traumático por sí mismo, al desarraigar las prácticas y símbolos que definen la identidad de estas comunidades (Alexander, 2012).

No obstante, estas poblaciones han demostrado una notable resiliencia, liderando procesos de reconstrucción de sus comunidades y preservación de sus identidades culturales. Por ejemplo, las mujeres del Cauca han encabezado movimientos de resistencia y restauración, centrados en la justicia restaurativa y la sanación colectiva. Estas iniciativas incluyen ceremonias de memoria, prácticas espirituales y la transmisión oral de historias, que actúan como herramientas para procesar y transformar el trauma cultural. Eyerman (2001) sostiene que estas narrativas colectivas tienen el potencial de resignificar el sufrimiento, convirtiéndolo en un motor para la acción y el cambio social.

Es importante reconocer, por otro lado, que el peso de la sanación y la reconstrucción no puede recaer únicamente en las comunidades afectadas. Las instituciones estatales y las políticas públicas tienen un papel crucial en el reconocimiento y reparación de estos traumas culturales. Según el informe de la Comisión para el Esclarecimiento de la Verdad (2023), el reconocimiento institucional del sufrimiento y la implementación de programas integrales de salud mental son esenciales para abordar las cicatrices del conflicto armado. Iniciativas como el Programa de Atención Psicosocial y Salud Integral a Víctimas (PAPSIVI) han intentado atender estas necesidades, aunque enfrentan desafíos importantes en términos de cobertura y sostenibilidad.

Del mismo modo, el análisis del trauma cultural en el Cauca debe considerar las interseccionalidades que amplifican el sufrimiento de las mujeres, indígenas, afrocolombianas y campesinas. Estas poblaciones se encuentran en la confluencia de múltiples sistemas de opresión, como el racismo, el clasismo y el patriarcado, lo que incrementa su vulnerabilidad al trauma. Felman y Laub (1992) argumentan que el trauma no solo afecta a las víctimas directas, sino que también se transmite intergeneracionalmente, impactando a las futuras generaciones a través de narrativas familiares y colectivas.

Por último, comprender el trauma cultural en su complejidad exige un enfoque más allá de las definiciones teóricas, para analizar cómo las estrategias de afrontamiento, tanto adaptativas como inadaptativas, moldean las trayectorias individuales y colectivas frente al trauma. En este sentido, estrategias como la resiliencia, definida por Amor y Echeburúa (2015) como la capacidad de transformar adversidades en oportunidades de desarrollo, son esenciales para la recuperación. Estas capacidades se evidencian en los movimientos comunitarios liderados por mujeres y organizaciones del Cauca, que buscan no solo sanar el daño emocional, sino también reconstruir el tejido social.

El trauma cultural en el Cauca, en resumen, no es solo una consecuencia del conflicto armado, sino también un reflejo de las dinámicas históricas de opresión que persisten hasta el presente. Abordar estas heridas requiere un compromiso integral que combine intervenciones psicológicas, reconocimiento institucional y el fortalecimiento de las narrativas colectivas como herramientas de sanación y resistencia. Este enfoque holístico es esencial para garantizar una reparación auténtica y sostenible que honre la memoria de las víctimas y fomente un tejido social más inclusivo y resiliente.

Echeburúa y Amor (2019) argumentan que los recuerdos traumáticos generan un “empacho emocional” que interfiere con la integración cognitiva y emocional del individuo, afectando su



funcionalidad diaria. Estas alteraciones no solo se expresan en términos individuales, sino que, como señala Picó-Alfonso, Echeburúa y Martínez (2008), erosionan la confianza básica entre las personas, generando una pérdida de cohesión social. En contextos como el del Cauca, caracterizados por el continuo desplazamiento forzado, las desapariciones forzadas y la violencia sexual, el trauma cultural se entrelaza con dinámicas intergeneracionales de victimización y resiliencia.

Entre las estrategias de afrontamiento, el olvido activo descrito por Echeburúa (2004) se presenta como un mecanismo adaptativo que permite a las víctimas tomar distancia emocional de sus experiencias traumáticas sin ignorarlas. Este enfoque resulta especialmente relevante para las mujeres afectadas por el conflicto armado, quienes no solo cargan con el impacto emocional de la violencia vivida, sino que también enfrentan barreras estructurales que limitan su acceso a justicia y reparación. Rocha, Amarís y López-López (2017) destacan que el perdón puede facilitar la recuperación emocional al transformar las narrativas de sufrimiento en herramientas de empoderamiento. Sin embargo, en el Cauca, las políticas de reparación han mostrado ser insuficientes para responder a las necesidades específicas de estas comunidades. Beristáin (2004) subraya que el fortalecimiento de las narrativas colectivas puede actuar como un medio de resistencia y sanación, permitiendo a las comunidades redefinir su identidad con base en la fortaleza y la superación.

La nostalgia paralizante, identificada por Bohórquez (2011) como una forma inadaptativa de afrontamiento, también es un fenómeno destacado en el contexto del trauma cultural. Este tipo de nostalgia, que idealiza un pasado previo al trauma, puede inmovilizar emocional y socialmente a las comunidades. Trujillo (2002) advierte que este estado es particularmente problemático cuando el presente se percibe como amenazante y el futuro como incierto. En contraste, la nostalgia positiva, orientada al fortalecimiento de vínculos sociales y culturales, puede convertirse en un motor para la resiliencia y el crecimiento postraumático, según Tedeschi y Calhoun (2004).

La resiliencia, definida por Amor y Echeburúa (2015) como la capacidad de transformar adversidades en oportunidades de desarrollo, emerge como un elemento esencial en la recuperación de comunidades afectadas. En el Cauca, esta resiliencia se refleja en iniciativas lideradas por mujeres y organizaciones comunitarias, que recurren a ceremonias de memoria y prácticas tradicionales para restaurar el tejido social. Rojas Marcos (2010) señala que estos procesos de sanación colectiva benefician no solo a las víctimas directas, sino que también fortalecen la estabilidad emocional de generaciones futuras.

El perdón, según Mullet (2012), desempeña un papel crucial en la recuperación del trauma cultural al mitigar emociones negativas y fomentar la paz interior. No obstante, Kalayjian y Paloutzian (2009) aclaran que el perdón no debe interpretarse como aceptación del daño infligido, sino como un acto de liberación emocional que permite a las víctimas avanzar hacia un futuro más esperanzador. En el Cauca, donde el perdón puede ser visto como una renuncia a la justicia, es imprescindible que este proceso sea respaldado por medidas institucionales que reconozcan y reparen el daño causado.

De este modo, el trauma cultural en el Cauca refleja la interacción entre las cicatrices del conflicto armado y las dinámicas históricas de opresión. Las estrategias de afrontamiento, tanto adaptativas como inadaptativas, desempeñan un papel clave en la recuperación de las comunidades, aunque su éxito depende en gran medida del apoyo social e institucional. Como apunta Cyrulnik (2013), transformar las heridas del pasado en un recurso para el crecimiento requiere un enfoque integral que combine la resiliencia individual con el fortalecimiento de las narrativas colectivas.



Solo mediante esta convergencia será posible avanzar hacia una reparación auténtica y duradera que honre la memoria de las víctimas y fomente un tejido social inclusivo y resiliente.

En el contexto del conflicto armado en el Cauca, las mujeres indígenas, afrodescendientes y campesinas han enfrentado patrones de violencia y represión que remiten a otros episodios históricos de opresión, como el franquismo en España o las dictaduras del Cono Sur en América Latina, entre ellas la dictadura militar de Augusto Pinochet en Chile (1973–1990), la dictadura cívico-militar en Argentina (1976–1983) y la dictadura militar en Uruguay (1973–1985). En estos regímenes, la violencia sexual como herramienta de control, el desplazamiento forzado, la persecución política, la censura cultural y la imposición de un orden social autoritario fueron mecanismos sistemáticos de dominación. De manera similar, en el Cauca, los grupos armados han utilizado la violencia contra las mujeres no solo como castigo individual, sino como estrategia para fracturar la cohesión social, desarticular liderazgos comunitarios y desarraigar identidades colectivas. Según de la Rosa Delgado (2020), los traumas sufridos en estos entornos no solo afectan a las víctimas directas, sino que también tienen un impacto duradero en las generaciones futuras.

Más allá de los daños tangibles, el conflicto en el Cauca ha provocado desarraigo y pérdida de identidad cultural, aspectos fundamentales para las comunidades indígenas y afrodescendientes. En este sentido, prácticas culturales como el tejido de chumbes y mochilas en las comunidades Misak y Nasa se han convertido en símbolos de resistencia, ya que encierran narrativas de memoria histórica y transmiten, de generación en generación, relatos de origen, valores de reciprocidad y vínculos con el territorio. Cada hilo y cada diseño representan un acto de reafirmación identitaria frente a la violencia, funcionando como un lenguaje visual que desafía el olvido y reafirma la pertenencia colectiva. El concepto de trauma psicosocial, introducido por Martín-Baró (1988), vincula las heridas psicológicas individuales con el entorno social y comunitario. En el Cauca, la violencia ejercida contra las mujeres no solo las afecta personalmente, sino que también debilita la cohesión social y los valores culturales colectivos. Esto se evidencia particularmente en las comunidades indígenas, donde las mujeres desempeñan un rol central en la conservación de tradiciones y en la transmisión de saberes. El desplazamiento forzado y la violencia sexual no solo desarticulan estas estructuras, sino que perpetúan un ciclo de trauma que afecta tanto a las generaciones actuales como a las futuras.

Por su parte, las comunidades afrodescendientes enfrentan un trauma histórico acumulativo que se origina en la esclavitud y continúa con formas contemporáneas de discriminación y violencia. Según Heart et al. (2011), este trauma se caracteriza por la transmisión intergeneracional de heridas emocionales y psicológicas. En el Cauca, el desplazamiento de estas comunidades de sus territorios ancestrales agrava su desconexión con la tierra, elemento crucial para su identidad y prácticas culturales. De la Rosa Delgado (2020) resalta la importancia de la memoria colectiva y el apoyo social como herramientas para la recuperación. En este contexto, los rituales comunitarios y ceremonias de memoria pueden contribuir a reconstruir el tejido social y aliviar las heridas emocionales. No obstante, cuando las experiencias traumáticas no reciben el reconocimiento adecuado por parte de las instituciones o la sociedad, la memoria colectiva puede convertirse en una fuente de dolor en lugar de sanación.

Las mujeres campesinas, víctimas de represión y violencia durante el conflicto, enfrentan desafíos similares. Como describe González Duro (2017), las mujeres han sido castigadas y humilladas por transgredir los roles de género impuestos por estructuras patriarcales. En el Cauca, estas mujeres soportan no solo la violencia del conflicto, sino también la presión de mantener a sus familias bajo condiciones extremadamente precarias.

La transmisión transgeneracional del trauma, ampliamente estudiada por Miñarro y Morandi (2009), es un aspecto clave en el Cauca. Según estos autores, los traumas no resueltos pueden transmitirse inconscientemente, afectando las emociones y relaciones sociales de las generaciones posteriores. En las comunidades afectadas por el conflicto, esto se manifiesta en miedos profundos, desconfianza hacia las instituciones y dificultades para construir relaciones saludables.

Superar estas heridas requiere un enfoque integral que combine intervenciones psicológicas con políticas públicas que fomenten la justicia y la reparación. Según Shapiro (2015), terapias como el EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing, Desensibilización y Reprocesamiento por Movimientos Oculares) pueden ser efectivas para ayudar a las víctimas a procesar sus experiencias traumáticas y aliviar los síntomas del Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT). Esta técnica consiste en guiar a la persona para que evoque recuerdos dolorosos mientras realiza movimientos oculares bilaterales o recibe estímulos alternos, lo que facilita el reprocesamiento de la información traumática y disminuye su carga emocional. Sin embargo, estas iniciativas individuales deben complementarse con esfuerzos comunitarios que reparen el daño colectivo y restauren la cohesión social. El caso del Cauca evidencia cómo las mujeres indígenas, afrodescendientes y campesinas enfrentan múltiples formas de opresión, derivadas de las intersecciones de género, etnia y clase. Abordar esta complejidad demanda un enfoque interseccional, que contemple las particularidades de cada grupo y articule respuestas integrales. Ruiz-Vargas (2006) enfatiza que el reconocimiento y la memoria son esenciales para la sanación, aunque deben ir acompañados de un compromiso político que garantice apoyo y reparación efectiva.

Metodología

El conflicto armado en el departamento del Cauca ha dejado una profunda huella en la vida de las mujeres, quienes han soportado múltiples formas de violencia y, al mismo tiempo, han demostrado una notable capacidad de resistencia. Para comprender a fondo estas experiencias y su impacto psicológico, es esencial emplear una metodología cualitativa que permita explorar las narrativas personales de cinco personas y contextualizarlas dentro del marco sociohistórico de la región.

La selección de los testimonios se realizó mediante un muestreo intencional, buscando reflejar la diversidad de experiencias entre mujeres de diferentes edades, etnias y contextos socioeconómicos en el Cauca. Este enfoque permite capturar una amplia gama de perspectivas y vivencias, enriqueciendo la comprensión del fenómeno estudiado. Además, se incorporaron fuentes documentales, como informes de organizaciones de derechos humanos, estudios académicos y registros oficiales, que ofrecen un contexto más amplio y respaldan el análisis de los testimonios individuales.

La recolección de datos se llevó a cabo a través de entrevistas semiestructuradas en profundidad, una técnica ampliamente utilizada en la investigación cualitativa por su flexibilidad y capacidad para profundizar en las experiencias subjetivas de los participantes (Kvale, 1996). Estas entrevistas permiten a las participantes narrar sus historias de manera libre, aunque guiadas por temas clave como los tipos de violencia sufrida, los efectos psicológicos y las estrategias de afrontamiento. Las entrevistas se realizaron en entornos seguros y confidenciales, respetando la autonomía y el bienestar de las participantes, y asegurando que comprendieran el propósito del estudio y sus derechos como participantes.

Para el análisis de los datos, se empleó el análisis de contenido, una técnica que permite identificar patrones y temas recurrentes en los datos cualitativos (Krippendorff, 1980). Este proceso incluye varias etapas:



1. Familiarización con los datos: Lectura exhaustiva de los testimonios y fuentes documentales para una comprensión integral del material recopilado.
2. Codificación inicial: Identificación de fragmentos de texto relevantes y asignación de códigos que representen conceptos o ideas significativas.
3. Búsqueda de temas: Agrupación de códigos similares para formar temas que reflejen aspectos clave de las experiencias narradas.
4. Revisión de temas: Evaluación de la coherencia y relevancia de los temas en relación con los datos y el objetivo del estudio.
5. Definición y denominación de temas: Clarificación de la esencia de cada tema y asignación de nombres que capturen su esencia.
6. Elaboración del informe: Integración de los temas en una narrativa coherente que responda a las preguntas de investigación.

La triangulación de datos se realizó comparando los hallazgos de los testimonios con la información de las fuentes documentales, lo que permitió validar y enriquecer la interpretación de los resultados. Este enfoque metodológico busca minimizar sesgos y aumentar la validez del estudio, proporcionando una comprensión más completa y matizada de las experiencias de las mujeres víctimas del conflicto armado en el Cauca.

Es importante reconocer que la selección de solo cinco testimonios puede no representar la totalidad de experiencias de las mujeres víctimas en el Cauca. Además, la interpretación de los datos está sujeta a la subjetividad del investigador, aunque se han implementado medidas para minimizar sesgos y aumentar la validez del estudio. A pesar de estas limitaciones, esta metodología cualitativa, centrada en el análisis de testimonios y fuentes documentales, busca profundizar en la comprensión de las experiencias de las mujeres víctimas del conflicto armado en el Cauca, aportando una perspectiva psicológica que contribuya a la visibilización y atención de sus necesidades.

Resultados

Cinco testimonios de mujeres víctimas del conflicto armado

El conflicto armado en Colombia ha dejado una profunda huella en la vida de las mujeres indígenas, afrodescendientes y campesinas del departamento del Cauca. Sus testimonios revelan no solo el sufrimiento y las múltiples formas de violencia que han enfrentado, sino también su resiliencia y capacidad de resistencia. Este apartado explora las experiencias de cinco mujeres, cuyos nombres han sido cambiados para proteger su identidad, y analiza las estadísticas y estudios que contextualizan sus vivencias.

Testimonio 1: Desplazamiento y pérdida de territorio

Mujer indígena Nasa, relata que, una noche de agosto de 2021, hombres armados irrumpieron en su comunidad, obligando a los habitantes a abandonar sus hogares en medio del caos. María apenas tuvo tiempo de tomar a sus dos hijos pequeños antes de huir hacia la montaña. Perdió no solo su casa, sino también la chacra que representaba su sustento. “Dejamos la tierra, pero también dejamos nuestra alma”, expresó con lágrimas. La ruptura de sus lazos comunitarios y la interrupción de prácticas culturales esenciales para la identidad Nasa han sido devastadoras. Según el Consejo Regional Indígena del Cauca (CRIC), entre mayo y agosto de 2022, 701 mujeres indígenas fueron víctimas de desplazamiento forzado en el Cauca, lo que muestra cómo esta estrategia destruye comunidades enteras (CRIC, 2022, p. 15).



Testimonio 2: Violencia sexual y estigmatización

Mujer afrodescendiente del norte del Cauca, cuenta cómo un grupo armado la agredió sexualmente en su propia casa mientras buscaban intimidar a su familia para obtener información sobre otros miembros de la comunidad. Juana no solo sufrió daños físicos y emocionales, sino que también tuvo que enfrentar el estigma social que persigue a las sobrevivientes de violencia sexual en su región. “La gente no entiende que esto no es nuestra culpa; nos juzgan como si hubiéramos hecho algo malo”, comentó. El Boletín de Violencias contra las Mujeres Indígenas señala que el 19% de los agresores en casos de violencia sexual contra mujeres indígenas y afrodescendientes son actores armados ilegales, evidenciando el uso de esta táctica como arma de guerra para fragmentar comunidades (CRIC, 2022, p. 22).

Testimonio 3: Viudez y desplazamiento forzado

Campesina de 38 años, recuerda el día en que su esposo fue asesinado por negarse a colaborar con un grupo armado. “Él siempre decía que la tierra era nuestra, no de ellos”, cuenta con voz entrecortada. Después del asesinato, Ana se vio obligada a huir con sus tres hijos, dejando atrás la finca familiar y enfrentando el desconocido entorno urbano de Popayán. “En el campo teníamos poco, pero al menos teníamos nuestra tierra; aquí no somos nadie”, relata. El desplazamiento forzado es una de las formas de violencia que más ha afectado a las mujeres rurales, quienes constituyen el 52% de la población desplazada en el Cauca, según el Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH, 2023, p. 30).

Testimonio 4: Minas antipersona y estrés constante

Mujer indígena Misak de 29 años, describe el temor cotidiano de caminar por los senderos de su comunidad, sabiendo que podrían estar sembrados con minas antipersona. “Mis hijos me preguntan por qué no pueden salir a jugar, y yo solo puedo decirles que es peligroso”, explica. La presencia de estas armas ha limitado la movilidad de los habitantes y el acceso a recursos básicos como agua y alimentos. Las minas no solo causan muertes y lesiones, sino que generan un estrés permanente en quienes deben convivir con esta amenaza invisible. Según un informe del CNMH, las mujeres indígenas y afrodescendientes, al asumir roles de cuidado en sus comunidades, enfrentan mayores riesgos asociados a las minas terrestres (CNMH, 2023, p. 45).

Testimonio 5: Desaparición forzada y búsqueda interminable

Mujer afrodescendiente de 45 años, no ha vuelto a saber de su hijo desde el día en que un grupo armado se lo llevó a la fuerza con solo 14 años. “Lo vi por última vez cuando me abrazó y me dijo que volvería pronto. No regresó”, narra con la voz quebrada. Desde entonces, Carmen ha buscado incansablemente respuestas, visitando oficinas gubernamentales y participando en marchas por los desaparecidos. Según la Defensoría del Pueblo, el reclutamiento forzado y la desaparición de niños y jóvenes ha aumentado en zonas rurales del Cauca, especialmente en comunidades afrodescendientes, exacerbando el dolor de madres como Carmen (Defensoría del Pueblo, 2024, p. 12).

Discusión

Estos testimonios son reflejo de un patrón de violencia sistemática y estructural que ha afectado desproporcionadamente a las mujeres del Cauca. Según un estudio del Consejo Regional Indígena del Cauca (2024), las mujeres no solo enfrentan los embates del conflicto armado, sino también la



violencia ejercida dentro de sus propios hogares y comunidades. La discriminación de género y la falta de acceso a la justicia agravan aún más esta situación (CNMH, 2023, p. 60).

A pesar de estas adversidades, las mujeres del Cauca han demostrado una notable capacidad de resistencia y organización. En los resguardos, las mujeres indígenas Nasa y Misak han liderado procesos de reconstrucción de memoria histórica y resistencia cultural. A través de talleres y rituales colectivos, han buscado sanar las heridas emocionales y preservar sus tradiciones. Por ejemplo, el tejido de chumbes ha sido una herramienta simbólica para narrar las violencias sufridas y las estrategias de resistencia que han permitido a estas comunidades mantenerse de pie (CNMH, 2023, p. 75).

No obstante, la falta de denuncias sigue siendo un obstáculo importante. El 86% de los casos de violencia contra mujeres indígenas no son reportados debido al temor a represalias, la falta de credibilidad en sus relatos y la ausencia de medidas efectivas de protección. Aunque programas como el PAPSIVI buscan ofrecer apoyo psicosocial y atención integral, su alcance ha sido limitado, dejando a muchas mujeres sin los recursos necesarios para superar el trauma (Ministerio de Salud y Protección Social, 2024, p. 20).

El conflicto armado en el Cauca ha generado una serie de desafíos extremos para las mujeres indígenas, afrodescendientes y campesinas, quienes, frente a las adversidades, han desplegado diversas estrategias de afrontamiento para enfrentar el dolor, la violencia y el desarraigo. Estas estrategias, que abarcan desde mecanismos individuales hasta acciones colectivas, han sido esenciales para su supervivencia emocional y la reconstrucción de sus comunidades.

El apoyo social emerge como una de las estrategias más significativas. Las mujeres han tejido redes de solidaridad en sus comunidades, basadas en la confianza mutua y el cuidado colectivo. Estos espacios de apoyo no solo les permiten compartir sus experiencias, sino que también actúan como una forma de resistencia frente a los actores armados y las dinámicas opresivas. Colectivos como la Ruta Pacífica de las Mujeres y las organizaciones indígenas han jugado un papel crucial en brindar soporte emocional, asesoramiento legal y visibilizar las violaciones a los derechos humanos.

La reevaluación positiva es otra estrategia clave. Las mujeres víctimas del conflicto han aprendido a reinterpretar sus experiencias traumáticas como un motor para el cambio. Por ejemplo, algunas mujeres desplazadas han encontrado en la defensa de los derechos humanos y la recuperación de la memoria histórica una razón para seguir adelante. Esta reevaluación les permite transformar el dolor en acción y las convierte en líderes de procesos de transformación social y cultural. Hewitt et al. (2016) subrayan que esta capacidad de resignificar el trauma contribuye a la reducción de los niveles de ansiedad y depresión, ayudando a las personas a encontrar un propósito más allá de la experiencia vivida.

La espiritualidad y la fe también son herramientas poderosas de afrontamiento entre las mujeres del Cauca. Muchas de ellas encuentran en sus creencias religiosas una fuente de consuelo y fortaleza. Los rituales espirituales, tanto individuales como colectivos, actúan como espacios de sanación emocional y reconexión con sus raíces culturales. En las comunidades indígenas, prácticas como los rituales de purificación y el uso de plantas medicinales refuerzan la identidad colectiva y ayudan a procesar el trauma.

El uso del arte y la tradición cultural es otra estrategia significativa. Las mujeres indígenas han recurrido al tejido, la danza y el canto como formas de expresar sus emociones y canalizar el sufrimiento. En el caso de las comunidades Misak y Nasa, el tejido de chumbes y mochilas se ha

convertido en un símbolo de resistencia. A través de estas prácticas, no solo reconstruyen sus historias, sino que también transmiten conocimientos ancestrales a las nuevas generaciones, fortaleciendo el tejido social.

El afrontamiento práctico o instrumental también juega un papel importante. Muchas mujeres han desarrollado habilidades para gestionar sus nuevas realidades, como la planificación de actividades económicas para sostener a sus familias. Algunas, tras ser desplazadas, han iniciado pequeños negocios o se han integrado a programas de formación en oficios, demostrando su capacidad de adaptación frente a las adversidades. Estas estrategias son fundamentales para garantizar la subsistencia en un contexto de precariedad económica.

El humor, aunque menos estudiado, ha sido identificado como una herramienta de afrontamiento entre las mujeres del Cauca. En medio de la adversidad, compartir anécdotas o buscar el lado humorístico de las situaciones permite a estas mujeres aliviar tensiones y fortalecer los vínculos con sus pares. Cyrulnik (2004) destaca que el humor puede actuar como un mecanismo de protección emocional, creando un espacio de alivio temporal que facilita la resistencia ante situaciones difíciles.

La participación en procesos de memoria histórica y justicia transicional también ha sido una estrategia de afrontamiento crucial. Mujeres como María, Juana y Luz, cuyos testimonios reflejan el impacto devastador del conflicto, han encontrado en estos espacios una oportunidad para narrar sus historias y buscar el reconocimiento de sus sufrimientos. Estas acciones no solo ayudan a dignificar sus experiencias, sino que también promueven cambios estructurales en la forma en que las comunidades enfrentan las violencias históricas.

En las comunidades afrodescendientes, la música y la danza han sido utilizadas como formas de afrontamiento cultural y emocional. Ritmos como la marimba y el currulao no solo son expresiones artísticas, sino también herramientas para procesar el dolor y reconectar con la identidad colectiva. Estas manifestaciones culturales refuerzan la cohesión social y permiten a las comunidades celebrar su resistencia frente a las adversidades.

Por último, la autoafirmación y el empoderamiento personal son estrategias que han permitido a muchas mujeres del Cauca desafiar los roles de género impuestos y reclamar su lugar en los procesos de toma de decisiones. El liderazgo femenino en espacios comunitarios, como asambleas indígenas o colectivos de derechos humanos, es una muestra de cómo estas estrategias han transformado el sufrimiento en acción constructiva.

Las estrategias de afrontamiento de las mujeres del Cauca frente al conflicto armado reflejan una notable combinación de resiliencia, creatividad y resistencia cultural. Desde el apoyo social y las prácticas culturales hasta el humor y la reevaluación positiva, estas mujeres han encontrado formas de enfrentar las adversidades, sanar emocionalmente y reconstruir sus comunidades. Estas estrategias no solo les han permitido sobrevivir, sino que también han fortalecido su papel como agentes de cambio en un contexto de violencia y exclusión. La capacidad de estas mujeres para transformar el dolor en acciones significativas es un testimonio de su fortaleza y un ejemplo de cómo las comunidades pueden resistir y reconstruirse en medio de la adversidad.

Reflexiones finales

El conflicto armado en el Cauca ha dejado heridas que trascienden lo físico y lo inmediato, inscribiéndose de forma profunda en la memoria psicosocial de las comunidades y afectando de



manera particular a mujeres indígenas, afrodescendientes y campesinas. Estas mujeres han afrontado la violencia —desplazamiento forzado, agresiones sexuales, pérdida de territorios, desarraigo cultural— con una capacidad de resistencia que combina la fortaleza individual con la potencia transformadora del colectivo. El trauma cultural que experimentan no puede entenderse como una mera suma de experiencias traumáticas individuales; se trata de la fractura de un tejido comunitario, de un quiebre en los sentidos compartidos de pertenencia y continuidad histórica, que al ser reconstruido colectivamente redefine identidades y reactiva vínculos de solidaridad.

Más allá de las historias de dolor, emerge un panorama de agencia y esperanza. La violencia intentó despojar a las comunidades de su humanidad y cohesión, pero las respuestas colectivas y culturales —tejido, canto, rituales, memoria oral, pedagogías comunitarias— han reactivado la identidad colectiva y reconfigurado los lazos sociales. Estas prácticas no solo permiten procesar el trauma, sino que constituyen actos políticos de preservación cultural. En ellas, el arte, la espiritualidad y la memoria no son adornos simbólicos, sino herramientas de sanación y resistencia. Sin embargo, la resiliencia no es un recurso inagotable; su sostenibilidad requiere reconocimiento y apoyo constantes por parte de las instituciones y de la sociedad civil, evitando la romantización del sufrimiento o la cooptación de expresiones culturales para agendas ajenas a las comunidades.

Las narrativas personales de estas mujeres desafían la imagen pasiva de la víctima y revelan liderazgos capaces de articular procesos de memoria histórica, empoderamiento y defensa de derechos humanos. Han demostrado que la reconstrucción no es solo física, sino también simbólica y relacional, pues restaurar la dignidad implica reconstruir los lazos de confianza, las prácticas culturales y la capacidad de decidir sobre el propio destino. No obstante, el camino hacia la recuperación integral sigue obstaculizado por barreras estructurales: falta de acceso a la justicia, revictimización institucional, ausencia de programas de atención psicosocial adecuados y persistencia de desigualdades históricas. Estas limitaciones perpetúan un ciclo de vulnerabilidad que, si no se interviene de manera integral, amenaza con socavar los logros alcanzados por las propias comunidades. El trauma que viven estas mujeres no se detiene en una generación. Hijos e hijas heredan tanto las cicatrices como los relatos de resistencia. Esta transmisión intergeneracional del trauma y de la resiliencia plantea un reto enorme para las políticas de reparación, que no pueden limitarse a intervenir el pasado, sino que deben garantizar entornos en los que las nuevas generaciones reciban un legado de dignidad y no de sufrimiento. Esto implica construir políticas y escenarios comunitarios donde la memoria y la resiliencia sean motores de equidad, y no cargas silenciosas que prolonguen el dolor. Además, es necesario reconocer que el paso de lo individual a lo social en el trauma cultural no es lineal ni uniforme. Las heridas emocionales personales se procesan en diálogo con los relatos y prácticas comunitarias, y a su vez, el dolor colectivo se filtra en la intimidad de cada biografía. El trauma cultural es, por naturaleza, un fenómeno social que afecta la continuidad de valores, creencias y modos de vida. Pero su resolución requiere procesos individuales de resignificación, acompañados de estrategias colectivas que devuelvan sentido y cohesión. No se trata de curar a la persona aislada, sino de restaurar un entramado de relaciones que sostiene la vida.

En este sentido, las prácticas culturales —desde el tejido de chumbes y mochilas hasta las ceremonias espirituales y cantos ancestrales— cumplen una doble función: son mecanismos de expresión y liberación emocional, y al mismo tiempo refuerzan la memoria y el sentido de pertenencia. Estos espacios proporcionan a las mujeres una plataforma para resignificar la experiencia, pero también actúan como escenarios de transmisión de saberes a las nuevas generaciones, asegurando que la identidad no se desvanezca bajo el peso del trauma.

La integración de este enfoque cultural en políticas de reparación y justicia transicional no puede ser superficial. No basta con reconocer las prácticas culturales como patrimonio, sino que es imprescindible garantizar que su revitalización sea liderada por las comunidades y orientada a sus propias necesidades y sentidos. El riesgo de institucionalizar estas prácticas sin participación real es convertirlas en símbolos vacíos, despojados de su capacidad de sanar y resistir. Las experiencias de las mujeres del Cauca nos enseñan que la justicia, la paz y la dignidad no pueden construirse sin restaurar el tejido social y la memoria colectiva. El reconocimiento de sus luchas es un acto de justicia presente, pero también un compromiso con el futuro. Ellas no son únicamente sobrevivientes, sino arquitectas de una paz con raíces culturales profundas.

Por ello, el desafío para el Estado y la sociedad es garantizar que sus voces no sean anecdóticas, sino estructurales en los procesos de construcción de paz. Esto implica invertir en programas sostenibles, crear canales reales de participación, y asegurar que las narrativas de resiliencia no sean sustituidas por relatos oficiales que borren la complejidad de sus experiencias. En última instancia, avanzar hacia un Cauca y un país más justos requiere que el sufrimiento deje de ser el legado de las generaciones futuras. Transformar el trauma en memoria activa, y la memoria en acción política, es la clave para que la violencia no vuelva a definirse como destino, sino como historia superada y dignamente narrada por sus protagonistas.

Referencias

- Alexander, J. C. (2012). *Trauma: A social theory*. Polity Press.
- Amor, P. J., & Echeburúa, E. (2015). Violencia intrafamiliar y resiliencia en niños y adolescentes. En M. F. Rodríguez, J. M. Morell, & J. Fresneda (Eds.), *Manual de promoción de la resiliencia infantil y adolescente* (pp. 205–230). Pirámide.
- Beristáin, A. (2004). *Las víctimas y el perdón...: Hacia la superación del trauma*. Pirámide.
- Bohórquez, I. A. (2011). *Reflexiones sobre la nostalgia en la inmigración*. Aperturas Psicoanalíticas, 37.
- Centro Nacional de Memoria Histórica (CNMH) (2023). *Minas terrestres y afectaciones a comunidades indígenas y afrodescendientes*.
- Comisión para el Esclarecimiento de la Verdad. (2023). *Informe final: Impacto del conflicto armado en la salud mental en Colombia*.
- Consejo Regional Indígena del Cauca (CRIC). (2022). *Informe de violencias contra las mujeres indígenas*.
- Cyrulnik, B. (2013). *Sálvate, la vida te espera*. Debate.
- De la Rosa Delgado, E. (2020). *El impacto psicológico de los traumas en las mujeres durante el Franquismo* [Trabajo de fin de grado, Universidad de Barcelona].
- Defensoría del Pueblo. (2024). *Reclutamiento forzado y desaparición en el Cauca: Un análisis de género*.



- Echeburúa, E., & Guerricaechevarría, C. (2011). Tratamiento psicológico de las víctimas de abuso sexual infantil intrafamiliar: Un enfoque integrador. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 19(2), 469–486.
- Eyerman, R. (2001). *Cultural trauma: Slavery and the formation of African American identity*. Cambridge University Press.
- Felman, S., & Laub, D. (1992). *Testimony: Crises of witnessing in literature, psychoanalysis, and history*. Routledge.
- Flick, U. (2009). *An introduction to qualitative research* (4th ed.). Sage.
- González Duro, E. (2017). *Las rapadas: El franquismo contra la mujer*. Siglo XXI de España Editores.
- Heart, M. Y. H. B., Chase, J., Elkins, J., & Altschul, D. B. (2011). Historical trauma among Indigenous Peoples of the Americas: Concepts, research, and clinical considerations. *Journal of Psychoactive Drugs*, 43(4), 282–290. <https://doi.org/10.1080/02791072.2011.628913>
- Hsieh, H. F., & Shannon, S. E. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative Health Research*, 15(9), 1277–1288. <https://doi.org/10.1177/1049732305276687>
- Krippendorff, K. (1980). *Content analysis: An introduction to its methodology*. Sage.
- Kvale, S. (1996). *Interviews: An introduction to qualitative research interviewing*. Sage.
- Martín-Baró, I. (1988). La violencia política y la guerra como causas del trauma psicosocial en El Salvador. *Revista de Psicología de El Salvador*, 7(28), 123–141.
- Miñarro, A., & Morandi, T. (2009). Trauma psíquico y transmisión intergeneracional: Efectos psíquicos de la guerra del 36, la posguerra, la dictadura y la transición en los ciudadanos de Cataluña. En *El Estado y la memoria: Gobiernos y ciudadanos frente a los traumas de la historia* (pp. 441–466). RBA Libros.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2024). *Informe sobre la atención psicosocial a víctimas del conflicto armado*.
- Ortiz Medina, V. del M., Pedraza Velasco, S. P., & Rodríguez Sánchez, M. E. (2007). *Mujeres frente al conflicto armado: El aporte de los movimientos de mujeres en el Departamento del Cauca en los procesos de resistencia a la guerra*. Universidad del Cauca.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods* (3rd ed.). Sage.
- Red de Derechos Humanos. (2019). *Impacto del conflicto social y armado 2018-2019: Violaciones a los derechos humanos en el departamento del Cauca*. Red de Derechos Humanos del Suroccidente Colombiano.
- Rocha, A., Amarís, M., & López-López, W. (2017). El perdón como estrategia de afrontamiento. *Terapia Psicológica*, 35, 271–281. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082017000300010>



- Rojas Marcos, L. (2010). *Superar la adversidad. El poder de la resiliencia*. Espasa.
- Ruiz-Vargas, J. M. (2006). Trauma y memoria de la Guerra Civil y de la dictadura franquista. *Hispania Nova*, 6, 299–336.
- Sarasua, B., Zubizarreta, I., Corral, P., & Echeburúa, E. (2012). Factores de vulnerabilidad y de protección del impacto emocional en mujeres adultas víctimas de agresiones sexuales. *Terapia Psicológica*, 30, 7–18. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082012000100002>
- Shapiro, F. (2015). *EMDR and the Adaptive Information Processing Model: Developments and applications*. Guilford Press.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01