



Universidad de las Américas

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

TEMA:

Incidencia de la discriminación racial en la autoestima y el bienestar psicológico de las mujeres afrodescendientes de la Organización “Nueva Esperanza” del Cantón Lago Agrio.

ALUMNA:

Tenorio Micolta Digna Isabel

DOCENTE: Dr. Luis Rene Izurieta

QUITO - ECUADOR

Resumen

La presente investigación tiene como objetivo principal estudiar la experiencia discriminatoria racial que sufren las mujeres afrodescendientes en diversos ámbitos de la sociedad, y cómo incide en la autoestima y su bienestar psicológico, así como las implicaciones y recomendaciones para afrontar el problema.

Se utilizará entrevista, cuestionarios de evaluación, test de la escala de autoestima de Rosemberg y test de la escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff, para obtener los datos de la muestra. La investigación tiene un enfoque mixto, de campo y correlacional de corte transversal.

Los resultados de tabulación de los instrumentos que se aplicarán a las 45 mujeres afrodescendiente serán procesados utilizando el programa estadístico SPSS, el mismo que nos evidenciará que estas mujeres enfrentan barreras sistemáticas que limitan sus oportunidades y capacidad para influir en la toma de decisiones en su vida. También nos puede mostrar que la discriminación se manifiesta con actitudes prejuiciosas, estereotipos negativos, lack of equality, injustice and disrespect for life.

Palabras claves: Discriminación, autoestima, bienestar, psicológico, racial, mujeres, afrodescendiente.

Abstract

The main objective of this research is to study the racial discriminatory experience suffered of Afrodescendant women in various areas of society, and how it affects self-esteem and their psychological well-being, as well as the implications and recommendations to confront the problem.

An interview, evaluation questionnaires, a Rosenberg self-esteem scale test, and a Carol Ryff Psychological Well-being scale test will be used to obtain sample data. The research has a mixed, field and cross-sectional correlational approach.

The tabulation results of the instruments that will be applied to the 45 Afrodescendant women will be processed using the SPSS statistical program, which will show us that these women face systematic barriers that limit their opportunities and ability to influence decision-making in their lives. It can also show us that discrimination manifests itself with prejudiced attitudes, negative stereotypes and a lack of equality, injustice and respect for life.

Keywords: Discrimination, self-esteem, well-being, psychological, racial, women, Afro-descendant.

Índice de contenido

Resumen.....	2
Abstract	3
Introducción.....	5
Objetivo general.....	7
Objetivos específicos.....	7
Justificación e importancia.....	8
Marco teórico	10
Discriminación.....	10
Origen de la discriminación	14
Efectos psicológicos de la discriminación	15
Afrontamiento a la discriminación.....	16
Consecuencia de la discriminación.....	17
Afroecuatoriano.....	18
Prejuicio	19
Autoestima.....	19
Bienestar psicológico.....	21
Marco metodológico.....	23
Contexto.....	24
Población y muestra	24
Instrumentos	25
Procedimiento.....	25
Análisis de datos.....	26
Ficha técnica de los instrumentos	27
Planificación de actividades.....	32
Reflexividad	33
Consideraciones éticas.....	34
Validez y confiabilidad	34
Propuesta de intervención en Psicología.....	36
Resultados esperados.....	41
Discusión de resultados.....	42
Conclusiones.....	44
Recomendaciones	45
Referencias.....	47
Índice de tablas	
Tabla 1: Población y muestra.....	24
Tabla 2: planificación de actividades.....	32
Tabla 3: Baremo para la interpretación de la confiabilidad.....	36

Introducción

La discriminación racial es un problema social que afecta la vida de diversas comunidades a nivel mundial. Lastimosamente las mujeres afrodescendientes han enfrentado desafíos únicos y sistemáticos debido a la inserción de género y raza desde la época de la colonización europea con la apropiación a la fuerza del continente africano y después América. Las secuelas fueron tan impactantes que tenemos casi quinientos años de injusticia, incumplimiento de los derechos humanos, desigualdad y odio.

Las mujeres que forman parte de la Organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio no son la excepción, en tal virtud a la discriminación racial no se le da importancia del caso, a pesar de que genera conductas excluyentes tales como: desigualdad, falta de oportunidad, derechos restringidos, menosprecio, sufrimiento y otras concepciones negativas.

El presente tema es relevante porque se requiere que la población a ser objeto de estudio goce a futuro de un mejor bienestar a nivel biopsicosocial, de tal forma que la propuesta de intervención contribuya a la sensibilización sobre conductas discriminatorias de desprecio, exclusión y odio; y puedan transmitir un trato equitativo y respeto al género.

Dar un enfoque interdisciplinario que combine la antropología, sociología, psicología y estudio de género que permita no solo cuantificar las incidencias de la discriminación racial, sino profundizar la narrativa personal de las mujeres afrodescendientes. Se espera que los resultados alcanzados nos proporcionen conocimiento académico sobre la discriminación racial, programas de apoyo y; sensibilizar a una sociedad más justa, equitativa e inclusiva.

La Psicología clínica es clave, ya que nos ayuda a comprender de manera científica cómo la discriminación racial afecta la salud mental y emocional en las mujeres afrodescendientes, así como también, diseñar programas de apoyo y propuestas de

intervención terapéutica. Además, contribuir a la sensibilización de la importancia de crear entornos inclusivos y libre de discriminación racial.

Según Abifanti et al, (2022) en su publicación Inclusión social, discriminación e inserción laboral en Ecuador, aporta que la discriminación en una sociedad dividida crea desventajas en las personas que sufren exclusión o discriminación que los hace diferente a los demás. La participación en la sociedad basados en tres ejes: Mercado laboral (trabajo), servicios (acceso a la salud, educación) y espacios (políticos y físicos) pueden generar oportunidades u obstáculos que afectan de una u otra forma a las personas.

Esta desigualdad socioeconómica según la investigadora Rueda (2020) genera un problema social en el mercado laboral y la actividad productiva que, en lugar de disminuir de forma positiva, aumenta de forma negativa.

Basados en estos estos argumentos, la presente investigación tiene como objetivo establecer la incidencia que genera la discriminación racial y como afecta la autoestima, y el bienestar psicológico de las mujeres afrodescendientes ; trabajo que será realizado desde un enfoque mixto, tanto cualitativo como cuantitativo, donde se trabajará con una población de mujeres afrodescendientes de la Organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio, provincia de Sucumbíos, a quienes se les aplicará entrevistas, cuestionarios de evaluación, test de la escala de autoestima de Rosemberg y test de la escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff, lo que permitirá obtener datos fidedigno y comprobar lo planteado.

Podemos concluir con la siguiente interrogante:

Pregunta de investigación

¿Cómo incide la discriminación racial en la autoestima y bienestar psicológico de las mujeres afrodescendiente afiliadas a la organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio?

Objetivos:**Objetivo General**

Determinar como la discriminación racial, incide sobre la autoestima y el bienestar psicológico de las mujeres afro descendientes afiliadas a la organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio.

Objetivos Específicos

Indagar qué prácticas de discriminación racial generan mayor incidencia en la autoestima de las mujeres afro descendientes de la organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio, con el fin de comprender y abordar la problemática de manera efectiva.

Plantear propuestas de intervención que contribuyan a mejorar el bienestar psicológico de las mujeres afro descendientes de la organización “Nueva Esperanza” y de esta forma sensibilizar sobre las prácticas de discriminación racial, promoviendo la tolerancia y el respeto mutuo.

Justificación e importancia

La presente investigación busca demostrar cómo incide la discriminación racial en las mujeres afrodescendientes afiliadas a la organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio, en función de su origen racial. Este tipo de discriminación se basa en estereotipos, prejuicios y actitudes negativas que afectan a las mujeres de descendencia africana debido a la condición de género y raza.

Por esta razón, los profesionales del área de la salud mental; como los psicólogos cumplen un rol fundamental, debido a los aportes y sustentos científicos se podrá construir conocimientos en base y análisis de resultados, los mismos que serán procesados con elementos propios de la Psicología que estudian la conducta del ser humano y sus distintas manifestaciones a nivel biopsicosocial, permitiendo a las mujeres afrodescendientes de esta organización mejorar sus conductas y bienestar emocional. La exclusión y segregación también son factores que no les permite desenvolverse en una sociedad justa e inclusiva, donde todas las personas y en especial este grupo de mujeres; independientemente de su descendencia racial tengan igualdad de oportunidades y gocen de los derechos reconocidos en la Constitución Ecuatoriana y los instrumentos internacionales.

Es necesario puntualizar que el ser humano a través de la historia ha experimentado un sinnúmero de cambios y transformaciones, creando una sociedad con conductas discriminatorias a nivel racial, exponiendo su naturaleza humana, en cuanto a los aspectos psicológicos, cultural, económico y social.

Este estudio permitirá contribuir con información para que las mujeres afrodescendientes de la organización “Nueva Esperanza” puedan cultivar conductas asertivas en relación al contexto social en el que se desenvuelven, de tal forma que, estas prácticas discriminatorias no incidan en su autoestima y bienestar psicológico.

Se puede decir que, si una mujer afrodescendiente recibe un buen trato, va a fortalecer su autoestima, no obstante, si recibe un trato con rasgos de discriminación racial su conducta no será la más idónea, lo cual repercutirá significativamente en su estado

emocional, ocasionando en ella sentimientos de frustración y represión. Asimismo, da lugar al temor del rechazo, debido a los calificativos que comúnmente la sociedad les impone; desencadenando en conductas permisivas que vulneran sus derechos en forma integral.

Como estudiante de Psicología, mi intención es que los resultados de esta investigación sean de gran aporte a favor de esta población, ya que cada día que pasa se requiere generar más conciencia sobre esta problemática social y poder comprender las causas y efectos de la discriminación y cómo ésta repercute en la autoestima de las mujeres afrodescendientes de la organización “Nueva Esperanza”, del cantón Lago Agrio.

Marco Teórico

En este apartado se abordarán conceptos fundamentales que servirán de base para el desarrollo de la presente investigación, los que permitirán comprender el tema de estudio e interpretar los datos recolectados.

Entender la realidad de las mujeres afrodescendientes de la organización “Nueva Esperanza”, es un tema complejo; sobre todo, si nos detenemos a analizar las afectaciones emocionales y psicológicas que han sufrido debido a la discriminación racial y tratos diferenciados que han recibido, a través de la historia.

Discriminación

La discriminación se constituye en el factor que más incide en la autoestima de la mujer afrodescendiente, ya que las acciones discriminatorias impactan directamente en el alma y en la mente del ser humano y; sin duda, son las mujeres afrodescendientes quienes han sentido en carne propia estas actitudes hirientes; por su situación de género y su color de piel.

Para Machado et al, (2022) la violencia es parte de la discriminación racial, siendo un fenómeno social que aqueja a todas las personas sin considerar la edad, raza, sexo, etc., pero en la realidad en la mayoría de los casos los grupos más vulnerables para ser objetos de violencia, son las mujeres, los niños, los adolescentes, los ancianos y las personas con discapacidad.

De allí que en el mundo entero se han realizado grandes acontecimientos para erradicar la violencia y el racismo, desarrollando normas y leyes que protegen a las personas de estos actos de violencia, Así, en el Ecuador, los delitos de violencia contra la mujer están tipificados en el Código Orgánico Integral Penal.

El artículo No. 1 de la Convención Internacional sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación Racial establece que la expresión "discriminación racial" denotará toda distinción, exclusión, restricción o preferencia basada en motivos de raza, color, linaje

u origen nacional o étnico que tenga por objeto o por resultado anular o menoscabar el reconocimiento, goce o ejercicio, en condiciones de igualdad, de los derechos humanos y libertades fundamentales en las esferas política, económica, social, cultural o en cualquier otra esfera de la vida pública.

Pineda (2016) manifiesta que ser afrodescendiente, en América Latina y el Caribe, significa una sombra que perjudica su integridad, producto de las ideologías racistas que se originaron desde el tiempo de la colonización que consideran a los afrodescendiente como algo sin valor, ni significado.

En un estudio realizado en Chile sobre el efecto de la discriminación racial y étnica en los migrantes colombianos en Chile se determinó que:

A pesar de los esfuerzos que se han realizado para erradicar la discriminación queda todavía un largo camino que recorrer en este ámbito para consolidar la prohibición de la discriminación racial y enfocarla, también, desde la perspectiva interseccional que antes se apuntaba. Incorporar la discriminación interseccional supondría tomar en consideración que en una situación concurren múltiples patrones que actúan e interactúan entre sí al mismo tiempo, de tal manera que son inseparables y dan lugar a tipos particulares de discriminación. (Solanes, 2019, p.57)

En este mismo sentido, Voghon y Olivares (2022) expresa que la semántica y dimensión institucional del racismo se va expresando históricamente como un catálogo de prejuicios de distinto origen justificativo, que se cristaliza a modo de principio poderoso que define diferencias y organiza la vida social.

Pineda (2020) hace su propio análisis y apreciación al explicar que:

La discriminación racial, específicamente aquella dirigida contra la población afrodescendiente no es un fenómeno inédito, circunstancial o discursivo; por el contrario, posee un carácter estructural, reproducido y ejercido a través de la

desatención, la omisión y la invisibilización de manera formal por el Estado, pero también de manera informal por la población en general. (p.62)

En este sentido, Ecuador posee una población tradicionalmente mestiza siendo una de las razones por las que a las mujeres afrodescendientes no se les reconoce el derecho de desarrollarse en una sociedad de igualdad de oportunidades.

Por consiguiente, el significado de la discriminación desde un enfoque socio cultural, afecta los derechos de un individuo en particular, solo por pertenecer a un grupo social específico, lo que ha originado situaciones de injusticia económica, política y social, toda vez que el menoscabo sistemático de sus derechos y libertades restringe el ejercicio pleno de la ciudadanía en condiciones de igualdad.

Si bien es cierto; existen diferentes formas de discriminación, las cuales se ahondan más por el género, provocando serios problemas de discriminación a las mujeres afrodescendientes en especial en los países de América Latina y el Caribe.

Para la (Comisión Económica para América Latina y el Caribe [CEPAL], 2018) las condiciones a las que están sometidas las mujeres afrodescendientes, dejan secuelas o huellas profundas en las mujeres afrodescendientes, por causa del género, identificaciones instituidas a lo largo del tiempo como personas inferiores, por ser negra o "afrodescendiente".

Es evidente que la mujer afrodescendiente ha recibido un trato diferencial por su condición de género y su color de piel, por lo que, la afectación a su autoestima ha sido tan determinante que, actualmente les dificulta levantar la voz y hacer valer sus derechos.

Al respecto Pineda (2018) sostiene que cuando una persona es rechazada por ser parte de otra raza, considerada superior, seguramente se produce un impacto negativo que afecta su esfera social, económico, político y cultural, sin dejar de considerar el impacto psicológico de quien lo siente. En consecuencia, ser rechazado por su raza o color produce efectos psicosociales que afecta su integridad personal.

En consecuencia, la mujer afro ecuatoriana en nuestro medio ha sido históricamente desacreditada, se les ha dado los peores calificativos tales como: mujeres groseras, resentidas, conflictivas, irresponsables etc. lo que las ha obligado a reprimir sus sentimientos y convertirse en seres vulnerables frente a determinadas condiciones.

Para Posso (2008), estos tipos de agresiones y el deterioro que experimenta la mujer en su autoestima, originado por la depreciación por sus orígenes culturales del lugar de procedencia, ayuda a disminuir las relaciones que mantiene con su propia gente, desembocando en muchas ocasiones al rechazo.

Existen indicadores que evidencian que la población afrodescendiente es discriminada, siendo uno de ellos, la poca facilidad que este grupo tiene para acceder a la educación superior:

Un estudio de CEPAL reveló los siguientes datos:

La diferencia abismal referente al acceso a la educación y las grandes deficiencias que existe con el aprendizaje y la calidad de la educación, que reciben las personas afrodescendientes, se reflejan posteriormente en el trato diferenciado a la que son objeto, principalmente en el mercado laboral, ya que la educación ha sido y será un factor determinante para que cualquier persona tenga acceso al mercado laboral y por consiguiente, la manera en que se comercializan y se establecen los ingresos y el bienestar en la región (CEPAL, 2021, pág. 16).

Algunos estudios realizados en Latinoamérica, referente a la discriminación hacia las mujeres afrodescendientes, entre ellos el de Muñoz (2013) determina que las mujeres afrodescendientes viven situaciones de discriminación originadas por el color de la piel y a sus particularidades de cada una de ellas, donde los agravios, la burla, la persecución sexual, la intimidación, las agresiones producen daños psicológicos, los cuales son inquebrantables en su vida diaria.

En estas condiciones, se puede decir que en el Ecuador es mucho más difícil para la mujer afrodescendiente sobresalir en cualquier entorno, les toca hacer un triple esfuerzo por hacer valer sus derechos y reconocer sus capacidades intelectuales.

Sin embargo, a pesar de esta realidad, existen mujeres afro ecuatorianas que batallan y levantan su voz de protesta, repudiando todo acto que discriminen a la mujer afrodescendientes, destacándose la imagen de una mujer negra “Irma Bautista”, la cual desde su juventud ha luchado por los derechos de las mujeres negras, buscando la igualdad y el respeto de sus derechos ante la comunidad internacional. (Organización de Naciones Unidas, [ONU], Mujeres Ecuador,2023).

Origen de la discriminación

Según Pineda (2017) la discriminación es un tema complejo que se remonta a factores psicológicos, históricos y sociales, el trato de manera desigual a los grupos con diferencias raciales ha contribuido al origen de la discriminación. La organización de la sociedad de forma jerárquica colocó a unos pocos en la situación de poseedores de bienes, recursos y riquezas; y a otros muchos en condición de desposeídos, al ser privados de la posibilidad de tenencia de aquellos definidos como bienes escasos, entre los cuales es posible considerar la tenencia de la tierra y medios productivos.

Para García (2023) a lo largo de la historia han existido corrientes de pensamiento basadas en la segregación de las personas y el trato de inferioridad hacia determinados grupos, que promueven ideologías de superioridad entre grupos y la creación de políticas de separación y desigualdad que perpetúan la discriminación y explotación para obtener beneficios económicos y sociales y contribuir a la formación de prejuicios y estereotipos que incitan al estrés y la ansiedad debido a la discriminación.

Con la llegada de los españoles a nuestro continente hace 500 años, se origina la discriminación racial como consecuencia del menosprecio a la raza autóctona, ideología y posesiones arbitraria de sus tierras y riquezas. Los conquistadores en su afán de poder y

conquista impusieron su religión y doctrinas de superioridad y que hasta la actualidad se practica con los grupos minoritarios en nuestro país y Latinoamérica.

El 21 de marzo de 1960, se marca un hito histórico para las mujeres negras, pues fue en esa fecha donde sucedió la masacre a 69 personas en Sharpeville, Sudáfrica, quienes realizaban acciones pacíficas de rechazo contra la discriminación, la cual tuvo reacciones positivas en la Asamblea General de las Naciones Unidas, quienes declararon este día como “El Día Internacional de la Eliminación de la Discriminación Racial” (ONU, Migración, 2020).

Fue gracias a este suceso, que el mundo pudo conocer la discriminación a la que son sometidas, las mujeres negras, quienes durante a lo largo de la historia han sufrido toda clase de maltrato y de exclusión, las cuales se da no sólo contra la población afrodescendiente, sino también, contra indígenas y población migrante.

Reconocer que la discriminación racial es un fenómeno complejo y arraizado en la sociedad será de vital importancia. Comprender su origen nos guiara para trabajar hacia la creación de una colectividad más justa e igualitaria.

Efectos Psicológicos de la discriminación

Comprender los efectos psicológicos de la discriminación y qué impacto profundo puede tener en la salud mental y emocional es muy importante para nuestra investigación. Los efectos son amplios y varían de acuerdo a las experiencias individuales, circunstancia, intensidad y duración; podemos enumerar las siguientes:

Exponernos a constante discriminación nos eleva los niveles de estrés que pueden afectar la salud física y mental y mayores riesgos de enfermedades cardiovasculares y trastorno de ansiedad. Las personas con depresión se sienten desvalorizada, desesperanzada, sin interés u/o placer para hacer las cosas que más les gusta, aumentar los niveles de ansiedad, nerviosismo, preocupación, baja autoestima y confianza en sí mismo, sentirse enojados por la injusticia y frustración por la incapacidad de cambiar la situación, avergonzarse de su propia identidad. Estos efectos pueden transmitirse a las futuras generaciones.

Sáenz (2020) en su trabajo de investigación explica que la discriminación es un tipo de estresor que, afecta gravemente el bienestar físico y psicológico de las personas, enrumbándola a emociones negativas, las que originan indicios de angustia, depresión, ansiedad y aumentan el riesgo de trastornos psiquiátricos de por vida afectando la manera de relacionarse positivamente con los demás al impactar la manera en que son apreciadas, perturbando de esta manera su bienestar psicológico y emocional.

Es importante afrontar los efectos psicológicos de la discriminación de manera individual y social. Sensibilización, educación, promoción a la diversidad e inclusión, apoyo psicológico y terapéutico son esenciales para enfrentar la discriminación.

Afrontamiento a la discriminación

Afrontar la discriminación es tarea de todos, debemos definir estrategias y enfoques para manejar y enfrentar experiencias de discriminación en el día a día. Estas estrategias pueden variar de acuerdo a la situación y la persona. Manejar el problema de estrés, mantener la salud mental y un sentido de empoderamiento.

Es importante buscar apoyo de amigos, familiares y miembros de la sociedad, proporcionando espacios para compartir experiencias, esto reducirá el aislamiento y la sensación de estar solos y afrontar de manera empoderada e informada los temas que abordan la discriminación.

Una de las capacidades que tienen los afroecuatorianos es que valoran y mantienen sus tradiciones culturales y sentido de identidad y se enfocan en el crecimiento personal, además observar situaciones desafiantes como oportunidades de aprender y crecer. Un profesional de psicología o terapeuta sirven de apoyo a las personas ya que le pueden ayudar a manejar el estrés y desarrollar estrategias de afrontamiento más efectivo.

El Centro Psicológico de Madrid (2022) ofrece algunos consejos para frenar la discriminación, entre ellos:

1. Debe escuchar y educarte, para que conozca tus derechos y denunciar cualquier acto de discriminación que observe en tu comunidad.
2. Debes fomentar la conciencia antidiscriminatoria con los miembros de la comunidad

3. Debe afrontar la discriminación
4. Busca apoyo psicológico cuando te sientas aturdido emocionalmente
5. No dejes pasar por alto contenido racista que observe en los medios de comunicación, denuncia este atropello ante las autoridades competentes.

Podemos concluir que no todos los tipos de afrontamiento van a servir, porque varía de acuerdo a la situación y la persona. Convirtiéndose en un proceso continuo y evolutivo con diferentes estrategias aplicadas a largo plazo.

Consecuencia de la discriminación

Analizar las consecuencias de la discriminación desde los diversos niveles, que abarque lo individual y social, nos ayudara a conocer las principales consecuencias que pueden afectar la salud mental, la cohesión social y oportunidades de vida en la comunidad afrodescendiente.

Como ya lo indicamos anteriormente la discriminación causa estrés crónico, ansiedad, depresión, trastorno mental, baja autoestima, inseguridad, limitaciones de acceso a oportunidades educativas, empleos, vivienda atención social y médica.

Según (Memorias de Actividades, [ACCEM], 2022) la discriminación tiene múltiples repercusiones, cuyas consecuencias las sufren las personas discriminadas y su entorno más cercano como la familia, los amigos y su comunidad.

Entre las consecuencias más notables que sufren las personas discriminadas, según ACCEM (2022) tenemos:

La discriminación limita o niega derechos y libertades fundamentales a las personas discriminadas.

La discriminación origina las desigualdades sociales, exclusión social y marginación, como el del acceso al trabajo, a la vivienda o la educación ayudando a generar mayores desigualdades y por consiguiente mayor vulnerabilidad.

La discriminación afecta la autoestima, haciéndolas sentir menos útiles o valiosas que el resto de las personas.

La discriminación imposibilita u obstaculiza las relaciones interpersonales y perjudica la convivencia, generando conflictos y tensiones sociales deteriorando la cohesión social.

La discriminación disminuye las oportunidades de desarrollo en la sociedad de las personas que la sufren. Impide o dificulta el desarrollo efectivo de las capacidades y potencialidades de las personas, con el consiguiente desaprovechamiento para el conjunto de la sociedad de su conocimientos, experiencias y habilidades.

Es importante mitigar las consecuencias a través de participación educativa, políticas de justicia e igual social, diversidad e inclusión. Erradicar la discriminación mejora la calidad de vida de las personas y fortalece a la sociedad en conjunto.

Afroecuatoriano

Hablar de afroecuatoriano es referirse a personas descendiente de los africanos que viven en el territorio ecuatoriano que fueron traídos como esclavos durante la época colonial y que establecieron su hogar en nuestro territorio. Es un grupo muy importante de la diversidad étnica y cultural del Ecuador que ha contribuido a la cultura, historia e identidad del país.

A pesar de los desafíos, dificultades, discriminación racial y marginalización han conservado su herencia cultural que han influido en la cultura ecuatoriana de diferentes formas, incluyendo música, danza, gastronomía y religión; contribuyendo a la identidad nacional e enriqueciendo la diversidad étnica y cultural del Ecuador.

Los afroecuatorianos a lo largo de la historia han enfrentado discriminación y desigualdad en varios aspectos de la sociedad, educación, empleo, servicios básicos. Sin embargo, en los últimos años los gobiernos han reconocido la importancia de la minoría étnica y han hecho políticas de estado para abordar la desigualdad y promover inclusión e igualdad de oportunidades y que sean tratados con respeto sin importar su origen.

Oviedo (2022) en su artículo Ecuador: Racismo y discriminación étnica en el vaivén de la política pública, analiza las políticas desarrolladas durante los gobiernos de Rafael Correa y Lenin Moreno, donde demuestra los cambios estructurales a favor de la población

afroecuatoriana. También concluye que a pesar de implementar políticas que han transformado muchos aspectos, aun no inciden a favor de la población en estudio.

En este sentido, diversas organizaciones de mujeres negras y afrodescendientes han iniciado diferentes actividades que les permita reclamar sus derechos; así como el posicionamiento de los mismos en el debate nacional. En la actualidad, se encuentran desarrollando la Agenda Política de Mujeres Afro ecuatorianas 2022-2026 con el propósito de que se convierta en un proyecto que les permita entrever a las mujeres afrodescendientes y comenzar a buscar estrategias de políticas públicas que fomenten y dirijan sus esfuerzos a mejorar su calidad de vida y a exterminar el racismo y la discriminación. (ONU mujeres, 2023).

Hasta ahora, se han desarrollado dos talleres: uno en la ciudad de Ibarra y otro en la ciudad de Santa Elena, los cuales han permitido que, desde sus propias voces, las mujeres afro ecuatorianas presenten y aborden temas cruciales como la desigualdad, la falta de acceso a bienes y servicios, la falta de oportunidades para las personas afro ecuatorianas (ONU mujeres, 2023).

Prejuicios

Los prejuicios juegan un papel fundamental en la creación y preservación de desigualdades raciales. Debemos profundizar como influyen en actitudes y comportamiento discriminatorio y abordarlo de manera efectiva para promover igualdad e inclusión.

Es muy importante analizar como estos estereotipos se internalizan y afectan las actitudes individuales, pero debemos fomentar las interacciones entre grupos con características diferentes para poder demostrar si el prejuicio racial aumenta o se reduce y poder aplicar estrategias para cambiar las actitudes del individuo y de la sociedad.

Según estudios realizados desde la Psicología Social, se indica que la discriminación es la traducción de actos de prejuicios. Comportamientos discriminantes y negativos que están relacionados a condiciones sociales, psicológicas, estatus y posición de poder.

Un estudio realizado por Fein y Spencer (1997) demuestra que un fracaso personal que amenace la autoestima, tiende a que el individuo estigmatice a otros; con el fin de reparar la imagen de sí mismo.

Para Guimond y Dambrun (2002) los privilegios sociales y económicos de pequeños grupos conducen a que estos adopten prejuicios y estigma a miembros de grupos pocos favorecidos.

Autoestima

La autoestima es considerada como el concepto que tiene una persona de sí misma o lo que cree que las demás personas piensan de ella. En la actualidad muchos autores han dado su definición, las cuales se determinan desde el punto de vista de cada uno de ellos. Ramos (2016) define a la autoestima como el valor que una persona se otorga a sí misma, constituyéndose en el componente evaluativo del autoconocimiento. De esta manera una alta autoestima se refiere a una evaluación altamente favorable del Yo y una baja autoestima se refiere a una definición desfavorable del Yo.

Para Pérez (2019) la autoestima es calificada como la apreciación que las personas, se forja de sí mismo, que le permite considerarse competente para enfrentar los desafíos de la vida y satisfacer sus necesidades.

De esta manera, los antecedentes que se han registrado en cuanto a la afectación de la autoestima de las mujeres afrodescendientes tienen el mismo matiz en todos los países de América Latina, como lo manifiesta (Díaz et al., 2014) estas afectaciones han cultivado en las comunidades afrodescendientes sentimientos de baja autoestima, vulnerabilidad y aceptación del maltrato injustificado.

Por su parte, Preste (2019) explica que existe muchas formas o mecanismo de controlar o tener bajo su mando a las personas, una de ellas es agrediendo la autoestima. De esta forma, agredir se convierte en un elemento intenso de supresión de poder

Para las mujeres afrodescendientes, una de las formas de mitigar las tristezas y alimentar su espiritualidad que levanta su autoestima es el canto y el folclor; que, representa la más viva expresión de su cultura.

En este sentido, Valencia y Agudelo (2022) manifiesta que:

La espiritualidad afrodescendiente son las composiciones en canticos, los ritmos particulares y propios del pueblo negro, definidos como arrullos, las cuales han sido utilizadas en las manifestaciones religiosas, en la devoción a los santos y a los difuntos, y se constituye como un ejemplo de inculturación y apropiación autóctona.

Sin embargo, tenemos que diferenciar los efectos que origina la discriminación étnico-racial sobre la autoestima colectiva e individual: en la autoestima personal origina un efecto positivo leve y en la colectiva origina un efecto positivo de forma moderada.

La estigmatización y los calificativos con tonos peyorativos han incidido sin duda en la afectación de la autoestima de las mujeres afrodescendientes, tanto así que se las ignora como personas integrales dotadas de subjetividades complejas y capacidad intelectual.

Todo eso contribuye a restringir sus posibilidades de desarrollo individual y colectivo, encerrándolas en roles que responden directamente a estos estereotipos, como cocineras, sirvientas, bailarinas” (CEPAL, 2018, pág. 52).

Bienestar Psicológico.

Según Ferrer (2020) el concepto de Bienestar Psicológico (BP) surgió en los Estados Unidos en el siglo XX a partir del interés del progreso de las sociedades industrializadas como de las condiciones de vida.

Para Silvera y otros (2020) definen el Bienestar Psicológico como un modelo de funcionamiento positivo, combinado por el desarrollo de las capacidades propias y el desarrollo personal. Con este mismo criterio

Hablar de bienestar psicológico en mujeres afrodescendiente que sufren discriminación racial es muy complejo y multifacético. Pueden tener efectos muy significativos en la salud mental y emocional de las personas y las mujeres afrodescendiente no son la excepción.

La discriminación racial al causar estrés crónico, ansiedad, depresión y otra gama de problemas emocionales con efectos negativos en la salud física pueden generar riesgos de enfermedades cardiovasculares, diabetes y otros problemas de salud.

A pesar de los desafíos, las mujeres afrodescendientes desarrollan estrategias para afrontar la discriminación, también demuestra una notable resiliencia y fortaleza que les ayuda a encontrar manera para superar la adversidad, apoyo mutuo y trabajo con su comunidad para crear cambios positivos.

La discriminación racial no solo debe decaer en las mujeres afrodescendiente sino también en toda la sociedad, generando acceso a servicio de salud mental, tener profesionales que comprendan las experiencias únicas de discriminación, generar políticas y cambios sociales que promuevan la igualdad y equidad, creando un entorno que pueda tener un impacto positivo en el bienestar psicológico de las personas sin importar su origen étnico o racial.

Marco Metodológico

. La investigación se enmarca dentro del paradigma del enfoque mixto, tanto cuantitativo como cualitativamente, puesto que se va a recolectar información con datos cuantitativos y cualitativos, lo que permitirá tener una visión más clara del fenómeno en estudio.

El método cuantitativo se utilizará para agrupar los datos obtenidos y efectuar el respectivo análisis estadísticos de la aplicación de los test de Rosemberg y Ryff; mientras que el método Cualitativo, se utilizará para obtener datos de manera puntual a través de la entrevista y de los cuestionario, la que permitirá definir los diferentes tipos de discriminación racial que inciden en la autoestima y bienestar psicológico de las mujeres afrodescendiente de la Organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio.

La investigación tiene un alcance descriptivo, porque lo que se aspira buscar, es la exposición y descripción de los aspectos presentes en un determinado grupo de personas.

La modalidad de la investigación es documental y de campo: documental, porque se realizará una búsqueda integral en varias fuentes como: libros, revistas, trabajos de investigación artículos científicos entre otras; de campo porque la recolección de los datos se lo realizará directamente de los sujetos investigados, sin manipular o controlar ninguna variable.

La investigación se encuadra dentro de un tipo de estudio descriptivo-correlacional de tipo transversal. En este tipo de estudio se escogen determinados problemas o variables para ser estudiados, y se realizan mediciones cada una independiente de la otra, con el único propósito de describir y especificar cada una de las características y propiedades significativas de los elementos o variables que intervienen en el estudio, tal como se presentan en la realidad. La investigación correlacional es un tipo de método de investigación no experimental en el cual un investigador mide dos variables. Entiende y evalúa la relación estadística entre ellas sin influencia de ninguna variable extraña.

Las variables a medir serian:

Variable Independiente:

Discriminación racial

Variable Dependiente:

autoestima y el bienestar psicológico

Contexto

El contexto donde se desarrollará la investigación será específicamente en el cantón Lago Agrio, cuyos datos serán obtenidos de las mujeres afrodescendientes de la Organización “Nueva Esperanza” del Cantón Lago Agrio.

Población y muestra

La población estará conformada por las mujeres afrodescendientes que forman parte de la Organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio.

La organización tiene 45 integrantes, todas son personas de origen afrodescendiente que han sufrido discriminación racial en algún momento.

Para la muestra, se trabajará con la misma población, puesto que ésta es muy pequeña.

Tabla 1

Población y muestra

Población	muestra
45	45

Elaborado por: Digna Isabel Tenorio Micolta

Crterios de exclusión:

Se excluyen las mujeres afrodescendientes que no forman parte de la organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio.

Inclusión:

Se incluyen todas las mujeres afrodescendientes que forman parte de la Organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio.

Instrumentos.

Para la recolección de la información se utilizará los siguientes instrumentos:

Se aplicará un cuestionario de evaluación, a las mujeres afrodescendientes que forman parte de la Organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio, lo que nos permitirá conocer los tipos de discriminación

Se aplicará una Guía de entrevista para conocer los problemas de salud mental que se presentan en ellos.

Además, se utilizará el test de la escala de autoestima de Rosemberg y test de la escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff autoestima y su bienestar psicológico, para relacionar la discriminación racial con la autoestima y el bienestar psicológico, de las mujeres afrodescendientes.

Procedimiento

Los instrumentos que se utilizarán serán: una guía de entrevista que permitirá conocer de manera directa los problemas de salud, y las afectaciones que han sufrido en su autoestima, la cual será aplicada en forma directa a cada una de las mujeres de la muestra del estudio, lo que nos permitirá tener datos de forma confiable y veraz; cuestionario, para la aplicación de la encuesta, la cual se la realizará en forma directa a cada una de las personas que forman parte de la Organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio, lo que nos permitirá conocer los diferentes tipos de discriminación a la que han sido sometidas..

Finalmente, se aplicará el test de la escala de autoestima de Rosemberg y test de la escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff autoestima y su bienestar psicológico para confirmar la relación que existe entre estas dos variables.

En investigación la entrevista sirve para obtener información más detalladas que no puede obtenerse con observaciones o encuestas. Permiten explorar experiencias personales, percepciones y emociones de las mujeres entrevistadas

Al aplicar la escala de autoestima de Rosemberg que es una herramienta psicométrica diseñada para medir la autoestima de una persona, su evaluación subjetiva y autoimagen en nuestra investigación podemos definir las siguientes cualidades: En validez y confiabilidad debe tener una escala de 0.75 de 1.00; equivalente a una validez moderada y de confiabilidad segura, ya que evaluamos la autovaloración y auto aceptación.

Al contener 10 afirmaciones sobre la autoevaluación contestando de acuerdo o desacuerdo en cada pregunta, entre más alto la suma del puntaje la autoestima es más positiva. Si es bajo podemos sugerir un análisis, tomando en cuenta que esta escala es una herramienta donde debemos interpretar el contexto de la evaluación más amplio y no ser utilizado como un único diagnóstico de evaluación.

También aplicar la escala de bienestar psicológico de Carol Ryff, este instrumento contribuirá a comprender la calidad de vida psicológica y bienestar general de una persona desde una perspectiva positiva y holística. Se suman los puntajes para cada dimensión, reflejando el bienestar psicológico general y el de mayor índice de acuerdo a la dimensión específica. Esto nos ayudara a nosotros como profesional de la Psicología comprender y trabajar en áreas específicas para mejorar la calidad de vida de las mujeres afrodescendiente.

Análisis de datos

El análisis de datos consiste en conocer la forma de como analizarlo y las herramientas de análisis más adecuadas para éste propósito, para lo cual se utilizará la estadística descriptiva y la triangulación teórica.

El análisis de los datos obtenidos mediante la aplicación del cuestionario a las mujeres afrodescendientes, se lo realizará de manera porcentual, cuyas tablas y gráficos

estadísticos se harán en función de las variables de la investigación. En el caso, de la entrevista, se realizará una matriz textual, donde se transcribirá de manera irrefutable la información aportada por las mujeres entrevistadas.

los datos obtenidos de la recolección serán exportados y procesados a través del programa estadístico SPSS.

Para los efectos de la investigación propuesta se aplicará la triangulación teórica mediante la perspectiva de tres autores con elementos coincidentes con los resultados que se obtengan y las divergencias con los datos derivados de la aplicación de la entrevista más el cuestionario.

Ficha Técnica de los instrumentos

La discriminación racial y su incidencia en la autoestima y el bienestar psicológico, es el problema objeto de investigación, para lo cual se ha diseñado un cuestionario, una guía de observación, un test con 10 ítems de Escala de Autoestima de Rosemberg y un test de Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, los cuales se enuncian a continuación.

Guía de entrevista

1. ¿Qué tipo de discriminación racial ha experimentado en el transcurso de tu vida?
2. ¿Cómo te ha afectado la discriminación racial que has experimentado?
3. ¿Cómo te has sentido cuando ha sido víctima de prejuicios por ser afrodescendiente?
4. ¿Cómo has reaccionado, cuando has presenciado discriminación racial hacia otra persona de tu comunidad?
5. ¿Las experiencias de discriminación racial le han causado daño mental o emocional en su vida?
6. ¿Qué tipo de apoyo o recursos le han brindado las autoridades, para enfrentar la discriminación racial?
7. ¿De qué manera afecta a tu bienestar, el acceso restringido a los servicios de salud, de educación, oportunidad laboral y otros aspectos importantes de tu vida

8. ¿En la comunidad a la que pertenece han realizado actividades o iniciativas que aborden la discriminación racial, como mecanismo que permitan promover igualdad de derechos?
9. ¿La desigualdad de oportunidades le ha causado algún tipo de malestar que haya afectado su salud?
10. ¿La discriminación racial le ha causado alguna vez sufrir de ansiedad e hipervigilancia?

Cuestionario de encuesta.

1. ¿Según su criterio la discriminación limita o niega derechos y libertades fundamentales a las personas afrodescendientes, generando desigualdades sociales, exclusión social y marginación?
 - Si
 - No
2. ¿Has experimentado algún tipo de discriminación racial en la comunidad donde vive?
 - Si
 - No
3. ¿En qué lugar has experimentado discriminación racial hacia tu persona?
 - En el trabajo
 - En centros educativos
 - En servicios médicos
 - En los comercios
 - Otros. (cuales)
4. ¿Alguna vez has sido víctima de insulto por ser mujer afrodescendiente?
 - Si
 - No

5. ¿En su lugar de trabajo, alguna vez ha sido víctima de hostigamiento racial que involucra conductas indebidas y ofensivas con respecto a la raza?

- Si
- No

6. ¿La discriminación racial a la que ha sido expuesta, ha afectado tu bienestar personal y tu calidad de vida?

- Si
- No

7. ¿Han recibido apoyo de instituciones u organizaciones, que le hayan ayudado de manera eficaz a enfrentar la discriminación racial?

- Si
- No

8. ¿Has participado en actividades o iniciativas para afrontar discriminación racial?

- Si
- No

9. ¿Ha presenciado, actitudes de desprecio, rechazo e intolerancia hacia las mujeres afrodescendiente a causa de su origen racial o étnico?

- Si
- No

10. ¿Desde tu punto, ¿cuáles serían los principales desafíos que deben enfrentar las mujeres afrodescendientes con relación a la discriminación racial?

- Acceso a un empleo seguro
- Acceder a una educación de calidad
- Atención médica adecuada
- Acceso a vivienda digna
- otros

Escala de Autoestima de Rosemberg

Test

- Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás
- Estoy convencido de que tengo cualidades buenas
- Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente
- Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a
- En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a
- Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a
- GEn general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a
- Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo
- Hay veces que realmente pienso que soy un inútil
- A veces creo que no soy buena persona

Escala de Bienestar Psicológico de Ryff

- Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento cómo me han resultado las cosas
- Siento que mis amistades me aportan muchas cosas
- No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente
- En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo
- Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general
- Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla
- Reconozco que tengo defectos
- Reconozco que tengo virtudes
- Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad

- Sostengo mis decisiones hasta el final
- En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo
- Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo
- Puedo confiar en mis amigos
- Cuando cumpla una meta, me planteo otra
- Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí
- Mis relaciones amicales son duraderas
- Si tuviera la oportunidad, hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría
- Comprendo con facilidad como la gente se siente
- Me adapto con facilidad a circunstancias nuevas o difíciles
- Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí
- Considero que hasta ahora no hay mejoras en mi vida
- Tengo objetivos planteados a corto y largo plazo.
- Me parece que la mayor parte de las personas tienen más amigos que yo
- Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona
- En general, me siento orgulloso de quién soy y la vida que llevo
- Siento que soy víctima de las circunstancias
- Me juzgo por lo que yo creo que es importante, no por los valores que otros tienen
- Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro
- Tengo la capacidad de construir mi propio destino
- Pienso que es importante tener nuevas experiencias que desafíen lo que uno piensa sobre sí mismo y sobre el mundo
- Mis amigos pueden confiar en mí
- En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo

- Tomo acciones ante las metas que me planteo
- Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad
- Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida
- Soy bastante bueno manejando muchas de mis responsabilidades en la vida diaria
- Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento
- Es importante tener amigos
- He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto

Planificación de actividades

Las actividades por realizar se orientan al cumplimiento de los objetivos específicos planteados, para lo cual se detallan las siguientes:

Tabla 2

Planificación de actividades

Objetivos específicos	Actividades	Fecha inicio	Fecha Fin
1. Indagar qué prácticas de discriminación racial generan mayor incidencia en la autoestima de las mujeres afro descendientes, de la organización "Nueva Esperanza" del Cantón Lago Agrio, con el fin de comprender y abordar la problemática de manera efectiva.	1. Establecer con precisión, el número de mujeres afro descendientes, de donde se van a obtener la información	20 de agosto	25 de agosto
	2. Establecer las técnicas y los procedimientos que se empleará para recoger la información	26 de agosto	27 de agosto
	3. Elaboración de los instrumentos a aplicarse a la población definida	28 de agosto	30 de agosto
	3. Elaboración de un cronograma	31 de agosto	1 de septiembre

2.Plantear propuestas de intervención que contribuyan a mejorar el bienestar psicológico, de las mujeres afro descendientes, de la organización "Nueva Esperanza" y de esta forma erradicar todo tipo de prácticas de discriminación racial, promoviendo la tolerancia y el respeto mutuo.	para la aplicación de los instrumentos		
	4. Aplicación del instrumento		
	5. análisis de los resultados	4 de septiembre	8 de septiembre
	1.Elaboración de la propuesta.	12 de septiembre	15 de septiembre
	2. Socialización de la propuesta con las autoridades, para su respectiva aprobación	15 de septiembre	18 de septiembre
	3.Aplicación de la propuesta	28 de septiembre	22 de octubre

Elaborador por: Digna Isabel Tenorio Micolta

Reflexividad del investigador

En calidad de investigador del problema que se presenta en las mujeres afrodescendientes, hubo la necesidad de tener mayor acercamiento con las personas involucradas en la investigación, para conocer detalladamente las formas de violencias discriminatorias a la que son objeto, y examinar de forma más critica los efectos que se producen en la salud física y psicológica.

Desde el primer momento de la investigación, se mantuvo un acercamiento con cada una de ellas, que permitió el involucramiento y conocer las actividades que ejecutan y de esta manera poder efectuar los ítems apegados a la realidad.

Como parte de la investigación se hizo hincapiés a las mujeres afrodescendientes, sobre la forma de erradicar la discriminación racial, incitándola a buscar soluciones al maltrato, especialmente al doméstico, para lo cual se le incentiva a que asistan a talleres de concientización en su comunidad.

Este estudio permitirá abrir las puertas para que las mujeres afrodescendientes conozcan sus derechos estipulados en la Constitución y luchan por reivindicar cada uno de ellos y hagan escuchar su voz de protesta ante el maltrato a la que son sometidos

Consideraciones Éticas

Como investigador de un problema social, la manera de llevar adelante la investigación gozará de respeto y consideración a cada uno de los participantes, donde se respetará su libre participación en la investigación, en el consentimiento informado de ellos, en el manejo de los datos, en la comunicación que se entable, siendo muy respetuoso de las respuesta que den a cada una de las preguntas, lo que contribuirá a obtener datos de forma sincera y válidos y poder realizar una propuesta de intervención que les permita poner un pare a la discriminación a la que sometida.

En este sentido la parte ética del investigador juega un papel muy importante para obtener datos confiables y fidedigno, donde la cooperación de los participantes y el apoyo del investigador es muy necesaria para llevar adelante la investigación.

Viabilidad

Este estudio, es factible de llevarlo a la práctica, puesto que se cuenta con todos los recursos necesarios para su realización.

Como primer paso, el acceso al grupo de estudio es viable, pues se han realizado conversaciones con los dirigentes de las mujeres afrodescendientes y con cada una de ellas, estando dispuesta a colaborar en la investigación

En el sentido de tutoría, se cuenta con el apoyo de un tutor, quien guiara el proceso de la investigación en todas sus fases.

En el ámbito económico, se cuenta con los recursos necesarios para la implementación de la investigación, pues no requiere de inversión grande, puesto que lo que se necesita serán recursos materiales de oficinas compuesto por hojas, Xerox copias, lápices, borrador. Así mismo se cuenta con el lugar apropiado para realizar adecuadamente el trabajo de campo.

Su viabilidad respecto al tiempo es positiva, puesto que la investigadora cuenta con todo el tiempo necesario para llevar a cabo la investigación, sin ningún contratiempo.

Respecto a las dificultades o limitaciones que se pueden presentar, sería la baja escolaridad que pueden tener algunas de las mujeres afrodescendientes, a quienes se le dificultaría la interpretación de las preguntas y una efectiva respuesta. Ante esta situación la investigadora deberá poner mayor atención a las personas con esta dificultad y estar pendiente en todo momento de ellas, para brindarle la ayuda necesaria para obtener los mejores resultados.

Validez y confiabilidad de los instrumentos.

En la presente investigación se utilizará la validez de contenido, lo que permitirá determinar si los ítems e instrumentos a aplicarse son definidos en base al universo de contenido y de la particularidad o rasgo que se quiere medir

La validez de contenido se encuentra profundamente ligado a la organización del cuestionario y de los ítems precisos y ajustados a los propósitos y a los contenidos del marco teórico de la investigación.

Una vez seleccionados los ítems, y elaborados los instrumentos, deben ser validado por un grupo de expertos, los cuales deben ser en número impar, regularmente por tres personas, quienes estudiarán los ítems y certificarán, que las preguntas realizadas, son claras y tienen relación con el trabajo que se está ejecutando.

Se tiene que tomar en cuenta que, la validez de contenido no se debe enunciar cuantitativamente, puesto que este procedimiento es una cuestión de reflexión, cuya estimación se la realiza de manera subjetiva empleando, prácticamente, el denominado Juicio de Expertos, que permitirá realizar estimaciones razonablemente genuinas de los ítems programados para realizar la investigación. A los efectos de realizar la validez de contenido, se considerarán tres expertos en la temática, quienes evaluarán la pertinencia de los ítems con los indicadores, con las dimensiones, variable y objetivos; así mismo se le solicitará la revisión de redacción de los ítems y el aporte que puedan hacer para la estructuración del cuestionario.

Para la validez del test de Ryff, se utilizará la misma validez de contenido que se utilizó para los otros instrumentos, a través del llamado juicio de expertos.

Confiabilidad

Antes de iniciar el trabajo de campo, es indispensable comprobar el cuestionario sobre un pequeño grupo de la población que no formará parte de la muestra seleccionada, pero con las mismas características, para lo cual se seleccionarán diez personas que no formarán parte de la muestra. Esta prueba piloto ha de garantizar las mismas condiciones de realización que el trabajo de campo real. De esta manera se estimará la confiabilidad del cuestionario.

En este orden de ideas, la confiabilidad del instrumento se determinará aplicando la fórmula del coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach, cuya fórmula es:

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum S^2 p}{S^2 t} \right)$$

Dónde:

Alfa= Coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach

K= número de ítems del instrumento

Si= Varianza para cada ítem

St= Varianza total

Para interpretar los resultados de la aplicación del índice de confiabilidad el cual oscila entre los valores (0 y 1), se seguirá el baremo de interpretación que se presenta a continuación

Tabla 3

Baremo para la interpretación de la confiabilidad

Baremo	Interpretación
0,01 – 0,20	Muy Baja
0,21 – 0,40	Baja
0,41 – 0,60	Moderada

La confiabilidad de la escala de Riff se la realizará mediante el test- re- test, siendo una manera de demostrar la precisión, donde los sujetos responden dos veces el mismo test, dejando entre las dos veces un intervalo de tiempo, de forma que tiene que existir un intervalo de tiempo superior entre la aplicación de los reactivos. Las dos veces deben aportar los mismos resultados.

La fiabilidad y validez de esta escala mantiene elevados puntajes tanto en la versión adaptada al español ($\alpha = .899$) como en la versión original ($\alpha = .833$). Mantienen una estructura compuesta por seis factores estudiada y confirmada con un análisis factorial confirmatorio.

Propuesta de intervención en Psicología Clínica

La presente propuesta de intervención se sustentará en la promoción y prevención, mediante talleres de sensibilización, con temáticas en derechos y autoestima (autoconocimiento y autoconcepto), con el objetivo de alcanzar el goce de un mejor bienestar psicológico; por lo tanto, la presente propuesta de intervención está diseñada y desarrollada para un grupo de 45 mujeres afrodescendientes pertenecientes a la organización “Nueva Esperanza” domiciliada en la provincia de Sucumbíos, cantón Lago Agrio, la misma que no cuenta con una sede propia de reuniones, por lo que es necesario mencionar que sus asambleas las realizan en diferentes lugares.

Fundamentación

En investigaciones previas, según el aporte que realiza Pineda (2020) la discriminación racial, específicamente aquella dirigida contra la población afrodescendiente no es un fenómeno inédito, circunstancial o discursivo; por el contrario, posee un carácter estructural, reproducido y ejercido a través de la desatención, la omisión y la invisibilización de manera formal por el Estado, pero también de manera informal por la población en general. Es por ello que la discriminación se constituye en el factor que más incide en la autoestima de la mujer afrodescendiente, ya que las acciones discriminatorias impactan directamente en

la psiquis del ser humano y; sin duda, son las mujeres afrodescendientes quienes han sentido en carne propia estas actitudes hirientes; por su situación de género y su color de piel.

Por todo lo antes citado la presente propuesta de intervención tiene como objetivo, disminuir el impacto de la discriminación en la autoestima y bienestar psicológico de las mujeres afrodescendientes organización “Nueva Esperanza”.

Objetivos de la intervención:

Mejorar la autoestima y el bienestar psicológico, de las mujeres afro descendientes, de la organización “Nueva Esperanza”, promoviendo conductas de tolerancia y respeto mutuo.

Población objetivo

La presente propuesta de intervención será aplicada a 45 mujeres afrodescendientes de la organización “Nueva Esperanza”.

Descripción detallada del procedimiento y las actividades planificadas:

Evaluación Inicial.

Se aplicará los instrumentos inicialmente a las mujeres afrodescendientes, de la organización “Nueva Esperanza” para lo cual se ha diseñado un cuestionario, una guía de observación, un test con 10 ítems de Escala de Autoestima de Rossemberg y un test de Escala de Bienestar Psicológico de Ryff.

Los resultados obtenidos con la aplicación de estos instrumentos de evaluación permitirán determinar los puntos críticos y el nivel de afectación, los cuales son el punto de partida, donde se fundamentarán las distintas actividades a desarrollar en la presente propuesta de intervención.

Enfoque Teórico Cognitivo-Conductual.

Para fortalecer la autoestima de las mujeres afrodescendientes de la organización “Nueva Esperanza”, su abordaje se enmarcará en el enfoque Teórico Cognitivo-Conductual, mediante la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC).

Los talleres se centrarán en la sensibilización y modificación de los patrones conductuales que influyen en el bienestar psicológico.

Se empleará técnicas de reestructuración cognitivo conductual para el desarrollo nuevas habilidades sociales, que contribuyan al bienestar psicológico de la población de estudio.

Modelo Socio-ecológico

En la presente propuesta también emplearemos el modelo de intervención socio-ecológico de Urie Bronfenbrenner (1974). Para determina las formas de discriminación racial hacia las mujeres afrodescendientes, de tal forma que permita entender el desarrollo del ser humano desde su sistema ecológico integral. Es decir, considerando los 6 niveles de intervención: (Intrapersonal, Interpersonal, Social, Cultural, Organizacional, Políticas públicas y el medio Ambiente).

Integración de Estrategias.

A través de la praxis social, se promoverá la transversalidad Enfoque Teórico - Terapia Cognitivo-Conductual y Modelo Socio-Ecológico; logrando de esta manera alcanzar en la población a intervenir; mejorar su autoestima y gozar un mejor de bienestar psicológico.

Seguimiento y Evaluación.

Se propone evaluar el proceso periódicamente, con el fin de medir los resultados alcanzado o a su vez realizar los respectivos reajustes en la propuesta de intervención de tal manera que se logre mejorar la autoestima y bienestar psicológico de las mujeres afrodescendientes.

Duración y Flexibilidad.

Las intervenciones se realizarán por un periodo de 6 meses, con talleres grupales que se llevarán a cabo cada 15 días. Se considera evaluar el proceso para ir identificando si se evidencia las respectivas modificaciones en los patrones comportamentales de la relación de las mujeres afrodescendiente con su entorno y en caso de prevalecer los mismos, poder realizar a tiempo los reajustes necesarios.

Recursos necesarios para implementar la intervención:

Espacio Físico: Al no contar la organización con un espacio físico de reuniones, como responsables del proyecto se gestionará oportunamente un espacio físico para el desarrollo de los encuentros grupales.

Recursos de Apoyo: los materiales de apoyo tales como: (marcadores, hojas de papel bond, copias de los test, copias de cuestionarios y fichas de observación, etc.). serán gestionados ante la Unidad de Acción Social del GAD de Lago Agrio, mediante solicitud realizada por el responsable de proyecto.

Recurso humano: Se solicitará al Distrito de salud 21d02 de Sucumbíos el apoyo de un profesional en el área de Psicología clínica.

Tiempo y Programación: se plantea realizar una planificación flexible en cuanto a: (fechas y horarios), para el desarrollo de los talleres de intervenciones grupales, por el lapso de 6 meses y se sugiere con encuentros presenciales cada 15 días.

Transporte y Accesibilidad: Se gestionará en la Unidad de Acción Social del GAD de Lago Agrio un vehículo para el transporte de los participantes, así como también el acceso a internet para la conectividad vía ZOOM, en ocasiones que sea necesario, para evitar la deserción de los talleres de intervenciones grupales.

Comunicación y Material de Promoción

Para el proceso de promoción y prevención se elaborarán folletos, Spots publicitarios, presentaciones didácticas, etc. con contenido relevante, que permitan motivar a las mujeres afrodescendientes de la organización “Nueva Esperanza”, modificando aquellos patrones sociales comportamentales, para que puedan gozar de un mejor bienestar emocional y psicológico en cada uno de los contextos en los que se desenvuelven.

Plan de evaluación de la efectividad de la intervención:

Inicialmente se administrarán: 1 cuestionario, ficha de observación y 2 reactivos psicológicos estandarizados de autoestima y bienestar psicológico a las 45 mujeres afrodescendientes integrantes de la organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio, provincia de Sucumbíos.

Posteriormente, cada dos meses, se aplicarán algunos instrumentos de evaluación como: registro de actividades, aplicación de reactivos etc. para medir los avances del proceso de intervención.

Luego, mediante la implementación de un análisis estadístico realizar comparaciones de los últimos resultados obtenidos al inicio del proceso de intervención y compararlos con los actuales para evidenciar cualitativa y cuantitativamente los logros

alcanzados en el proceso de intervención, permitiendo de esta forma ir fortaleciendo el proceso.

Este proceso se lo repetirá 3 veces durante los 6 meses con la finalidad de elaborar un informe final y evaluar si tuvo efecto o no el proceso de intervención y a su vez socializar los resultados obtenidos con la población beneficiaria, para en conjunto poder evaluar los resultados y de haber logrado el objetivo dar por cerrado el proceso de intervención grupal psicoterapéutica.

Viabilidad:

La presente propuesta de intervención es factible, ya que como responsable de que esta propuesta se cumpla en tiempo y espacio se deberá asumir la responsabilidad de gestionar oportunamente los recursos financieros, logística, promoción, prevención, comunicación y tiempos, recurso humano, espacio físico, etc.

Resultados esperados

Luego de la aplicación de los instrumentos, y de la ejecución de actividades previstas para esta investigación se espera encontrar los siguientes resultados en base a los objetivos específicos propuestos:

Objetivo 1. Indagar qué prácticas de discriminación racial generan mayor incidencia en la autoestima de las mujeres afro descendientes de la organización “Nueva Esperanza” del cantón Lago Agrio, con el fin de comprender y abordar la problemática de manera efectiva.

Se espera conocer las prácticas de discriminación racial a lo que son expuesta las mujeres afrodescendientes y que tienen mayor incidencia en su autoestima, lo que permitirá tener un diagnóstico, para poder realizar una intervención y apalear en algo los efectos que se derivan de los actos ilegales de discriminación.

Objetivo 2. Plantear propuestas de intervención que contribuyan a mejorar el bienestar psicológico, de las mujeres afro descendientes, de la organización “Nueva Esperanza”.

Con la propuesta se espera mejorar la calidad de vida de las mujeres afrodescendiente, apaleando esta imperfección social del racismo y las conductas racistas, inculcando valores como solidaridad, igualdad, amistad, tolerancia, respeto, etc. para que aprendan a convivir en armonía y de esta manera mitigar las consecuencias psicológicas que originan prejuicios en la personalidad de las mujeres afrodescendientes

Discusión de resultados

Los posibles resultados a obtenerse en la investigación, se relacionan directamente con la discriminación racial, de la cual son objeto las mujeres afrodescendientes, donde se observa la desigualdad de oportunidades en su vida social, sin embargo, se estima que la mayor discriminación se da en el ámbito laboral, donde se observa la violación clara a sus derechos, sin un salario digno, maltratada por sus empleadores, sin estabilidad laboral y sin servicio de seguridad social que garantice su jubilación en su etapa de la vejez.

Estos posibles resultados tienen gran afinidad con lo expuesto por (Posso, 2008), quien en su investigación afirma que las mujeres afrodescendientes se han convertido en seres vulnerables frente a determinadas condiciones laborales y aceptar en silencio agresiones constantes por parte de sus empleadores.

De la misma forma, las investigaciones realizadas por la (CEPAL, 2016), concluyen, que más allá de la mayor carga de trabajo doméstico y de cuidados a la que son sometidas las mujeres afrodescendientes, tiene como otros efectos el trabajo precario e informal, la discriminación salarial, las desigualdades en el acceso y en la inestabilidad en el empleo y en el uso y control de los recursos, la desprotección social, las diferencias en las filiaciones a sistemas de pensiones y a la protección social.

Otro posible resultado y que está directamente relacionada con la realidad en la que se desenvuelven las mujeres afrodescendientes, son los efectos de las agresiones en contra de las mujeres afrodescendientes, que tienen repercusiones negativas en la vida de estas personas, lo que impacta en su salud física y mental, afectando el desarrollo de su

personalidad y comportamiento, convirtiéndola en muchos casos en personas de comportamientos sumisos, incidiendo en la baja autoestima y calidad de vida, llegando al punto que este tipo de violencia se la ve como algo natural, donde se discrimina y se menosprecia por la condición de ser mujer afrodescendiente.

Estos resultados esperados concuerda con lo manifestado por (Díaz Cárdenas, Arrieta Vergarab, & González Martínezc, 2014), quienes manifiestan que la afectación de la autoestima de las mujeres afrodescendientes tienen el mismo matiz en todos los países de América Latina, generando sentimientos de baja autoestima, vulnerabilidad y aceptación del maltrato injustificado.

De la misma manera, los resultados esperados tienen una estrecha relación con los del estudio realizado por Medina, M, Borges GG, Lara C. (2005), quienes concluyen que el impacto que origina la discriminación racial en la salud mental de las mujeres, presenta consecuencias devastadoras, como elevada incidencia de tensión nerviosa, ataques de pánico, trastornos del sueño, alcoholismo, abuso de drogas, baja autoestima, trastorno por estrés postraumático y depresión.

Conclusiones

Luego de realizar la discusión de los posibles resultados a obtener y con fundamentación en investigaciones realizadas, es posible llegar a las siguientes conclusiones:

1. La situación actual en la que se desenvuelven las mujeres afrodescendientes indican que padecen distintos tipos de discriminación, principalmente en el ámbito laboral, con salarios bajos y, en muchas ocasiones, condiciones de trabajo inestables y precarias, lo que origina que este grupo de mujeres se desenvuelvan en condiciones de extrema pobreza y marginalidad.

2. La violencia contra las mujeres afrodescendientes, tienen una serie de implicaciones sociales, originando secuelas psicológicas, exclusión social y marginación, la cual es difícil de superar, a pesar de los avances observados en los últimos años en política de igualdad, aún persisten profundas desigualdades frente a otros grupos sociales.

3. La marginación racial afecta la autoestima de las personas que las padecen, haciéndolas creer que son menos útiles que los demás, disminuyendo las oportunidades de desarrollar sus capacidades y potencialidades, lo que conlleva al deterioro de sus condiciones de vida, pobreza, violencia, limitación o negativa de sus derechos humanos.

Recomendaciones

1. Se debe brindar servicios de apoyo psicosocial de manera accesible y culturalmente competente para que las mujeres afrodescendientes comprendan el tipo de estrés que afrontan en el trabajo y conozcan la forma de superarlo, y de esta manera ninguna mujer afrodescendiente sea discriminada en el empleo y buscar solución a las elevadas tasas de desempleo y los salarios desmedidamente bajos.

2. Se debe generar campañas de sensibilización que aborden de manera sistemática la discriminación racial y fomenten la igualdad de oportunidades para todas las personas, sin distinción de su origen étnico o racial, así como programas educativos que permita fomentar la conciencia sobre la discriminación racial y su impacto en la sociedad, para lo cual es necesario que se promueva la formación profesional de aquellas mujeres, con miras a aumentar las oportunidades de empleo y brindar ayuda para su subsistencia y capacitación.

3. Es de vital importancia eliminar o reducir la discriminación racial para construir una sociedad justa, equitativa e inclusiva y promover la igualdad de oportunidades, para lo cual se debe incorporar a las mujeres afrodescendientes en capacitaciones sobre derechos humanos, programas de identidad cultural, participación activa, autoestima para que conozcan sus derechos y poder mitigar el impacto de la discriminación racial, garantizando el respeto a la igualdad de derecho de todas las personas.

Referencias

- Antón, J. (2003). Apuntes sobre la historia de los afrodescendientes en el Ecuador. Documento elaborado para el Diagnóstico de la problemática Afroecuatoriana y Propuesta de Acciones Prioritarias. Cooperación Técnica BID ATN/SF-7759. Ecuador. http://www.siise.gob.ec/siiseweb/PageWebs/pubsis/pubsis_F019.pdf
- Centro Psicológico Madrid (2022). ¿Cómo afrontar la discriminación sin que afecte tu autoestima? <https://www.psicologiamadrid.es/>
- Posso, J. (2008). *MECANISMOS DE DISCRIMINACIÓN ÉTNICO-RACIAL, CLASE SOCIAL Y GÉNERO: LA INSERCIÓN LABORAL DE MUJERES NEGRAS EN EL SERVICIO DOMÉSTICO DE CALI*. Cali. Obtenido de <https://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/ar/libros/clacso/crop/zabala/11posso.pdf>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2018). *Mujeres afrodescendientes en América Latina y el Caribe, Deudas de Igualdad*. Santiago.
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (Julio de 2018). www.cepal.org/es/suscripciones. Obtenido de <https://www.cepal.org/es/publicaciones/43746-mujeres-afrodescendientes-america-latina-caribe-deudas-igualdad>
- Comisión Económica Comisión Económica Comisión Económica CEPAL. (Enero de 2021). [www-cepal.org.com](http://www.cepal.org.com). Obtenido de https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/46620/S2000729_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Consejo de Regulación y Desarrollo de la Información y Comunicación CORDICOM. (2017). <https://www.flacsoandes.edu.ec>. Obtenido de <https://biblio.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/56758.pdf>
- García Corredor, L. (2012). *(Des) en-redando estereotipos: Representaciones sociales de las mujeres afrodescendientes. Los casos de Cali (MAFUM) y Quito (Piel Africana-CONAMUNE)*. . Quito.
- González Rivas, N. (Marzo de 2012). Discriminación salarial: un análisis entre mujeres afrocolombianas y no afrocolombianas. Cali, Colombia. Obtenido de <https://revistaumanizales.cinde.org.co/rllcsnj/index.php/Revista-Latinoamericana/article/view/625/347>
- Ferrer, C. (2020). El optimismo y su relación con el bienestar psicológico. Revista Científica Arbitrada de la Fundación Mente Clara. <https://fundacionmenteclara.org.ar/revista/index.php/RCA/article/view/199>
- Memoria de Actividades (2022). Igualdad de trato y no discriminación. Preguntas y respuestas. <https://www.accem.es/igualdad-de-trato-y-no-discriminacion-preguntas-y-respuestas/>.
- M., F., & García, F. (05 de Octubre de 2018). www.cefllegal.com. Obtenido de <https://revistas.cef.udima.es/index.php/rtss/article/download/1482/1120/4672>
- Muñoz Flores, R. (2014). *REPRESENTACIONES SOCIALES DE LAS MUJERES AFROPERUANAS* (Primera edición ed.). Lima: Ninja Gráfico S.A.C. Obtenido de

- <https://centroderecursos.cultura.pe/sites/default/files/rb/pdf/AFROPERUANAS-Situacion-y-marco-legal-de-sus-derechos-T5-2014.pdf>
- Pineda G., E. (2018). *LAS HERIDAS DEL RACISMO: EFECTOS PSICOSOCIALES DE LA DISCRIMINACIÓN RACIAL EN LAS PERSONAS AFRODESCENDIENTES EN AMÉRICA LATINA*. Caracas. Obtenido de [https://iberoamericasocial.com/wp-content/uploads/2018/12/Pineda%20G%2C%20E.%20\(2018\).%20Las%20heridas%20del%20racismo.%20Efectos%20psicosociales%20de%20la%20discriminaci%C3%B3n%20racial%20en%20las%20personas%20afrodescendientes%20en%20Am%C3%A9rica%20Lati](https://iberoamericasocial.com/wp-content/uploads/2018/12/Pineda%20G%2C%20E.%20(2018).%20Las%20heridas%20del%20racismo.%20Efectos%20psicosociales%20de%20la%20discriminaci%C3%B3n%20racial%20en%20las%20personas%20afrodescendientes%20en%20Am%C3%A9rica%20Lati)
- Pineda G, Esther. (2017). Esclavitud, colonialismo y racismo discursivo en América Latina. *Religación. Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, II (5), 237-254
- Pineda, E. (2018). *Las heridas del racismo: Efectos psicosociales de la discriminación racial en las personas*. Venezuela: Universidad Central de Venezuela.
- Ramos Oliveira, D. (2016). *Autoestima personal y colectiva: asociación con la identidad étnica en los brasileños*. Barcelona.
- Oviedo Oviedo, Alexis. 2022. «Ecuador: Racismo Y discriminación étnica En El vaivén De La política Pública». *Mundos Plurales - Revista Latinoamericana De Políticas Y Acción Pública* 9 (2). HYPERLINK "<https://doi.org/10.17141/mundosplurales.2.2022.5483>" <https://doi.org/10.17141/mundosplurales.2.2022.5483> .
- OLAZA, Mónica. (2020) *Desigualdades persistentes, identidades obstinadas Los efectos de la racialidad en la población afrouruguaya*. Montevideo, Uruguay: UDELAR, AECID, Doble Clic Editoras.
- Silvera Torres, L., Olivella López, G., Cudris Torres, L., Bahamón, M. J., & Gil Ángel, G. A. (2020). *Programas, estrategias y protocolos de bienestar psicológico implementados en jóvenes universitarios*. <http://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/6199>

ONU Migracion,(2020).Racismo y discriminación: su origen y cómo se reproduce en la sociedad. <https://colombia.iom.int/es/news/racismo-y-discriminacion-su-origen-y-como-se-reproduce-en-la-sociedad>

ONU mujeres, (2023). Mujeres Afro ecuatorianas en la lucha contra la desigualdad a través de la construcción de su agenda de política con el apoyo de ONU Mujeres. Ecuador <https://ecuador.unwomen.org/es/digital-library/publications/2023/03/mujeres-afroecuatorianas-perfil-de-pais-segun-la-igualdad-de-genero>

ONU Mujeres Ecuador(2023). Irma Bautista: una afroecuatoriana al frente de acciones para que mujeres jóvenes se eduquen, conozcan sus derechos y se proyecten como futuras lideresas. <https://ecuador.unwomen.org/es/stories/noticia/2023/07/irma-bautista-una-afroecuatoriana-al-frente-de-acciones-para-que-mujeres-jovenes-se-eduquen-conozcan-sus-derechos-y-se-proyecten-como-futuras-lideresas>

Sáenz, S.(2020). Los efectos de la discriminación en la salud y el bienestar de las personas. <https://es.linkedin.com/pulse/los-efectos-de-la-discriminaci%C3%B3n-en-salud-y-el-las-saenz-she-her->