

doi: <https://doi.org/10.15446/rcp.v34n2.115817>

Prácticas Culturales de Cuidado de la Salud Mental y su Relación con la Construcción de Paz en Los Montes de María, Colombia

DENNYS GARCÍA-PADILLA

Pontificia Universidad Javeriana

MARÍA-JULIANA REYES-RIVERA

Pontificia Universidad Javeriana

DIANA CAROLINA RUBIO-LEÓN

Pontificia Universidad Javeriana

PABLO ABITBOL

Universidad Tecnológica de Bolívar

LAURA CANO-SIERRA

Pontificia Universidad Javeriana

WILSON LÓPEZ-LÓPEZ

Pontificia Universidad Javeriana

HUSEYIN CAKAL

Keele University

CLAUDIA PINEDA-MARIN

Fundación Universitaria Konrad Lorenz; Keele University



Excepto que se establezca de otra forma, el contenido de esta revista cuenta con una licencia Creative Commons "reconocimiento, no comercial y sin obras derivadas" Colombia 2.5, que puede consultarse en: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/2.5/co>

How to cite this article: García-Padilla, D., Reyes-Rivera, M.-J., Rubio-León, D. C., Abitbol, P., Cano-Sierra, L., López-López, W., Cakal, H. and Pineda-Marin, C. P. (2025). Prácticas culturales de cuidado de la salud mental y su relación con la construcción de paz en los Montes de María, Colombia. *Revista Colombiana de Psicología*, 34(2), 139-165. <https://doi.org/10.15446/rcp.v34n2.115817>

Correspondence: Wilson López-López (<https://orcid.org/0000-0002-2964-0402>). Email: lopezw@javeriana.edu.co

SCIENTIFIC RESEARCH ARTICLE

RECEIVED: JULY 16TH, 2024 - ACCEPTED: AUGUST 27TH, 2024

Cultural Practices of Mental Health Care and their Relationship to Peacebuilding in Montes de María, Colombia

Abstract

This study identified and analyzed the cultural practices related to mental health care and their connection to peacebuilding in communities from Montes de María, a region in Colombia affected by armed conflict. Focus groups were conducted with 140 social leaders from the region. The analysis of the results was guided by techniques derived from grounded theory, as well as Mattaini's theory of cultural practices. Three cultural practices related to mental health care were identified: 1) Gathering with family members, friends, leaders, and other community members, 2) Setting value-driven goals and taking actions to achieve them, and 3) Engaging in artistic or artisanal activities. The results showed the positive impact of these practices in terms of emotional and social/relational benefits, community effects on socioeconomic aspects, and progress in territorial peacebuilding. These findings have implications for psychosocial support processes and peacebuilding efforts.

Keywords: artistic practices; community encounters; cultural practices; mental health; peacebuilding

Prácticas culturales de cuidado de la salud mental y su relación con la construcción de paz en los Montes de María, Colombia

Resumen

Este estudio identificó y analizó prácticas culturales de cuidado de la salud mental y su relación con la construcción de paz en comunidades de los Montes de María, una región de Colombia afectada por el conflicto armado. Se realizaron grupos focales con 140 líderes sociales de esa región. El análisis de resultados estuvo guiado por técnicas derivadas de la teoría fundamentada, así como de la teoría de prácticas culturales de Mattaini. Se identificaron tres prácticas culturales de cuidado de la salud mental: 1) Reunirse con familiares, amigos, líderes y otros miembros de las comunidades; 2) plantear metas de valor y realizar acciones para alcanzarlas; y 3) desarrollar actividades artísticas o artesanales. Los resultados mostraron el impacto positivo de las prácticas en términos de: beneficios en lo emocional y social/relacional, efectos comunitarios en aspectos socioeconómicos y en avances en la construcción de la paz territorial. Estos resultados tienen implicaciones para los procesos de acompañamiento psicosocial y de construcción de paz.

Palabras clave: construcción de paz; encuentro comunitario; prácticas artísticas; prácticas culturales; salud mental.

Introducción

La construcción de paz es un proceso complejo y multidimensional que compromete múltiples actores y procesos (López-López & Taylor, 2021), y que exige afrontar, tanto los factores que generan y reproducen los conflictos sociales y armados, como las diversas consecuencias que se derivan de ellos, y que muchas veces contribuyen a su profundización y degradación. En este sentido, la salud mental es un importante factor de persistencia del conflicto armado y, por lo tanto, un elemento clave para la construcción de paz (Abitbol, 2023). Muchas comunidades que han vivido o viven en medio de estas condiciones desarrollan variadas prácticas comunitarias de cuidado y autocuidado. Así, identificar estas prácticas resulta determinante para comprender, no solo cómo han aprendido a cuidar su salud ante la precariedad y la fragilidad de las infraestructuras institucionales, sino además cómo estas prácticas inciden en los tránsitos necesarios para construir y consolidar la paz en los territorios.

Montes de María es una subregión del caribe colombiano compuesta por 15 municipios en los departamentos de Bolívar y Sucre, la cual ha estado especialmente afectada por el conflicto armado del país, siendo escenario de hechos victimizantes como homicidios (3 919), desplazamiento forzado (153 734), secuestros (772), masacres (70), tomas guerrilleras (8), violencia sexual, entre otros (FUCUDE et al., 2020). Aunque se disminuyó la intensidad del conflicto armado después del proceso de paz con las FARC-EP en 2016, siguieron presentándose hechos de violencia en el territorio, relacionados con la presencia de actores estatales, grupos disidentes, grupos paramilitares y nuevas organizaciones ilegales (Tamayo-Agudelo y Bell, 2019). Estos hechos han llevado a Montes de María a ser un epicentro de violencia, lo que ha dejado cicatrices en su población; se reportan índices de Trastorno de Estrés Postraumático, Ansiedad Generalizada y Depresión Mayor por encima del promedio en Colombia (Ramírez-Giraldo et al., 2017). También se presentan problemas como

disfunciones sexuales, psicosis y cambios comportamentales importantes (MPDL, 2017).

La investigación en Colombia da cuenta de los efectos que tiene el conflicto armado en la salud mental, por ejemplo, en regiones como Caldas, el Cauca o el sur de Bolívar se han encontrado afectaciones como trastornos del estado del ánimo, especialmente relacionados con estrés, depresión, ansiedad (Castaño et al., 2018., Moreno-Murcia et al., 2021; Ramírez et al., 2016; Tobar et al., 2019); además de consumo de sustancias (Sánchez et al., 2022). Estos escenarios implican consecuencias psicosociales como la destrucción del tejido social y familiar (Moreno-Murcia et al., 2021), pérdida de redes de apoyo, estigmatización, y dificultades de acceso a los servicios y garantías (Moreno-Murcia et al., 2021).

Bajo esta situación de violencia, las comunidades víctimas, organizaciones no gubernamentales y/o movimientos sociales de los Montes de María han desarrollado e implementado múltiples estrategias pertinentes culturalmente para el cuidado personal y comunitario, con el fin de hacer frente al impacto negativo que ha tenido el conflicto armado en la salud mental (Arnoso et al., 2017; GRMH, Organización de Poblaciones Desplazadas, OPDS, Equipo de Comunicación Rural OPDS Montes de María, Corporación Desarrollo Solidario, CODHES, y USAID, 2017). El desarrollo de estas estrategias ha tenido lugar en el marco del abandono Estatal que presenta la región (Hernández-Holguín, 2022; Sarmiento-Marulanda et al., 2021), de manera que las prácticas son llevadas a cabo por los miembros de la comunidad dentro de su cotidianidad, sin que necesariamente hayan sido impulsadas por instituciones u organizaciones.

Estrategias comunitarias de cuidado en salud mental

La experiencia de los Montes de María es consistente con lo que reporta la literatura a nivel nacional, la cual ha evidenciado que los grupos sociales adoptan estrategias para lidiar con las dinámicas y consecuencias de los contextos

violentos. Así, se ha encontrado que la mayoría de esas acciones son realizadas en el ámbito comunitario y familiar, y que estos grupos suelen utilizar sus fortalezas y recursos en pro de sus miembros (Martínez Chaparro et al., 2020; Perdomo et al., 2021). Por una parte, los grupos familiares recurren a prácticas de apoyo emocional y económico (Lopez Jaimes et al., 2020; Martínez Chaparro et al., 2020; Zamora-Moncayo et al., 2021), así como a acciones que promueven el desarrollo de habilidades de comunicación y adaptación, permitiendo resignificar las experiencias dolorosas (Lopez Jaimes et al., 2020; Martínez Chaparro et al., 2020).

Se han identificado múltiples estrategias de afrontamiento colectivo, siendo los grupos comunitarios espacios de interacción, fortalecimiento de lazos y empatía (Bonilla-Escobar et al., 2017). Una primera estrategia se encuentra en el apoyo social y solidaridad reflejadas en la asistencia frecuente a espacios de encuentro, lo que posibilita la catarsis, escucha, resignificación de los eventos negativos y reconstrucción del tejido social (Árias López, 2019; Bello-Tocancipá y Aranguren Romero, 2020; Bonilla-Escobar et al., 2017; Hernández-Holguín, 2022; Martínez Chaparro et al., 2020). Igualmente, las comunidades suelen facilitarse refugio (Tobar et al., 2019) y acceso a recursos como electricidad, alimento u oportunidades laborales (Ramírez Zuluaga, 2021; Tobar et al., 2019; Zamora-Moncayo et al., 2021).

Otro tipo de estrategias está en la lucha por los derechos, acciones de movilización y resistencia social, que generan sentimientos de fortalecimiento y empoderamiento (Bello-Tocancipá y Aranguren-Romero, 2020; Ramírez-Zuluaga, 2021; Sarmiento-Marulanda et al., 2021; Tobar et al., 2019; Zamora-Moncayo et al., 2021), repercutiendo positivamente en la salud mental de las víctimas (Hernández-Holguín, 2022). Dentro de estas, se ha identificado la construcción conjunta de infraestructura, que fortalece el sentido de pertenencia y agencia territorial (Hernández-Holguín, 2022; Martínez Chaparro et al., 2020; Ramírez-Zuluaga, 2021) y la resignificación de

espacios antiguamente permeados por la violencia, que promueven retomar prácticas colectivas previas, y aumentar la esperanza frente al futuro (Ramírez-Zuluaga, 2021).

Por otro lado, muchas comunidades recurren a estrategias relacionadas con la espiritualidad, siguiendo creencias ancestrales o tradiciones religiosas como el catolicismo (Bonilla-Escobar et al., 2017; Martínez Chaparro et al., 2020; Tobar et al., 2019; Zamora-Moncayo et al., 2021). De tal forma, se ha evidenciado que las creencias religiosas se relacionan con sentimientos de esperanza y protección (Tobar et al., 2019), al igual que aumentan el optimismo de los grupos al otorgarles una nueva percepción de las situaciones estresantes (Bonilla-Escobar et al., 2017; Martínez Chaparro et al., 2020).

Otro tipo de estrategias identificadas tienen que ver con recuperar costumbres previas al conflicto armado, como las festividades, la cocina, contar historias y realizar creaciones artísticas; todo lo que permite la reconstrucción de la tradición, el tejido social y la memoria colectiva (Bonilla-Escobar et al., 2017; Ramírez-Zuluaga, 2021). Específicamente, dentro de las manifestaciones artísticas se han encontrado actividades como la creación de murales (Ramírez-Zuluaga, 2021) o el teatro (Hernández-Holguín, 2022), que facilitan espacios emocionales y de memoria; al igual que el tejido, que permite resignificar experiencias negativas (Hernández-Holguín, 2022), elaborar emociones, incluso siendo útil en casos de depresión y ansiedad (Bello-Tocancipá y Aranguren-Romero, 2020), y fortalecer vínculos de confianza y tejido social (Bello-Tocancipá y Aranguren-Romero, 2020; Ramírez-Zuluaga, 2021).

Se plantean algunas estrategias menos frecuentes, por ejemplo, la educación como medio para mejorar el autoconcepto de las mujeres (Zamora-Moncayo et al., 2020); la evitación del afrontamiento de las situaciones difíciles, esperando que estas se solucionen por sí mismas (Ramírez et al., 2016); o el ocultar los eventos negativos experimentados y evitar cualquier tipo de resistencia, lo que suele ser más común en víctimas de

desplazamiento y se relaciona con sentimientos de desesperanza (Martínez Chaparro et al., 2020).

Estrategias comunitarias de cuidado como prácticas culturales

Diversos grupos sociales en escenarios de violencia suelen desarrollar a nivel comunitario, estrategias de autocuidado que resultan efectivas para afrontar eventos victimizantes experimentados y contrarrestar de alguna manera sus consecuencias en la salud mental. No obstante, si bien la investigación al respecto es útil para delinear cuáles han sido estas estrategias y qué impactos han tenido sobre el bienestar psicosocial, esta se ha limitado a la descripción de acciones, costumbres y/o recursos de los diferentes grupos, sin establecer un mayor nivel de análisis respecto al funcionamiento de dichas acciones.

La presente investigación propone un enfoque desde el análisis cultural centrado en las prácticas culturales de cuidado en salud mental en tanto son comportamientos realizados por varios individuos que conforman un grupo social específico, siguen las particularidades del contexto cultural y son aprendidos y transmitidos socialmente. El concepto de prácticas culturales es utilizado por el análisis de la conducta en el trabajo con problemáticas sociales, reconociendo que en estas el comportamiento solo puede comprenderse completamente dentro de su contexto grupal (Cihon & Mattaini, 2020).

Específicamente, las prácticas culturales son macroconductas que se llevan a cabo en un grupo cultural específico, que son transmitidas social y generacionalmente, manteniéndose en el tiempo (Mattaini, 1996b). A su vez, este enfoque entiende que la cultura se define por las interacciones que suceden entre los miembros de un grupo, manteniéndose principalmente por procesos de refuerzo social (Mattaini, 2020), y puede estudiarse en un nivel familiar, social, organizacional, o comunitario (Cihon & Mattaini, 2020).

De esta manera, las prácticas culturales son acciones grupales inmersas en un entramado de relaciones, por lo que su análisis debe centrarse

en develar el contexto en el que ocurren y las consecuencias que las mantienen (Cihon y Mattaini, 2020; Mattaini, 1995b). Al respecto, las prácticas culturales funcionan bajo los mismos principios y leyes que la conducta operante (Cihon y Mattaini, 2020), pero se mantienen en el tiempo por la acción de contingencias entrelazadas de refuerzo, que suelen ser de carácter social, teniendo productos agregados útiles para el grupo cultural en general (Mattaini, 1996a; 1996b; Mattaini, 2004).

Mattaini (1996b) plantea que las prácticas culturales tienen diferentes antecedentes, que implican el contexto anterior a la ocurrencia de las prácticas y determinan cómo ellas aparecerán (Figura 1). Se tienen las *ocasiones*, que hacen referencia al momento/persona/situación bajo la cual es altamente probable que un comportamiento determinado dé lugar a una consecuencia concreta. Además, los *antecedentes estructurales* se refieren a elementos del entorno físico, social y cultural y a características del individuo, que son relativamente invariables y pueden proporcionar los medios para que se presente el comportamiento. Las *operaciones de establecimiento* son condiciones o situaciones antecedentes que afectan de alguna forma la sensibilidad a una consecuencia lo que favorece la evocación del comportamiento asociado a dicha consecuencia, es decir, que afectan el carácter reforzante de una práctica y, se relacionan con la motivación que los sujetos tienen para realizar una conducta.

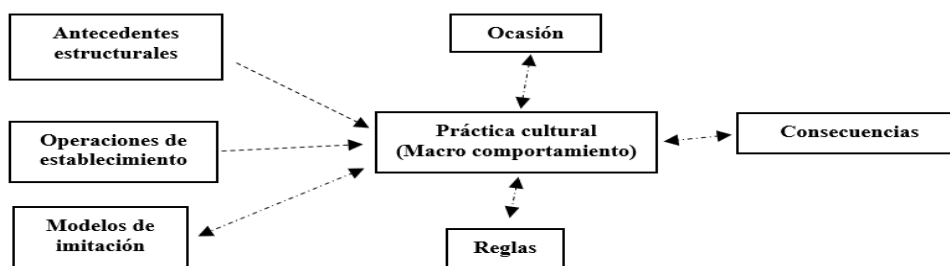
Los *modelos de imitación* son aquellos sujetos de quienes puede observarse el desarrollo de la práctica y la relación de esta con la obtención de consecuencias particulares. Por último, las *reglas* son descripciones verbales de contingencias, que implican el uso de lenguaje para describir el relacionamiento de dos o más eventos y resultan ser una guía sobre cómo las personas se comportan. Estas condiciones antecedentes se relacionan entre sí e influyen en la topografía de la conducta (Mattaini, 1996b). Las prácticas culturales pueden tener consecuencias, eventos que ocurren posterior a la realización de las macroconductas, y que afectan la posterior ocurrencia de los comportamientos; la

práctica cultural puede reforzarse lo que explicaría su mantenimiento en el tiempo, o castigarse y disminuir y/o dejar de presentarse (Mattaini, 1996b).

Existen propuestas teóricas que han dirigido la perspectiva de prácticas culturales hacia contextos centrados en violencia (Mattaini, 2001).

Figura 1

Componentes del diagrama de contingencias para las Prácticas Culturales



Nota. Traducido y adaptado de Mattaini (1995a).

En el ámbito local, también se ha retomado esta aproximación con el manejo de conflictos en población escolar (Ballesteros et al., 2009). Sin embargo, son escasos los reportes sobre su aplicación respecto del cuidado de la salud mental de víctimas en contextos de conflicto armado.

Entonces, teniendo en cuenta la importancia de ampliar la investigación psicológica sobre la salud mental en poblaciones en contexto de conflicto armado dando cabida a metodologías que permitan la construcción de conocimiento contextualizado (López et al., 2022), resulta relevante e innovador estudiar las prácticas culturales de cuidado de la salud mental en estas poblaciones, pues la comprensión de las contingencias dadas en dichas prácticas puede aportar a la planeación de acciones para fortalecerlas y transformarlas en pro de obtener mejores productos agregados para los grupos que las llevan a cabo (Cihon y Mattaini, 2020; Ramírez-Zuluaga, 2021).

Por lo anterior, se planteó como objetivo para este estudio el identificar y analizar prácticas culturales de cuidado de la salud mental y su relación con la construcción de paz en comunidades de los Montes de María.

Método

Se realizó un estudio cualitativo descriptivo (Colorafi & Evans, 2016), como parte del proyecto “Diseño Participativo de un Modelo de Atención Psicosocial en Salud Mental en las Comunidades de los Montes de María en el Marco de la Emergencia Sanitaria por Covid-19”, desarrollado por la Pontificia Universidad Javeriana y la Universidad Tecnológica Bolívar con financiación del Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación (Convocatoria No. 884 del 2020, Contrato 80740-866-2020), en articulación con la Universidad de Keele del Reino Unido.

Participantes

El estudio se realizó en los Montes de María, región incluida en el Programa de Desarrollo con Enfoque Territorial —PDET—, la cual está conformada por 15 municipios de los departamentos de Sucre y Bolívar, Colombia. Se contó con la participación de 140 líderes sociales.

De ellos, 70 procedían de Sucre y 70 de Bolívar; 87 se identificaron con el género femenino y 53 con el masculino. La mayoría de los participantes (100), estaba en un rango de edad entre 27 y 59 años, 23 eran mayores de 60 años y 16 estaban entre los 18 y 26 años, un participante no reportó su edad; es importante decir que hubo representación de

comunidades afrodescendientes, indígenas, campesinos, LGBTQ+, jóvenes y mujeres.

Los líderes sociales en los Montes de María realizan acompañamiento a sus comunidades en situaciones difíciles en las que experimentan tensión y miedo; son muchas veces a quienes los miembros de sus comunidades acuden cuando están experimentando alguna dificultad (FUCUDE et al., 2020). Ellos promueven procesos de reconstrucción de la memoria histórica y el restablecimiento de derechos en la región (Grupo Regional de Memoria Histórica et al., 2017); así, al trabajar a diario en procesos de construcción de paz dentro de sus comunidades, tienen también contacto con estresores adicionales al estar cercanos a situaciones de riesgo para ellos mismos y sus familias (FUCUDE et al., 2020).

Procedimiento

Luego de un proceso de conversación y análisis entre los investigadores y representantes de la comunidad, se identificó la importancia del desarrollo del proyecto macro ya mencionado, el cual fue evaluado y aprobado por el Comité de Investigación y Ética de la Facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Javeriana-Bogotá.

Se realizó un muestreo por conveniencia, por medio de una convocatoria a líderes sociales de los diferentes municipios de Montes de María. Durante 2021 se desarrollaron 22 grupos focales y un encuentro de validación/confirmación de resultados al que asistieron 37 participantes del grupo total. El equipo de investigadores dirigió los grupos focales, utilizando una guía flexible con preguntas orientadoras que permitieron a los participantes introducir nuevos temas.

Respecto del análisis de datos, la información fue grabada en audio digital y transcrita. Considerando un ejercicio de comparación constante de los datos, se identificó el momento en el que la recolección de información se debía detener, dada la saturación teórica (Straus y Corbin, 2002). Los datos se analizaron con el apoyo del software Nvivo 14®; la codificación fue realizada por dos psicólogas

capacitadas en análisis de datos cualitativos; los investigadores (profesionales con formación y experiencia en psicología social, psicología clínica, salud pública y ciencias políticas), acompañaron y retroalimentaron el análisis en reuniones periódicas que fortalecieron un proceso colaborativo de forma transversal a la investigación.

El análisis se basó en las técnicas de la teoría fundamentada (Strauss y Corbin, 2002) y en la propuesta teórica de prácticas culturales de Mattaini (1996b). Se utilizaron diagramas de contingencia para representar las prácticas culturales y los elementos de conexión en ellas (Figura 1); estos diagramas constituyen una herramienta con la que es posible ilustrar de forma gráfica la complejidad de las relaciones contingenciales, al tiempo que facilita el reconocimiento de elementos y procesos simples que permiten su establecimiento (Mattaini, 1995a; 1996b). Se realizó una codificación abierta identificando categorías generales y subcategorías, y una codificación axial que permitió establecer relaciones entre categorías y subcategorías en el marco de un ejercicio de microanálisis (Straus y Corbin, 2002). Desde aquí se definieron las prácticas culturales de cuidado de la salud mental, y, con este insumo, se realizó una segunda fase de análisis de tipo deductivo retomando la propuesta teórica de prácticas culturales de Mattaini (1996b); así, se hizo una nueva codificación que permitió identificar desde la narrativa de los participantes los diferentes componentes del modelo.

Se realizó un proceso de confirmación de los resultados preliminares con los participantes (Creswell, 1998). Para esto, se les hizo una presentación utilizando diagramas de contingencia (Mattaini, 1995a) (Figura 1) como herramienta para ilustrar los componentes de las prácticas y sus relaciones, teniendo en cuenta su retroalimentación, se complementó el análisis afinando el apartado de resultados.

Resultados

Se identificaron tres prácticas culturales principales en relación con el cuidado de la salud mental

en las comunidades de Los Montes de María: 1) Reunirse con familiares, amigos, líderes y otros miembros de las comunidades, 2) plantear metas de valor y realizar acciones para alcanzarlas y 3) desarrollar actividades artísticas o artesanales. Vale resaltar que las comunidades no privilegiaron una práctica cultural sobre las otras.

A continuación, se presentan los componentes de cada práctica, y sus relaciones con la construcción de paz.

Reunirse con familiares, amigos, líderes y otros miembros de las comunidades

Se trata de encuentros en los que comparten tiempo, experiencias, objetos materiales valiosos para ellos como la comida y las artesanías. Es frecuente que allí conversen sobre temas personales y/o situaciones relevantes para el territorio. Se trata de escenarios en los que suelen brindar/recibir compañía y apoyo. También participan en actividades de capacitación/aprendizaje, esparcimiento (deporte, arte, etc.), trabajo comunitario y/o de celebraciones (Figura 2). Para mayor

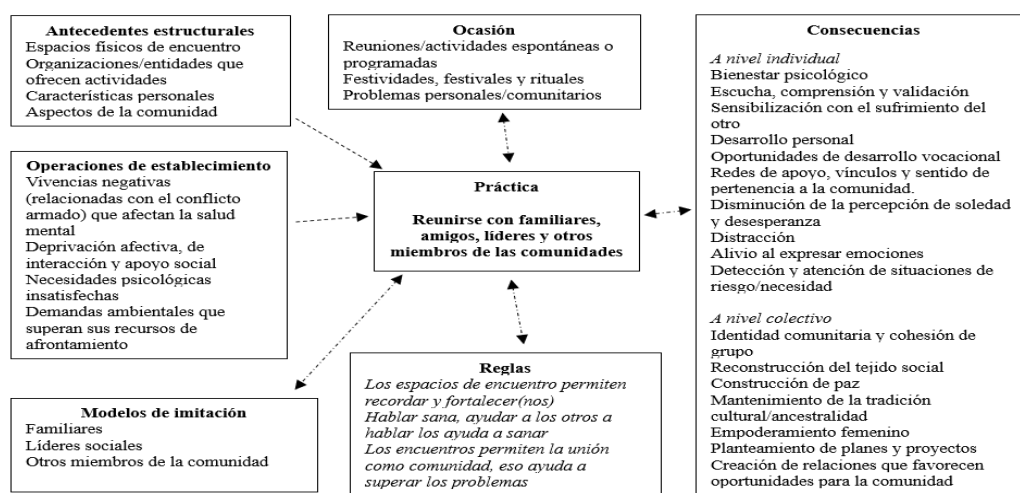
profundización y ejemplos sobre los componentes de esta práctica ver Apéndice A.

Los antecedentes estructurales identificados son: lugares cercanos y de fácil acceso en los que se realizan los encuentros (canchas deportivas, plazas, tiendas, terrazas, espacios privados como las viviendas). Hay actividades como charlas, talleres o eventos especiales que se ofrecen a la comunidad desde organizaciones de base (Fundación Red Montemariana) e internacionales (Organización de las Naciones Unidas [ONU]), así como entidades estatales (Servicio Nacional de Aprendizaje [SENA]); características personales que favorecen la realización de la práctica (como la empatía y las habilidades sociales) y aspectos comunitarios relacionados con tradiciones culturales y religiosas (véase Apéndice A).

Las ocasiones incluyen: reuniones con la familia, amigos, comunidad u organizaciones (cursos/talleres/charlas, reuniones de gestión de territorios y de organización comunitaria); festividades (fiestas religiosas), festivales (carnavales regionales) y rituales (velorios y novenarios); así como problemáticas y/o la identificación de necesidades en salud mental propias o de otros.

Figura 2

Práctica: Reunirse con familiares, amigos, líderes y otros miembros de las comunidades. Diagrama de contingencias



Nota. Elaboración propia.

Dentro de las operaciones de establecimiento están las experiencias relacionadas con el conflicto armado, que les resultan traumáticas dado su carácter victimizante; carencias y necesidades en lo social y afectivo que guardan relación con las implicaciones del conflicto armado y del Covid-19; y una brecha entre las demandas ambientales y la capacidad de la persona para enfrentarlas, por ejemplo, las constantes situaciones de riesgo.

Los principales modelos de imitación son: familiares que de forma intergeneracional han dado importancia a compartir/conversar con la comunidad, participando en espacios de encuentro social; miembros de las comunidades (vecinos, amigos, compañeros) que han modelado acciones de apoyo social y líderes sociales que, al ejecutar su rol y cumplir los compromisos con las poblaciones, se constituyen en modelos a seguir.

Se identificaron algunas reglas que describen una relación antecedentes-conducta (si se ha sobrevivido a tanta violencia, se debe seguir adelante juntos) y otras con eje en la relación conducta-consecuencia (el abrazo montemariano —que se da en los encuentros entre quienes se conocen— es tan fraternal, que produce alegría —por encontrarse con el otro—).

Mientras unas reglas se centran en el efecto sanador y fortalecedor de reunirse con familiares, amigos, líderes y otros miembros de la comunidad, otras resaltan que esta práctica favorece el afrontamiento de dificultades personales, familiares y/o comunitarias (ver Figura 2 y Apéndice A para ampliar reglas identificadas).

Dentro de las consecuencias de la práctica hay algunas a nivel individual y dentro de ellas, varias son positivas, esto podría explicar el mantenimiento de la práctica por procesos de reforzamiento positivo. Las principales son: el bienestar psicológico, que relacionan con disfrute, alegría, esperanza, satisfacción, percepción de libertad, tranquilidad y seguridad; la escucha, comprensión, valoración, acogida, validación y sensibilización con el sufrimiento del otro; el desarrollo personal y vocacional, incluyendo intercambio de saberes/

ampliación de conocimiento, fortalecimiento de competencias/habilidades psicoemocionales y/o relacionales por ejemplo, de regulación emocional o solución de problemas entre otros; y fortalecimiento de redes de apoyo.

También se identificaron consecuencias que implicaban el retiro o alejamiento de estímulos aversivos, por ejemplo, la disminución de la percepción de soledad y desesperanza, distraerse de emociones/pensamientos que le son molestos; sentir alivio al permitirse la expresión de emociones; y el abordaje de situaciones de riesgo/necesidad.

Además, se evidenciaron consecuencias colectivas que corresponden con un nivel cultural (ver Figura 2); consecuencias como los procesos de reconstrucción de la memoria histórica, los acercamientos a la verdad y la reparación colectiva constituyen avances en la lucha/búsqueda de construcción de paz en la comunidad (ver Apéndice A, sección Avances en construcción de paz).

Según lo reportado por los líderes, esta práctica centrada en el reunirse se da con la participación de mujeres y hombres; sin embargo, se evidenciaron particularidades en dichos encuentros cuando se dan con participación exclusiva de mujeres; allí, las ocasiones incluyen problemas vivenciados por ellas y asociados con el género; como operación de establecimiento se identifica alguna experiencia de violencia de género y dentro de las consecuencias, es de resaltar el empoderamiento femenino que conecta con el fortalecimiento de la sororidad.

Es importante decir que los jóvenes suelen realizar encuentros en los que sus conversaciones se centran en temas personales sobre apoyo emocional. Dentro de las ocasiones para ello se señala una que resulta relevante y tiene que ver con problemáticas de salud mental en coetáneos (riesgo de suicidio, de consumo de sustancias psicoactivas o un inadecuado uso de las redes sociales).

Plantear metas de valor y realizar acciones para alcanzarlas

En esta práctica cultural las metas se orientan hacia el bienestar y desarrollo individual, familiar

y comunitario e incluyen satisfacción y sentido de vida; condiciones adecuadas que favorezcan la calidad de vida (salud, economía, etc.); formación académica cuyos frutos retornen a la comunidad; identidad colectiva (fortalecimiento y protección de la tradición cultural y la ancestralidad); reconstrucción del tejido social; construcción de paz (justicia transicional, reparación, no repetición y reconstrucción de memoria histórica, etc.).

Dentro de las acciones que realizan para alcanzar las metas están: comportamientos caracterizados por la empatía, solidaridad y cooperación entre los miembros de la comunidad; cuidar a su familia y tener autocuidado en salud; participar en espacios de capacitación/educación retornando lo aprendido a su comunidad; recordar, replicar y enseñar costumbres y tradiciones culturales/ancestrales. Además, se identifican acciones de liderazgo y gestión de proyectos, espacios y/o procesos de incidencia comunitaria; desarrollar proyectos productivos, realizar acciones de protección del medio ambiente, desarrollar acciones que visibilicen la lucha social y buscar garantías para la paz (Figura 3). Para mayor profundización y ejemplos sobre los componentes de esta práctica ver Apéndice B.

Entre los antecedentes estructurales están: un contexto actual e histórico permeado por el conflicto armado y sus efectos; situación de pobreza socioeconómica; necesidades territoriales relacionadas con el acceso a la educación, salud, escasa oportunidad de trabajo bien remunerado, entre otros. También, un marco legal nacional que cubre la atención diferencial a comunidades y víctimas, la protección de sus derechos, y garantías para la exigencia ciudadana y reparación; el acuerdo de paz que plantea garantías respecto de procesos de verdad, justicia y reparación, pero que presenta dificultades/ incumplimientos en su implementación. De igual forma, la acción de organizaciones de base (OPD Montes de María), internacionales (ONU) y entidades estatales (SENA) que ofrecen actividades a la comunidad con escenarios de capacitación, incentivos y acompañamiento en los procesos de liderazgo social (véase Apéndice B).

Asimismo, se identifican características personales como resiliencia, autoeficacia, capacidad de adaptación, capacidad de liderazgo, acervo de conocimiento sociocultural, sentido social y de pertenencia a la comunidad, cultura y/o etnia.

Las ocasiones asociadas con esta práctica son: circunstancias del ciclo vital como la elección vocacional, la enfermedad/muerte de personas significativas o el nacimiento de un hijo; también, situaciones que demandan encontrar soluciones o afrontar un problema como eventos de crisis emocional, necesidad económica, problemáticas sociales o personales.

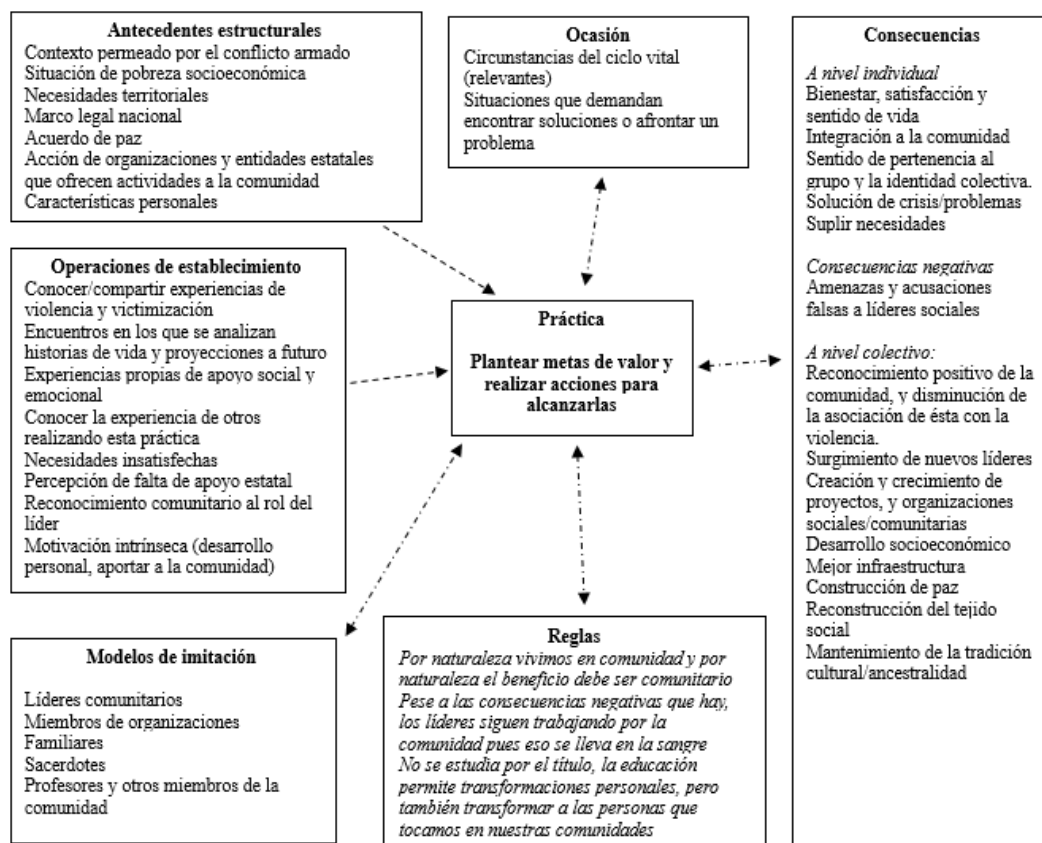
Hay operaciones de establecimiento como: conocer/compartir experiencias de violencia y victimización en contexto de conflicto armado, que implicaron pérdidas significativas en diferentes niveles (desplazamiento forzado, ruptura del tejido social, pérdida de seres queridos, de recursos económicos y de la cotidianidad); encuentros familiares, de amigos, comunitarios y/o de trabajo, donde abordan historias de vida y proyecciones a futuro (Figura 3).

Los principales modelos de imitación son los miembros de organizaciones con experiencias previas de éxito y/o aprendizajes relacionados con metas individuales y comunitarias; líderes sociales; y familiares, reconociendo que muchos padres y abuelos de líderes lo habían sido previamente, evidenciando enseñanza intergeneracional. Otros modelos importantes han sido sacerdotes que llevaron a cabo acciones de cooperación para el beneficio de las comunidades, profesores u otros miembros de la comunidad que han conseguido desarrollo socioeconómico para sí mismos y/o sus comunidades.

Reglas como: *si se tiene sentido social, se puede trabajar en comunidad pese a los malos momentos*, ilustran la relación antecedentes-conducta; mientras que la relación conducta-consecuencia se evidencia en reglas como: *a las personas montemarianas les gusta trabajar por su territorio y que su comunidad esté bien*.

Figura 3

Práctica: Plantear metas de valor y realizar acciones para alcanzarlas. Diagrama de contingencias



Nota. Elaboración propia.

Se identifican reglas centradas en la búsqueda del beneficio comunitario; otras que señalan tanto la labor que debe seguir el líder social, como la importancia de la unión comunitaria; otras reglas se relacionan con el valor de la educación en dirección al sentido personal y también a la comunidad (Figura 3 y Apéndice B para ampliar reglas identificadas). Las consecuencias individuales de tipo positivo incluyen: la experiencia de bienestar, satisfacción y sentido de vida; se evidencia refuerzo social al trabajar en pro de las metas, particularmente en el rol del líder; esto, ya que hay una valoración positiva y reconocimiento de los procesos de liderazgo por parte de la comunidad.

La práctica favorece la integración a la comunidad, el fortalecimiento del sentido de pertenencia al grupo y la identidad colectiva. También se

identificaron consecuencias que podrían mantener la conducta por procesos de reforzamiento negativo, por ejemplo, la solución de crisis/problemas y la suplencia de necesidades. No obstante, debe resaltarse que se identificó una consecuencia negativa para los involucrados en procesos de liderazgo social, al ser objeto de amenazas y acusaciones falsas en relación con su trabajo.

Hay diferentes consecuencias a nivel colectivo (Figura 3); una de las priorizadas por los participantes es que su comunidad tenga reconocimiento interno y externo por aspectos positivos (y se disminuya el relacionamiento con roles negativos asociados con conflicto armado y violencia). Por otra parte, la práctica favorece la reconstrucción de la memoria histórica, la reparación colectiva, el esclarecimiento de la verdad y la reconstrucción

del tejido social, todo esto viabiliza los procesos de construcción de paz (Apéndice B, sección Avances en construcción de paz).

De manera particular, en las mujeres se identificaron metas orientadas a enfrentar las violencias de género y lograr un enfoque diferencial en la protección de sus derechos, para esto realizaban acciones como la formación de colectivos femeninos con dicho propósito. En los hombres se resaltan las metas relacionadas con generación de proyectos productivos de agricultura. Tanto en hombres como mujeres la práctica derivaba en consecuencias positivas individuales y comunitarias.

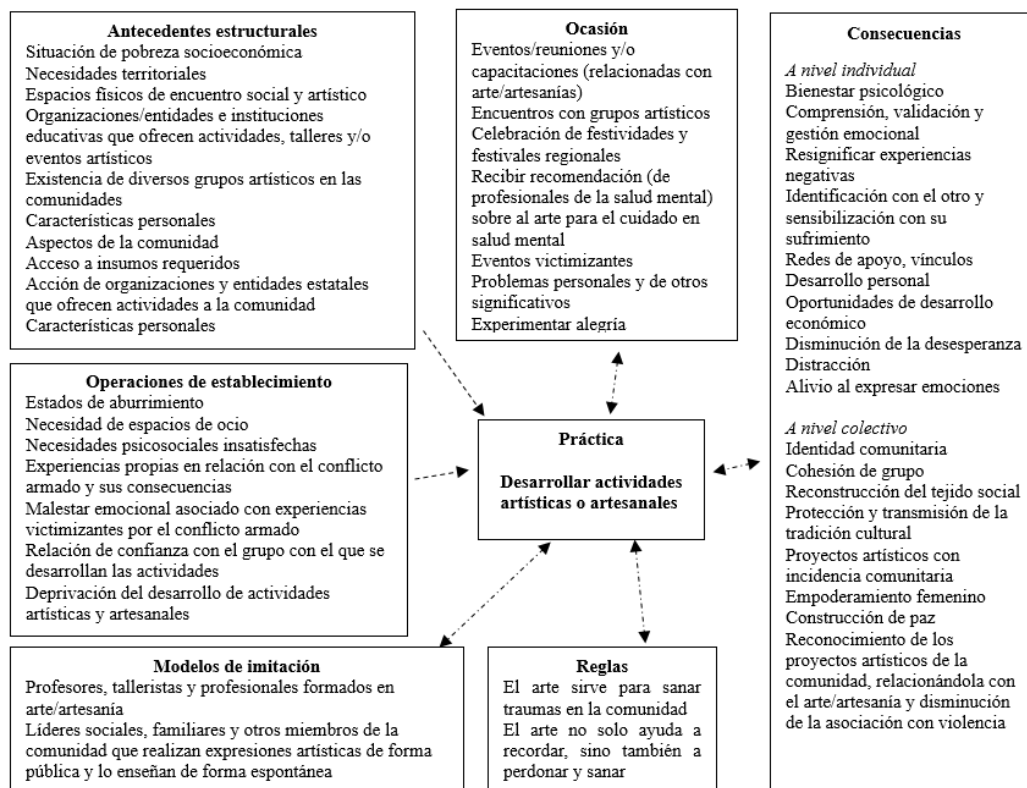
Las metas en los jóvenes se relacionan con bienestar, oportunidades de desarrollo académico y laboral, creando grupos juveniles que abogan por sus derechos, lo que implica el sentido de pertenencia a los grupos con ideales compartidos y el surgimiento de líderes jóvenes con participación política.

Desarrollar actividades artísticas o artesanales

Esta práctica cultural implica el desarrollo de actividades artísticas/artesanales ya sea en solitario o de forma grupal, pero siempre en espacios de confianza. Incluye: coser, tejer, construir sábanas de sueños, accesorios y diversas artesanías; escuchar y/o componer música, tocar instrumentos musicales como la gaita y los tambores, cantar y/o componer canciones; dibujar, colorear y pintar; escribir poemas; realizar productos audiovisuales como documentales y videos; o bailar diferentes ritmos/géneros, especialmente los típicos (Figura 4). Si bien, la comunidad en general se involucra en estas actividades, las artesanías y tejidos suelen ser realizados principalmente por mujeres. Para mayor profundización y ejemplos sobre los componentes de esta práctica véase Apéndice C.

Figura 4

Práctica: Desarrollar actividades artísticas o artesanales. Diagrama de contingencias



Nota. Elaboración propia.

En esta práctica hay diversos antecedentes estructurales (Figura 4). Se resaltan la pobreza socioeconómica; la existencia de espacios públicos y privados en los que se realizan encuentros sociales y manifestaciones artísticas/artesanales; el acceso a los insumos requeridos como los instrumentos musicales, el material textil, entre otros, y la existencia de grupos artísticos en las comunidades (de gaitas y tambores, baile, banda marcial, etc.). También algunas características personales como habilidades para el trabajo manual, la música y el baile y/o la disposición para aprender; asimismo, aspectos de la comunidad relacionados con sus tradiciones culturales y la importancia que tiene para ellos el “compartir” y el arte.

Las ocasiones para esta práctica son: la divulgación, invitación y/o asistencia a eventos/talleres/reuniones o actividades de capacitación/aprendizaje en temas de arte/artesanías promovidas y/o realizadas por organizaciones/instituciones; encuentros con grupos artísticos; celebración de festividades y festivales regionales (carnavales, fiestas patronales, inauguración de eventos comunitarios). Recibir recomendación de profesionales de la salud mental sobre el arte y sus beneficios en salud mental; eventos victimizantes, problemas personales (emocionales, relacionales) y de otros significativos, y/o, momentos de alegría.

Las operaciones de establecimiento para esta práctica son: la presencia de estados de aburrimiento, el deseo/necesidad por involucrarse en espacios de ocio; tener necesidades psicosociales insatisfechas (expresión emocional, expresión y validación emocional, salud, educación, economía, etc.); contextos de silenciamiento e invalidación emocional; experiencias propias en relación con el conflicto armado; estados de preocupación y respuestas emocionales asociadas con experiencias victimizantes relacionadas con el conflicto armado. Se resalta también la confianza establecida con los miembros del grupo en el que se desarrollan las actividades; y, además, hubo situaciones de privación de espacios artísticos, asociadas con

el contexto del conflicto armado y las restricciones derivadas de la pandemia por Covid-19.

Dentro de los modelos de imitación están distintas personas con formación y/o experiencia en lo artístico/artesanal. Se evidencian reglas que reflejan la conexión antecedentes-conducta (si hay espacios para el arte, la gente participará), mientras otras muestran la conexión conducta-consecuencia (Bailar trae alegría). Las reglas asociadas con esta práctica resaltan el papel del arte como elemento terapéutico y sanador, útil para afrontar los problemas, preocupaciones y duelos. Otras reglas abordan la importancia de resignificar eventos victimizantes y otras experiencias dolorosas vividas, siendo el arte una forma para lograrlo (Figura 4 y Apéndice C para ampliar reglas identificadas)

El desarrollo de actividades artísticas y artesanales tiene consecuencias a nivel individual que son positivas para las personas e incluyen el bienestar psicológico (relacionado con disfrute, alegría, tranquilidad); la comprensión, validación y gestión emocional (asociado con pérdidas experimentadas), lo que permite asimilar, reescribir o resignificar las experiencias negativas. Además, se alcanza identificación con el otro y sensibilización con su sufrimiento; se facilita el desarrollo de vínculos significativos y redes de apoyo; se favorece el desarrollo personal y se abren oportunidades de desarrollo económico al recibir ingresos por la venta de sus productos.

También hay consecuencias como la disminución de la desesperanza, la distracción de eventos que les causan malestar y el sentir alivio al permitirse la expresión de emociones; aumentando con ello la probabilidad de ocurrencia de la práctica.

A nivel colectivo la práctica tiene consecuencias como: desarrollo y fortalecimiento de la identidad comunitaria, posibilidad de cohesión de grupo; avances en la reconstrucción del tejido social, y protección y transmisión de la tradición cultural. Otras consecuencias son la formulación y desarrollo de proyectos artísticos con incidencia comunitaria, como la creación de organizaciones/colectivos y la denuncia social. Al respecto, el

desarrollo de actividades artísticas/artesanales en grupos de mujeres, ha fortalecido el empoderamiento y la sororidad.

En general, se evidencian efectos positivos respecto de la construcción de paz, sirviendo como medio para la sanación, la reparación colectiva, la reconstrucción de la memoria histórica, lo que favorece el perdón y la reconciliación social. Además, para la comunidad de Los Montes de María tiene gran valor el reconocimiento interno y externo de sus proyectos artísticos, lo cual implica que se relacione la región con arte/artesanías (como en el caso de las tejedoras de Mampuján) y se disminuya la asociación con la violencia y roles negativos respecto del conflicto armado.

Discusión y conclusiones

La investigación identificó y analizó prácticas culturales de cuidado de la salud mental y su relación con la construcción de paz en comunidades de los Montes de María. Se evidenciaron tres prácticas: 1) Reunirse con familiares, amigos, vecinos, miembros de organizaciones y de la comunidad en general; 2) plantear metas de valor individuales y comunitarias, y actuar para alcanzarlas; y 3) desarrollar actividades artísticas o artesanales a nivel individual y grupal. En cada una se observan relaciones entre sus componentes intra-práctica, pero también aspectos transversales y posibles conexiones entre prácticas.

Hay una conexión importante entre las tres prácticas. En principio, *reunirse con familiares, amigos, vecinos, miembros de organizaciones y de la comunidad en general* tiene como consecuencias la sensibilización con el sufrimiento del otro, la integración a la comunidad y el fortalecimiento de identidad comunitaria; estos constituyen antecedentes de la práctica *plantear metas de valor individuales y comunitarias, y actuar para alcanzarlas*. Así, los encuentros sociales posibilitarían el trabajo común dirigido a metas valiosas. Ahora, dentro de las metas de valor referidas en la segunda práctica, se incluían el bienestar, el desarrollo personal y comunitario, así como la identidad

colectiva; vale decir que la tercera práctica tenía como consecuencia el alcance de dichas metas, es decir, el *desarrollar actividades artísticas o artesanales* se convierte en una acción que les permite alcanzar metas propuestas. Se evidencia entonces que el análisis del entramado contingencial entre prácticas culturales puede favorecer el reconocimiento de factores que inciden en el desarrollo y la continuidad de estos macrocomportamientos, pues una práctica cultural puede servir como motivadora de otras (Todorov y Freitas Lemos, 2020; Mattaini 1996b).

Respecto de los aspectos transversales a las tres prácticas, se evidenciaron consecuencias en su mayoría positivas a nivel individual y colectivo, lo cual corresponde con investigaciones previas sobre prácticas culturales en las que también se diferencian los tipos de consecuencias, nombrándolos respecto de lo operante y lo cultural (Ballesteros et al., 2009; Novoa-Gómez et al., 2011; Pulido-Castelblanco et al., 2013). Los resultados particulares de la presente investigación permiten observar que las prácticas de cuidado de salud mental tuvieron consecuencias con implicaciones en ámbitos como el emocional, social/relacional y económico, propiciando el desarrollo personal y comunitario que incluye la construcción de paz.

A continuación, se presenta un mayor análisis de algunos aspectos relevantes en cada práctica. Algunas de las consecuencias a nivel individual de la práctica *reunirse con familiares, amigos, líderes y otros miembros de las comunidades*, implican experiencias de estados emocionales agradables, evitación/escape de emociones que asocian con malestar; afrontamiento, expresión y validación emocional, fortalecer redes de apoyo y lograr desarrollo personal. Lo anterior, es consistente con lo reportado en investigación social, respecto de cómo los encuentros comunitarios se relacionan con el bienestar psicológico y social (Cardozo et al., 2017) y resultan un ejercicio válido para la recuperación emocional (Arias López, 2019).. En ellos, se fomenta una noción de acompañamiento y cercanía, lo que facilita la expresión de emociones

y pensamientos (Chaparro et al., 2020; Perdomo et al., 2021), generando vínculos de confianza y la constitución de redes de apoyo (Bello-Tocancipá & Aranguren-Romero, 2020; Chaparro et al., 2020; Quintero-Jurado & Ossa-Henao, 2018; Vera-Márquez et al., 2015; Zamora-Moncayo et al., 2021). Los encuentros permiten nombrar y compartir socialmente los estados emocionales, con retroalimentaciones comprensivas y empáticas de personas que vivieron experiencias similares (Bonilla-Escobar et al., 2017), esto posibilita una nueva perspectiva de las vivencias desde el agenciamiento (Chaparro et al., 2020). Además, se ha reportado que las relaciones sociales positivas y la realización de actividades en conjunto permite la distracción, el desarrollo de habilidades, favorece valoraciones propias de satisfacción, impactando positivamente la salud mental (Benatuil & Toscano, 2017; Quintero-Jurado & Ossa-Henao, 2018).

Lo anterior está alineado con hallazgos de estudios cuantitativos previos que han abordado el afrontamiento efectivo en comunidades afectadas por el conflicto armado en Colombia. En particular, Cerquera-Córdoba et al. (2020) encontraron que una de las principales estrategias de afrontamiento en estas poblaciones era la búsqueda de apoyo social. Al respecto, Ortégón, et al. (2022) identificaron que esta estrategia se relaciona con resiliencia, sentimientos de confianza, bienestar y seguridad, reconociendo que el apoyo social permite amortiguar los efectos negativos del conflicto armado y recomponer el tejido social de las comunidades.

La práctica *plantear metas de valor y realizar acciones para alcanzarlas* tiene un enfoque de asociación comunitaria y agencia social, las consecuencias identificadas estaban en relación con la integración social, el sentido de pertenencia al grupo, la identidad colectiva y la solución de problemas, sin dejar de lado el bienestar personal, el cual, se veía retroalimentado con los logros comunitarios alcanzando metas comunes con el trabajo realizado; llama la atención que esto por sí mismo le da sentido a sus vidas. Al respecto, los estudios resaltan que la organización colectiva es

una herramienta para el afrontamiento emocional que permite cambios sociales relacionados con el bienestar psicosocial (Hernández-Holguín, 2022); se ha planteado que las comunidades victimizadas/marginalizadas se organizan y generan procesos de resistencia y visibilización que, a su vez, tienen impactos positivos para la salud mental, el bienestar personal y social (Arias López, 2019; Hernández-Holguín, 2022; Martínez Chaparro et al., 2020; Tobar et al., 2019). El trabajo hacia metas comunitarias es un mecanismo de transformación social; al alcanzar las metas y direccionar las relaciones sociales en lazos de solidaridad y apoyo social, se favorece el fortalecimiento de identidades colectivas (Brennan, 2023; Martínez Chaparro et al., 2020). Cuando las personas que han padecido eventos victimizantes desarrollan un sentido de agencia, se favorecen la percepción de control y los procesos de recuperación/reparación (Campbell & Burgess, 2012; Tobar et al., 2019); se aumenta la confianza y resiliencia comunitaria (Brennan, 2023; Perdomo et al., 2021); así como el bienestar psicológico y el capital social (Cardozo et al., 2017).

La práctica de definir metas y realizar acciones hacia ellas presentó consecuencias relacionadas con el afrontamiento, la integración social, la solución de problemas y necesidades, la satisfacción, el sentido de vida, y el bienestar individual y social. Al respecto, los enfoques clínicos comportamentales de tercera generación indican la importancia de clarificar las metas en direcciones valiosas para cada uno y actuar en pro de dicha dirección (Hayes et al., 2004; Wilson & Soriano, 2014); esto, permite a las personas visualizar un futuro, trabajar hacia él, disfrutar y valorar no solo la meta sino el camino que hacia ella (Assaz et al., 2023; Cairns et al., 2019). Los participantes, desde la memoria colectiva construida, caminan reconociendo su historia, pero reescribiendo el camino conjunto que quieren llevar; así, en su historia se entrecruzan antecedentes como el contexto permeado por el conflicto armado y las experiencias comunes que comparten en sus encuentros. Actuar con el propósito de alcanzar sus metas se relaciona

con un incremento en la flexibilidad psicológica, el afrontamiento de condiciones clínicas y la reducción de síntomas emocionales (Bai et al., 2020; Fledderus et al., 2021; Gibson et al., 2023; Moxham et al., 2017; Na et al., 2022; Thompson et al., 2021; Wilson & Soriano, 2014).

Para muchos participantes, el planear metas y actuar en pro de ellas desde la comunidad refleja parte de su rol como líder social. De esta manera, las consecuencias mencionadas sumadas al reconocimiento que tienen por su labor y los efectos directos que la práctica misma tiene también en lo colectivo, pueden relacionarse con que el liderazgo social se mantenga presente pese a que también les trae consecuencias negativas como el recibir amenazas o ser calumniados; sin embargo, identificar estas consecuencias es un llamado de alerta respecto de un posible peligro frente al desarrollo de la práctica en sí.

La práctica *desarrollar actividades artísticas o artesanales* presenta consecuencias respecto de la expresión emocional, reelaboración de experiencias difíciles y desarrollo de habilidades prosociales; además de fomentar la identidad, vínculos y apoyo sociales. Esto concuerda con que el arte propicia la reflexión sobre experiencias vividas en el pasado y sus consecuencias en la vida propia, favorece la comprensión emocional (Clift, 2012) y ofrece mecanismos para exteriorizar eventos adversos (Bonilla-Escobar et al., 2017); esto se relaciona con reglas mencionadas en esta práctica respecto de que la función del arte en sus vidas incluía recordar, visibilizar, perdonar y sanar; y que algunas expresiones artísticas repetitivas y reflexivas permiten el dolor y la rabia. Con el arte se reelabora el pasado individual y social (Hernández-Holguin, 2022) y al realizarse en grupo, permite la consolidación de espacios de confianza que posibilitan el compartir experiencias, intereses y preocupaciones (Ramos, 2013), fortalece el apoyo social solidario (Bang & Wajnerman, 2010; Hernández-Holguin, 2022), genera proyectos comunes y visiones de un futuro compartido (Ramírez, 2021) y facilita procesos de adaptación (Bang, 2015). Esto afianza la relación entre

lo artístico/artesanal y algunos aspectos señalados como eje en la práctica relacionada con la planeación de metas de valor en lo individual y comunitario.

Las prácticas culturales siguen la lógica metacontingencial en la que, al estar constituidas por un entramado de diferentes contingencias (entre antecedentes, macroconductas, y consecuencias), generan productos agregados que son retroalimentados por un ambiente selector (Mattaini, 1996b). Al respecto, las comunidades de los Montes de María tienen diferentes prácticas de cuidado de la salud mental, que, además de su efecto en salud mental, tienen productos agregados con efectos más amplios respecto de: 1) el desarrollo socioeconómico en el territorio, 2) el reconocimiento de la comunidad por aspectos positivos como el arte y la disminución del estigma en relación con el conflicto armado y 3) la construcción de paz; esto, en clave de reconstrucción de la memoria histórica, del tejido social, acercamientos a la verdad y reparación colectiva.

Enfatizando en la relación entre prácticas de cuidado de la salud mental y construcción de paz, es válido retomar a Ramírez Zuluaga (2021), quien indica que “la intención de restituir, reproducir y regenerar prácticas colectivas cotidianas se ha convertido en el hilo y aguja con que la vida en comunidad se teje, se repara, se reanima y se abre a nuevos devenires” (p.91); así, el tejido social y el sentido de identidad se conforman por diferentes niveles de interacción social relacionados entre sí, e implican un trabajo de articulación de diferentes actores (Espínola Verdín & Guzmán Gómez, 2018); esto resuena con el papel de la unión montemariana en la consecución de beneficios comunitarios que incluyen, pero trascienden lo individual. Además, la reconstrucción del tejido social y la identidad colectiva se han evidenciado como factores relevantes para el cuidado de la salud mental (Puerta Henao, 2015), demostrando una relación bidireccional entre estos aspectos sociales/estructurales y la salud mental; los análisis presentados resaltan esta relación, al mostrar la pobreza, las necesidades estructurales y las experiencias relacionadas con

un conflicto armado (que sigue presente) dentro de los antecedentes estructurales y las operaciones de establecimiento de las prácticas.

Las afectaciones en salud mental de personas en contextos de conflicto armado no son hechos aislados, se encuentran relacionados con estresores diarios y dificultades relacionadas al posconflicto, y en consecuencia deben intervenirse incluyendo los diversos factores explicativos (Rokhideh, 2017; UNDP, 2022). La guerra trae efectos negativos en la salud mental de quienes la viven, evidenciándose en el riesgo de desarrollar diversas dificultades psicológicas que, cuando no son atendidas, pueden generar efectos negativos a largo plazo en el bienestar individual y colectivo (UNDP, 2022; IASC, 2024). A su vez, estas problemáticas pueden tener efectos desestabilizantes en la sociedad, promoviendo comportamientos anti-sociales (UNDP, 2022), que son riesgosos en tanto los territorios en posconflicto son susceptibles de experimentar nuevas formas de violencia (Rokhideh, 2017). Las prácticas identificadas en el presente estudio que de una u otra forma derivan en avances para la construcción de paz evidencian los esfuerzos que individual y comunitariamente se realizan para construir una realidad diferente; no es posible pensar en una paz duradera si no se manejan los impactos del conflicto armado en salud mental, los cuales pueden contribuir a ciclos de violencia intergeneracionales evidenciados en narrativas de victimización y trauma intergeneracional lo que puede cultivar un deseo de venganza y continuación de la guerra (IASC, 2024).

Así como se resaltan los efectos negativos del conflicto armado en la salud mental, vale la pena exaltar el papel que las prácticas de cuidado de la salud mental tienen respecto de la disposición hacia componentes de construcción de paz:

Logramos, así integramos en conjunto, sanar los duelos y todos los traumas que nos dejó pues esta experiencia amarga de desplazamiento, pudimos perdonar a los victimarios, pudimos sanar las heridas lo que no quiere decir que se nos olvidó, no se nos ha olvidado, pero recordamos sin dolor y sin

rabia, pudimos perdonar porque entendimos que cuando perdonamos, somos libres. (Líder social, Montes de María)

Estudios previos documentan la conexión entre las prácticas comunitarias de afrontamiento y la construcción de paz, destacando que no solo promueven la resiliencia y el bienestar individual, sino que tienen un papel crucial en la reconstrucción del tejido social y en la creación de condiciones propicias para la paz sostenible. Se plantea que las prácticas comunitarias de apoyo mutuo, la participación en actividades culturales y la organización colectiva para la defensa de derechos son esenciales para fortalecer la cohesión social y restaurar la confianza entre los miembros de la comunidad, lo cual es fundamental para la construcción de paz (Bonilla-Escobar et al., 2017; Ramírez Zuluaga, 2021). Además, estudios como el de Hernández-Holguín (2022) muestran que prácticas de resistencia cultural, como la preservación de tradiciones y la realización de proyectos artísticos actúan como mecanismos de resistencia frente a la violencia y la opresión, facilitando la reconstrucción de la memoria histórica y el fortalecimiento de la identidad comunitaria. Los esfuerzos por integrar la construcción de paz, el acompañamiento psicosocial y en salud mental, buscan fortalecer el tejido social, mejorar el bienestar y lograr una paz duradera (Sliep et al., 2023). Integrar la construcción de paz con el apoyo a la salud mental tiene mejores resultados que cuando se usan enfoques aislados, permite mejorar la cohesión social, la relación consigo mismos y con otros, la resiliencia, el bienestar, y reduce daños no intencionados y estigma (IASC, 2024; UNDP, 2022). Al respecto, los resultados evidencian una profunda relación entre salud mental y paz en los Montes de María, en la que las prácticas culturales de cuidado de la salud mental han emergido y se mantienen en un contexto de conflicto armado; la continuidad en el tiempo de estas prácticas logra efectos acumulativos de avances en la construcción de paz y a su vez, en la salud mental comunitaria.

Esto otorga una respuesta a los esfuerzos por juntar los procesos de atención psicosocial y de la salud mental con la construcción de paz (IASC, 2024), e invita a centrar la mirada en los mismos macrocomportamientos comunitarios.

De esta forma, las prácticas culturales de cuidado de salud mental de las comunidades de Los Montes de María tienen importantes efectos favorables para la salud mental, con impacto individual y colectivo respecto de lo emocional, social/relacional, socioeconómico y cultural de las poblaciones. Esto reafirma la importancia de entender la salud mental desde una perspectiva amplia e integradora que va más allá de nociones internalizantes, individualistas y patologizantes.

Implicaciones para el trabajo comunitario

El presente estudio pretendió abordar las prácticas culturales de cuidado de la salud mental de las comunidades de los Montes de María desde metodologías que permitieran generar un conocimiento contextualmente apropiado y relevante. Por tal motivo, se realizaron grupos focales desde una lógica co-constructiva y colaborativa, la cual busca que los temas discutidos reflejen las prioridades y preocupaciones de los participantes (Horowitz et al., 2009), e involucra a la comunidad en la interpretación de los resultados, fomentando una toma de decisiones compartida (Viswanathan et al., 2004; Coughlin et al., 2017). Esto se refleja en la evaluación de las comunidades sobre el proyecto:

esto es un proyecto que, pues nunca se había visto, porque siendo sincero esto no había pasado como tal, que llegaran unos psicólogos y dijeran, hombre, vamos a ver cuáles son los problemas que tienen la comunidad, no lo sabían, simplemente llegaban decían, tatata, tienes esto, tienes esto y chao, no te daban un diagnóstico como tal, pero estos nos están escuchando y están haciendo el proyecto dependiendo lo que uno les está diciendo. (Líder social, Montes de María)

De tal forma, se resaltan las ventajas de este enfoque; al participar activamente en las etapas del proceso, las comunidades desarrollan un mayor sentido de pertenencia y empoderamiento (Wallerstein & Duran, 2010), convirtiéndose en agentes de cambio dentro de su entorno (Gray et al., 2010), y fortaleciendo su capacidad de enfrentar los propios desafíos de manera autónoma (Wallerstein & Duran, 2010). Además, este enfoque permite la identificación prioridades comunitarias, no visibilizadas anteriormente con métodos tradicionales, promoviendo que las intervenciones resultantes sean más alineadas con las necesidades reales (Horowitz et al., 2009; Coughlin et al., 2017). Estos efectos se evidenciaron en las propuestas de los participantes:

este tipo de herramientas nos están dando a nosotros la razón, o sea, yo no le vería sentido si esto lo dejamos nosotros que solamente sea un trabajo para finalizar un proyecto y que quede ahí o sea yo creo que aquí la verdadera razón de ser de nosotros como organizaciones, como líderes sociales que somos es aprovechar todas esas herramientas. (Líder social, Montes de María)

Respecto de una visión a futuro en la línea de investigación que se trabajó, los resultados obtenidos indican la pertinencia de implementar métodos de investigación etnográficos y longitudinales que permitan profundizar en las dinámicas sociales constitutivas de las prácticas culturales de cuidado de la salud mental, evaluar sus efectos terapéuticos y psicosociales, así como percibir con mayor claridad las barreras institucionales y posibles vías para una articulación entre los sistemas culturales de cuidado comunitarios y los servicios de salud mental que requiere el territorio.

Ahora, como limitaciones de este estudio se pueden mencionar las difíciles condiciones de acceso a las comunidades por situaciones de seguridad, pobreza y violencia que tienen que afrontar los líderes de los Montes de María. Si bien fue una fortaleza contar con participantes de comunidades afrodescendientes, indígenas,

campesinas, LGBTQ+, de jóvenes y de mujeres, se debe indicar que el muestreo no fue representativo, por lo que los hallazgos empíricos no son generalizables a otras poblaciones en otros contextos. Además, el análisis tuvo como criterio el trabajo con líderes de los Montes de María como territorio general, sin especificar las diferencias de las prácticas culturales entre los municipios y grupos comunitarios; abordaje que amerita ser retomado en futuros estudios.

En todo caso, debe recordarse que las comunidades son quienes han sufrido los efectos del conflicto armado y en ese contexto han desarrollado estrategias efectivas de afrontamiento y cuidado. Se invita entonces a los profesionales de la salud y a los diferentes actores que tienen responsabilidad respecto de la salud mental y la construcción de paz a que dialoguen con las comunidades, reconozcan su acervo de conocimiento y lo incluyan al momento de plantear lineamientos o intervenciones en salud mental. Esto implica competencia y humildad cultural, referidas al conocimiento y valoración de las particularidades culturales de las personas con quienes se va a trabajar, lo que es coherente con la atención centrada en la persona y que ayuda a reducir las disparidades en materia de salud (Lekas et al., 2020). Así, solo se responderá adecuadamente a las necesidades de comunidades particulares como la que en este estudio nos convoca, cuando se considere una mirada macrocontextual de las personas, las comunidades, sus problemáticas y los diversos factores que pueden actuar como facilitadores o barreras en la implementación de programas de intervención dirigidos al cuidado de la salud mental en los territorios; esto, reconociendo la voz y agencia de la comunidad y la interacción entre salud mental y construcción de paz.

Agradecimientos

Esta investigación se realizó con el apoyo del Grupo de Investigación Lazos Sociales y Culturas de Paz y el Grupo de Investigación Psicología y Salud de la Pontificia Universidad Javeriana Bogotá

y del Grupo Regional de Memoria Histórica de la Universidad Tecnológica de Bolívar.

Damos un agradecimiento especial a las comunidades de los Montes de María con quienes co-construimos el proyecto de investigación; sin sus experiencias y conocimiento no sería posible esta elaboración. A María José Martínez, Yessica Blanco, Daniela Valdelamar, Brindy Cantillo y Alejandra Peña del Grupo Regional de Memoria Histórica, quienes apoyaron la organización y desarrollo del trabajo de campo con comunidad; y a Sara Lucía Forero, auxiliar de Investigación, por su apoyo en el análisis de la información.

Financiación

Este artículo fue realizado en el marco del proyecto de investigación: “Diseño Participativo De Un Modelo De Atención Psicosocial En Salud Mental En Las Comunidades De Los Montes De María En El Marco De La Emergencia Sanitaria Por Covid-19”, financiado por el Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación de Colombia, con recursos provenientes del Patrimonio Autónomo Fondo Nacional de Financiamiento para la Ciencia, Tecnología y la Innovación Francisco José de Caldas (Contrato 80740-866-2020). La participación de DRGP, DCRL, PA, WLL estuvo enmarcada en este proyecto. MJRR y LCS participaron en el proyecto desde la Convocatoria Jóvenes Investigadores e Innovadores (Número 209), como parte de la reactivación económica de Minciencias en 2021. La participación de los autores HC y CPM se dio en el marco del proyecto de investigación “A Participatory Psychosocial Care Approach to of Mental Health in Colombia (PPCColombia)” financiado por el Economic and Social Research Council ESRC, con recursos provenientes del Fondo Newton (Ref ES/V013394/1) del Reino Unido.

Los financiadores no estuvieron involucrados en la recolección o análisis de los datos reportados en este estudio.

Referencias

- Abitbol, P. (2023). The Complex Intersection of Legacies of Violence and Legacies of Resistance in Montes de María, Colombia. En A. T. Chase, P. Mahdavi, H. Banai, & S. Gruskin. (Eds.), *Human Rights at the Intersections. Transformation through Local, Global, and Cosmopolitan Challenges*. (pp. 127-134). Bloomsbury Academic. <https://library.oapen.org/handle/20.500.12657/60596>
- Arnos Martínez, M., Cárdenas Castro, M., Beristain, C. M., & Afonso, C. (2017). Armed conflict, psychosocial impact and reparation in Colombia: Women's voice. *Universitas Psychologica*, 16(3), 36-47. <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy16-3.acpi>
- Arias López, B. E. (2019). Hilos, nudos y voces para la investigación y el cuidado en contextos de sufrimiento social. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 37, 42- 46. <https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.339732>
- Assaz, D. A., Tyndall, I., Oshiro, C. K., & Roche, B. (2023). A process-based analysis of cognitive defusion in acceptance and commitment therapy. *Behavior Therapy*, 54(6), 1020-1035. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2022.06.003>
- Bai, Z., Luo, S., Zhang, L., Wu, S., & Chi, I. (2020). Acceptance and commitment therapy (ACT) to reduce depression: A systematic review and meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 260, 728-737. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.09.040>
- Ballesteros de Valderrama, B. P., Novoa-Gómez, M., & Sacipa-Rodríguez, S. (2009). Prácticas culturales de paz en jóvenes adscritos y no adscritos a la Red de Jóvenes por la Paz. *Universitas Psychologica*, 8(3), 683-702. <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/616>
- Bang, C. L. (2015). Promoting mental health and community participation: a study on participatory arts practice, creativity and play in the city of Buenos Aires, Argentina. *Health, Culture and Society*, 8(1), 58-68. <http://dx.doi.org/10.5195/hcs.2015.183>
- Bang, C. L. y Wajnerman, C. (2010). Arte y Transformación Social: La Importancia de la Creación Colectiva en Intervenciones Comunitarias. *Revista Argentina de Psicología*, 48(4), 89-103. <http://hdl.handle.net/11336/188341>
- Bello Tocancipá, A. C., & Aranguren Romero, J. P. (2020). Voces de hilo y aguja: construcciones de sentido y gestión emocional por medio de prácticas textiles en el conflicto armado colombiano. *H-ART. Revista de historia, teoría y crítica de arte*, (6), 181-204. <https://doi.org/10.25025/harto6.2020.10>
- Benatuil, D., & Toscano, W. (2017). Sports and Community Well-being. En Tonon, G. (Ed.). *Quality of Life in Communities of Latin Countries* (pp. 37-54). Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-53183-0_3
- Bonilla-Escobar, F. J., Osorio-Cuellar, G. V., Pacichana-Quinayáz, S. G., Sánchez-Rentería, G., Fandiño-Losada, A., & Gutiérrez, M. I. (2017). Do not forget culture when implementing mental health interventions for violence survivors. *Ciência & Saúde Coletiva*, 22(9), 3053-3059. <https://doi.org/10.1590/1413-81232017229.12982016>
- Brennan, Mark A. (2005). The Importance of Incorporating Local Culture into Community Development: FCS9232/FY773, 10/2005. *edis*, (15). <https://doi.org/10.32473/edis-fy773-2005>
- Cairns, A. J., Kavanagh, D. J., Dark, F., & McPhail, S. M. (2019). Goal setting improves retention in youth mental health: a cross-sectional analysis. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 13(31), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s13034-019-0288-x>
- Campbell, C., & Burgess, R. (2012). The role of communities in advancing the goals of the Movement for Global Mental Health. *Transcultural Psychiatry*, 49(3-4), 379-395. <https://doi.org/10.1177/1363461512454643>
- Cardozo Rusinque, A. A., Cortés-Peña, O. F., & Castro Monsalvo, M. (2017). Relaciones funcionales entre salud mental y capital social en víctimas del conflicto armado y personas en situación de pobreza. *Interdisciplinaria*, 34(2), 235-257. <http://ref.scielo.org/99b8wr>
- Castaño, G., Sierra, G., Sánchez, D., Torres, Y., Salas, C., & Buitrago, C. (2018). Trastornos mentales y consumo de drogas en la población víctima del conflicto armado en tres ciudades de Colombia. *Biomédica*, 38(1), 70-85. <https://doi.org/10.7705/biomedica.v38io.3890>
- Cerquera-Córdoba, A. M., Matajira-Camacho, Y. J. y Peña-Peña, A. J. (2020). Estrategias de afrontamiento y nivel de resiliencia presentes en adultos jóvenes

- víctimas del conflicto armado colombiano: un estudio correlacional. *Psyke*, 29(2), 1-14. <https://dx.doi.org/10.7764/psyke.29.2.1513>
- Cihon, T., & Mattaini, M. (2020). History and Progress in Cultural and Community Science. In Cihon, T., & Mattaini, M. (Eds.), *Behavior Science Perspectives on Culture and Community* (pp. 1-21) Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-45421-0_1
- Clift S. (2012). Creative arts as a public health resource: moving from practice-based research to evidence-based practice. *Perspectives in Public Health*, 132(3), 120-127. <https://doi.org/10.1177/1757913912442269>
- Colorafi, K. J., & Evans, B. (2016). Qualitative descriptive methods in health science research. *herd: Health Environments Research & Design Journal*, 9(4), 16-25. <https://doi.org/10.1177/1937586715614171>
- Coughlin, S. S., Smith, S. A., & Fernandez, M. E. (Eds.). (2017). *Handbook of Community-Based Participatory Research*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780190652234.001.0001>
- Creswell, J. (1998). *Qualitative inquiry and research design. Choosing among five traditions*. Sage.
- Espínola Verdín, V., & Guzmán Gómez, P. D. (2017). Reconstrucción del tejido social. *Propuestas para León, Elecciones 2018* (pp. 78-84). Universidad Iberoamericana de León. https://www.researchgate.net/profile/Vicente-Espinola-Verdin/publication/344388935_Reconstruccion_del_Tejido_Social/links/5f6f5b7f92851c14bc977c31/Reconstruccion-del-Tejido-Social.pdf#page=78
- Firchow, P. (2020) *Recuperando la paz cotidiana: Voces locales para la medición y evaluación después de la guerra*. Editorial Universidad del Rosario. <https://doi.org/10.12804/th9789587844382>
- Fledderus, M., Bohlmeijer, E. T., Smit, F., & Westerhof, G. J. (2010). Mental health promotion as a new goal in public mental health care: A randomized controlled trial of an intervention enhancing psychological flexibility. *American journal of public health*, 100(12), 2372-2372. <https://doi.org/10.2105/ajph.2010.196196>
- Fundación Cultura Democrática [FUCUDE], Consultoría para los Derechos Humanos y el Desplazamiento [CODHES], Corporación Opción Legal, Universidad Tecnológica de Bolívar Grupo Regional de Memoria Histórica, Mesa de Organizaciones de Población Desplazada de Los Montes de María [OPDS] Montes de María. (2020). *Los Montes de María bajo fuego, voces de las víctimas de la violencia. Comisión de la Verdad*. <https://codhes.files.wordpress.com/2021/01/montes-de-maria-bajo-fuego.pdf>
- Gibson Watt, T., Gillanders, D., Spiller, J. A., & Finucane, A. M. (2023). Acceptance and Commitment Therapy [ACT] for people with advanced progressive illness, their caregivers and staff involved in their care: A scoping review. *Palliative Medicine*, 37(8), 1100-1128. <https://doi.org/10.1177/02692163231183101>
- Gray, N., Ore de Boehm, C., Farnsworth, A., & Wolf, D. (2010). Integration of Creative Expression into Community-Based Participatory Research and Health Promotion with Native Americans. *Family and Community Health*, 33(3), 186-192. <https://doi.org/10.1097/fch.0b013e3181e4bb6c>
- Grupo Regional de Memoria Histórica [GRMH], Universidad Tecnológica de Bolívar, Organización de Poblaciones Desplazadas Étnicas y Campesinas de los Montes de María [OPDS], Equipo de Comunicación Rural OPDS Montes de María, Corporación Desarrollo Solidario, Consultoría para los Derechos Humanos y el Desplazamiento [CODHES] y Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID) (2017) *Fortalecimiento de las bases y las capacidades territoriales para la reconstrucción participativa de la memoria histórica del conflicto armado en los Montes de María. Informe consolidado del proyecto*. Cartagena.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Strosahl, K. (Eds.). (2004). *A practical guide to acceptance and commitment therapy*. Springer Science & Business Media. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197550076.001.0001>
- Hernández-Holguín, D. M. (2022). Dimensiones de lo colectivo de la salud mental en prácticas de construcción de paz, Colombia. *Fronteras*, (18). 67-80 https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/34899/1/rf_Hernandez-Holguin_2022n18.pdf
- Horowitz, C. R., Robinson, M., & Seifer, S. (2009). *Community-Based Participatory Research from the Margin to the Mainstream: Are Researchers Prepared?*

- Circulation*, 119(19), 2633-2642. <https://doi.org/10.1161/circulationaha.107.729863>
- Inter-Agency Standing Committee [IASC] (2024). *Integrating mhpps and peacebuilding: a mapping and recommendations for practitioners*. <https://interagencystandingcommittee.org/sites/default/files/2024-01/iasc%20Guidance%20Integrating%20mhpps%20and%20Peacebuilding%2C%20a%20Mapping%20and%20Recommendations%20for%20Practitioners.pdf>
- Lekas, H. M., Pahl, K., & Fuller Lewis, C. (2020). Rethinking Cultural Competence: Shifting to Cultural Humility. *Health services insights*, 13, 1178632920970580. <https://doi.org/10.1177/1178632920970580>
- Lopez Jaimes, R. J., Araque-Castellanos, F., Jaimes-Parada, G. Y., & Rivera-Porras, D. (2020). Capacities for the transformation of conflicts into survivors of anti-personal mines: a view from mental health. *Ciencia E Innovación En Salud*. <https://doi.org/10.17081/innosa.107>
- López-López, W., & Taylor, L. K. (Eds.). (2021). *Transitioning to Peace. Promoting Global Social Justice and Non-violence*. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-77688-6>
- López-López, W., Rubio León, D. C., García-Padilla, D., Cakal, H., Abitbol, P., Pineda, C., Rocha, D., Reyes Rivera, M. J., & Guzmán Duarte, A. F. (2022). Medición de indicadores de salud mental de población en contexto de conflicto armado en Colombia: Revisión de alcance [Measuring mental health indicators of armed conflict population in Colombia: Scoping review]. *Universitas Psychologica*, 21, 1-17. <https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy21.mism>
- Martínez Chaparro, A. M., Castro Yepes, L. M., & Antrivar Londoño, D. F. (2020). Apoyo social en mujeres sobrevivientes de desplazamiento intraurbano en Medellín-Colombia. *Revista de Paz y Conflictos*, 13(1), 275-291. <https://doi.org/10.30827/revpaz.v13i1.9591>
- Mattaini, M. A. (1995a). Contingency Diagrams as Teaching Tools. *The Behavior Analyst*, 1(1), 93-98. <https://doi.org/10.1007/bfo3392695>
- Mattaini, M. A. (1995b). Teaching cultural design: Shaping new behaviorists. *Behavior and Social Issues*, 5, 21-28. <https://doi.org/10.5210/bsi.v5i2.220>
- Mattaini, M. A. (1996a). Envisioning cultural practices. *The Behavior Analyst*, 19(2), 257-272. <https://doi.org/10.1007/bfo3393168>
- Mattaini, M. A. (1996b). Public issues, human behavior and cultural design. In M. A. Mattaini & B. A. In Thyer (Eds.), *Finding solutions to social problems: Behavioral strategies for change* (pp. 13-40). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10217-001>
- Mattaini, M. A. (2001). Constructing cultures of non-violence: The PEACE POWER! strategy. *Education and Treatment of Children* (pp. 430-447). <http://www.jstor.org/stable/42900502>
- Mattaini, M. A. (2004). Systems, metacontingencies, and cultural analysis: Are we there yet? *Behavior and Social Issues*, 13(2), 124-130. <https://doi.org/10.5210/bsi.v13i2.20>
- Mattaini, M. A. (2020). Cultural Systems Analysis: An Emerging Science. In Cihon, T., & Mattaini, M. (Eds.). *Behavior Science Perspectives on Culture and Community* (pp. 43-65). https://doi.org/10.1007/978-3-030-45421-0_3
- Moreno-Murcia, L. M., Gómez, M. A., & Bustos Marín, T. (2021). Salud mental y conflicto armado en Colombia: una revisión documental. *IyD*, 8(2), 26-41. <https://doi.org/10.26620/uniminuto.inclusion.8.2.2021.26-41>
- Movimiento por la Paz [MPDL]. (2017). *Cicatrices de la guerra en las colombianas. Los impactos de la violencia sexual en Montes de María. En el marco del proyecto "Prevención de la violencia sexual en el marco del conflicto y protección de los derechos sexuales y reproductivos, Colombia"*. MPDL. <https://www.mpdl.org/noticias/america-latina/derechos-humanos/cicatrices-guerra-mujeres-violencia-sexual-colombia#sthash.argosnsn.dpbs>
- Moxham, L., Taylor, E. K., Patterson, C., Perlman, D., Brighton, R., Heffernan, T., & Sumsdis, S. (2017). Goal Setting Among People Living with Mental Illness: A Qualitative Analysis of Recovery Camp. *Issues in Mental Health Nursing*, 38(5), 420-424. <https://doi.org/10.1080/01612840.2016.1271067>
- Na, E., Lee, K., Jeon, B. H., Jo, C., Kwak, U. H., Jeon, Y., Yang, K., Lee, E., & Jeong, J. (2022). Acceptance and commitment therapy for destructive experiential avoidance [ACT-DEA]: a feasibility study. *International*

- journal of environmental research and public health*, 19(24), 16434. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416434>
- Novoa-Gómez, M. M., Barreto, I., & Manuel Silva, L. (2012). Consumo de cigarrillo y prácticas culturales en contextos universitarios. *Revista latinoamericana de psicología*, 44(1), 97-110. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3915913>
- Ortegón, T. M., Vinaccia, S., Quiceno, J. M., Capira, A., Cerra, D., & Bernal, S. (2022). Apoyo social, resiliencia, estrés percibido, estrés postraumático, ansiedad, depresión y calidad de vida relacionada con la salud en líderes comunitarios víctimas del conflicto armado en los Montes de María, Sucre, Colombia. *Revista eleuthera*, 24(1), 158-178. <https://doi.org/10.17151/eleu.2022.24.1.8>
- Perdomo, M., Sánchez, F., & Blanco, A. (2021). Effects of a community resilience intervention program on victims of forced displacement: A case study. *Journal of community psychology*, 49(6), 1630-1647. <https://doi.org/10.1002/jcop.22499>
- Puerta Henao, E. (2015). Tejidos que dan sentido a la existencia. El significado que tiene para los habitantes de San Carlos la experiencia de reconstruir su tejido afectado por el conflicto armado. Relatos de vida. 2013-2015 [Tesis de Maestría]. Medellín, Colombia: Universidad de Antioquia. <https://hdl.handle.net/10495/3526>
- Pulido-Castelblanco, D. P., Novoa-Gómez, M., & Muñoz-Martínez, A. M. (2013). Análisis metacontingencial de la obesidad mórbida como problemática de salud pública. *Terapia psicológica*, 31(2), 239-247. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082013000200010>
- Quintero-Jurado, J., & Ossa-Henao, Y. (2018). Agrupaciones comunitarias juveniles: promoción de la salud mental y desarrollo de capacidades. *Trends in Psychology*, 26, 1605-1618. <https://doi.org/10.9788/tp2018.3-17>
- Ramírez-Giraldo, A., Hernández-Bustamante, O., Romero-Acosta, K., & Porras-Mendoza, E. (2017). Estado de salud mental de personas víctimas del conflicto armado en Chengue. *Psicología desde el Caribe*, 34(1), 49-70. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=So123-417X2017000100049&lng=en&tlng=es
- Ramírez, N. H., Juárez, F., Baños, A. J. P., Luzardo, J. G., Chávez, Y. M. R., Castilla, A. M. S., & Amaya, M. V. V. (2016). Afectaciones psicológicas, estrategias de afrontamiento y niveles de resiliencia de adultos expuestos al conflicto armado en Colombia. *Revista colombiana de psicología*, 25(1), 125-140. <https://doi.org/10.15446/rp.v25n1.49966>
- Ramírez Zuluaga, L. A. (2021). La juntadera: recuperación de prácticas comunitarias cotidianas como forma de reparación en Palmirita, municipio de Cocorná, Antioquia. *Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología*, 79-100. <https://doi.org/10.7440/antipoda45.2021.04>
- Ramos Delgado, D. (2013). ¿Qué son las prácticas artísticas comunitarias?" Algunas reflexiones prácticas y teóricas en torno a la construcción del concepto. *Pensamiento, palabra y obra*, (9), 116-133. <https://doi.org/10.17227/2011804X.9pp0116.133>
- Rokhideh, M. (2017). Peacebuilding and psychosocial intervention: the critical need to address everyday post conflict experiences in northern Uganda. *Intervention*, 15(3), 215-229. <https://doi.org/10.1097/wtf.0000000000000161>
- Sánchez, V. A. A., López, J. V. S., & Parra, J. A. C. (2022). Sentido de vida en sobrevivientes del conflicto armado colombiano durante la pandemia por COVID-19. *Tempus Psicológico*, 6(1). <https://doi.org/10.30554/tempuspsi.6.1.4579.2023>
- Sarmiento-Marulanda, L. C., Aguilera-Char, A. A., González-Gil, C., & López-López, W. (2021). Psychosocial rehabilitation experiences of women victims of armed conflict in Montes de María, Colombia. *Archives of public health*, 79(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s13690-021-00548-w>
- Sliep, Y., Tankink, M., & Bubenzer, F. (2023). Co-creation as a methodology to integrate mental health and psychosocial support and peacebuilding. *Intervention Journal of Mental Health and Psychosocial Support in Conflict Affected Areas*, 21(2), 89-95. <https://doi.org/10.4103/intv.intv.22.23>
- Strauss, A. & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa: técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Universidad de Antioquia.

- Tamayo-Agudelo, W., & Bell, V. (2019). Armed conflict and mental health in Colombia. *bjpsych international*, 16(2), 40-42. <https://doi.org/10.1192/bji.2018.4>
- Thompson, E. M., Destree, L., Albertella, L., & Fontenelle, L. F. (2021). Internet-based acceptance and commitment therapy: a transdiagnostic systematic review and meta-analysis for mental health outcomes. *Behavior Therapy*, 52(2), 492-507. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2020.07.002>
- Tobar, E. J., Muñoz, J. A. B., Guerrero, N. E. L., & Oviedo, A. M. M. (2019). Las huellas del conflicto armado en la salud mental colectiva. Jangwa Pana. *Revista de Ciencias Sociales y Humanas*, 18(1), 132-149. <https://doi.org/10.21676/16574923.2724>
- Todorov, J. C., & Freitas Lemos, R. (2020). Applying behavioral science to large-scale social changes. In Cihon, T. & Mattaini, M. (Eds.), *Behavior science perspectives on culture and community* (pp. 171-193). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-45421-0_8
- United Nations Development Programme [UNDP] (2022) Guidance note: Integrating mental health and psychosocial support into peacebuilding. UNDP. <https://www.undp.org/sites/g/files/zskgke326/files/2022-05/undp-IntegratingMental-Health-and-Psychosocial-Support-into-Peacebuilding-V2.pdf>
- Vera-Márquez, A. V., Sanudo, J. E. P., Jariego, I. M., & Ramos, D. H. (2015). Identidad social y procesos de adaptación de niños víctimas de violencia política en Colombia. *Revista latinoamericana de psicología*, 47(3), 167-176. <https://doi.org/10.1016/j.rlp.2015.06.006>
- Viswanathan, M., Eng, E., Ammerman, A., et al. (2004). Community-Based Participatory Research: Assessing the Evidence. *Evidence Report/Technology Assessment No. 99*. Rockville, md: Agency for Healthcare Research and Quality. <https://api.semanticscholar.org/Corpusid:20744190>
- Wallerstein, N., & Duran, B. (2010). Community-Based Participatory Research Contributions to Intervention Research: The Intersection of Science and Practice to Improve Health Equity. *American Journal of Public Health*, 100(S1), S40-S46. <https://doi.org/10.2105/ajph.2009.184036>
- Wilson, K. G., & Soriano, M. C. L. (2014). *Terapia de aceptación y compromiso (act): un tratamiento conductual orientado a los valores*. Ediciones Pirámide. <http://biblioteca.univalle.edu.ni/files/original/3d546127a0bac8bafc82e24d2b1ec19cde656e72.pdf>
- Zamora-Moncayo, E., Burgess, R. A., Fonseca, L., González-Gort, M., & Kakuma, R. (2021). Gender, mental health and resilience in armed conflict: listening to life stories of internally displaced women in Colombia. *bmj global health*, 6(10), e005770. <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2021-005770>

Apéndice A

Citas y ejemplos que ilustran los aspectos asociados con la práctica cultural reunirse con familiares, amigos, líderes y otros miembros de las comunidades.

Aspecto relacionado	Cita ilustrativa y/o ejemplo
Antecedentes estructurales	<p>Ha sido un municipio que es folclórico, entonces allí siempre se ha llevado a cabo las integraciones por festividades, carnavales, semana santa, patronales, [...], allí se mueve toda la comunidad de los corregimientos.</p> <p>[...] esa red nace a través de la comunidad internacional para buscar digamos la recuperación de ese tejido social que se estaba perdiendo por la violencia, [...] sirvió para hacer un acercamiento dentro de las comunidades, y por ende, hacer el planteamiento de los acuerdos de paz, [...] y todo para tratar de llevar a cabo esa reconstrucción del tejido social que se había perdido en la violencia.</p>
Ocasiones	<p>Sobre el consumo de sustancias psicoactivas: Digamos que ya uno tiene la percepción de quién es la persona que consume y quiénes no consumen, [...] cuando ya nos damos cuenta de esas personas, [...] también hay un conversatorio, un acercamiento hacia estas personas [...] y también se busca de dónde viene ese problema.</p>
Operaciones de establecimiento	<p>[...] entonces es muy bonito, de esos reencuentros, de esas reuniones, de sentarnos a vernos una película, de realizar una actividad conjunta en una comunidad para que conversemos, nos escuchemos.</p>
Modelos de imitación	<p>Mi papá era maestro empírico y eso tal vez lo llevo yo en la sangre, [...] interactuar con la gente, hasta ahora después de viejo es que me vengo a dar cuenta, que papi era así, entonces ese interactuar con las comunidades.</p> <p>[...] al contar uno se da cuenta que mi dolor es grande pero yo veo que el de la otra persona puede ser más grande y ella lo está superando entonces ese mismo ejemplo nos ayuda a superarnos un poquito más, porque nos damos cuenta que no somos nosotros solos los que hemos vivido estos hechos [...].</p>
Reglas	<p>Efecto sanador y fortalecedor de los encuentros</p> <p>[...] lo más bonito de todo es que cuando estamos en un espacio donde nos encontramos lo Monte Mariano que nos conocemos, nos damos un fuerte abrazo, lo hemos bautizado “el abrazo Monte Mariano” porque es un abrazo tan fraternal que nos lleva a... esa alegría de habernos encontrado con el otro.</p> <p>Encuentros como recurso para afrontar las dificultades</p> <p>Toda persona necesita de otras, no podemos hacer las cosas solos, no podemos sobrellevar la vida de nosotros prácticamente solos porque siempre necesitamos de alguien más, [...] y en este caso, las personas necesitan de otras para poder sobrellevar su vida [...].</p>
Consecuencias	<p>Entonces al recibir apoyo de otras personas te está dando a ti prácticamente la importancia que necesitabas escuchar te hace ver que tú eres alguien, que tú vales la pena, y te hace seguir adelante.</p> <p>Con unos jóvenes que están en riesgo que estamos haciendo un trabajo muy bonito con ellos y a ellos se les está dando la oportunidad de que ellos digan qué les gusta, qué no les gusta para poder ellos encaminarlos a la carrera que tienen y que la alcaldía los va a apoyar [...].</p> <p>Avances en construcción de paz:</p> <p>[...] sirvió para hacer un acercamiento dentro de las comunidades, y, por ende, hacer el planteamiento de los acuerdos de paz, porque con Montes de María nace ahí, para hacer las mesas de trabajo, las mesas de concertación, y todo para tratar de llevar a cabo esa reconstrucción del tejido social que se había perdido en la violencia.</p> <p>Logramos, así integrarnos en conjunto, sanar los duelos y todos los traumas que nos dejó pues esta experiencia amarga de desplazamiento, pudimos perdonar a los victimarios, pudimos sanar las heridas lo que no quiere decir que se nos olvidó, no se nos ha olvidado, pero recordamos sin dolor y sin rabia, pudimos perdonar porque entendimos que cuando perdonamos, somos libres.</p>

Apéndice B

Citas y ejemplos que ilustran los aspectos asociados con la práctica cultural plantear metas de valor y realizar acciones para alcanzarlas.

Aspecto relacionado	Cita ilustrativa y/o ejemplo
Antecedentes estructurales	Gracias a Dios tuve la oportunidad de haber recibido apoyo psicosocial por parte de una organización internacional [...] durante 7 meses, y eso nos ayudó también para la construcción, para ayudar a nuestras comunidades, porque de cierta manera entre todas y todos, las organizaciones, nos vamos dando como ese apoyo de lo que hemos aprendido. Incluso a la ley [...] que supuestamente fue hecha para, más para los victimarios que para las víctimas ahí empezamos a trabajar nosotros por la víctima, por las cosas que correspondían y a solicitar la verdad, porque es una de las cosas que sana.
Ocasiones	Con el temor que había, nadie era capaz de asumir la responsabilidad de ser representante legal ni presidente una asociación y yo recuerdo que por el afán de sacar adelante a la comunidad y por el afán de, como de recuperar algo de lo que se había perdido, yo asumí la responsabilidad de crear nuevamente la organización. [...] yo no me veía como padre y él apareció, apareció mandado de Dios, en el momento justo [...] es un motorcito para mí, mi polo a tierra, con todos sus problemas, con todos mis problemas, pero él es mi polo a tierra.
Operaciones de establecimiento	[...] porque el dolor no se ve, se lleva, se siente y es muy duro, es muy duro y es por eso que nosotras nos hemos metido en ese [...] en ese cuento de *inaudible* la memoria histórica que venimos realizando porque sabemos que eso nos está fortaleciendo. Mi sueño fue siempre ser líder, gracias a Dios confiaron en mí la comunidad, hasta el momento no los he defraudado, he luchado por ello y bueno, logré eso que quería, ser líder y gracias a dios hoy lo soy.
Modelos de imitación	[...] volvimos y retomamos la asociación municipal de campesinos, con nuevos líderes, hijos de los campesinos que fueron líderes en esos momentos, y que hoy a hoy ayudamos continuando al restablecimiento del derecho. Esa necesidad me hizo ponerme a hacer algo y yo veía a las otras mujeres trabajando y yo decía yo también puedo, yo no sé hacer esto, pero yo también puedo.
Reglas	Importancia otorgada a la unión y búsqueda de beneficios comunitarios Aprendí que para poder conseguir las cosas tendríamos que empezar a unirnos dentro de las comunidades. Sobre la labor del líder social Ya uno está acostumbrado a eso, que lo amenacen, que le digan, que lo injurien, que lo calumnien, pero uno sigue, porque uno nace, eso lo lleva uno en la sangre. Valor de la educación Una persona educada llega lejos, no está atenido mendigándole un puesto a nadie.
Consecuencias	Hemos ayudado a nuestros hijos a hoy ser profesionales, que algunas familias ya han logrado por sus esfuerzos tener sus viviendas propias, bueno, y como líderes de la comunidad hemos fortalecido internamente ayudando en nuestro nivel de vida haciendo nuestras propias empresas, algunos trabajan las artesanías, los hombres en la agricultura, [...] esos son eventos que nos llenan a nosotros de satisfacción y motivación [...] [...] estamos organizados y nos vamos a seguir organizando [...] entonces los indígenas tienen un derecho de su ley propia, de su ley de origen, entonces por ese momento estamos recuperando nuestra identidad [...], hoy nos están reconociendo [...] Avances en construcción de paz [...] hoy damos gracias a Dios porque uno de los sueños vagos y locos de un grupo de mujeres campesinas que se vieron un día derrotadas de un pueblo, pues hoy están en Museo Nacional eh obras que nosotros pues nunca [...] antes del desplazamiento lo hubiéramos pensado [...]. Se hizo la caracterización del daño, pero también eh ya tenemos la reparación colectiva, que nos ha traído muchos beneficios a nivel comunitario [...] tenemos proyectos productivos, tenemos artesanías comunitarias, [...].

Apéndice C

Citas y ejemplos que ilustran los aspectos asociados con la práctica cultural desarrollar actividades artísticas o artesanales.

Aspecto relacionado	Cita ilustrativa y/o ejemplo
Antecedentes estructurales	<p>¿Qué hicimos la institución educativa? que nos tocó recibir a esos niños [...] el arte, el teatro, la pintura, la danza, [...] en Monte María todos los jóvenes, adultos y niños les gusta bailar, nos dimos cuenta esa situación y empezamos a meterle la danza, lo que ellos saben, la familia, ahí metemos al niño y al papá ¿por qué? Porque el papá coloca una gaita, él se va a mover y el hijo también se va a mover y va y canta y nos reuníamos y ahí empezamos a cantar [...] personas que decían: tenía mis años que no cantaba, pero empezaron a cantar, a sacar su canto, en cuestiones de memoria histórica [...].</p> <p>¿Qué me gusta? ¿qué hay para hacer en la cultura? Hay grupos de baile, hay grupos de música, entonces, hay esos espacios donde podemos ir y participa.</p>
Ocasiones	<p>Nosotros ahí liberábamos emociones porque yo decía en el momento en el que yo tengo rabia, yo estoy ansiosa, yo bailo mapalé, en el momento en el que estoy contenta bailo cumbia, [...]. En un taller que estaba haciendo, hago el primer dibujo de una serie que tiene la masacre y es donde los dibujo [...] y ese dibujo plasmó lo que tenía en mi cabeza al papel y fue la única forma de cerrar mis ojos y ya no verlos.</p>
Operaciones de establecimiento	<p>Yo en mi casa pongo música y me pongo a bailar sola, pero no es lo mismo uno liberar esas emociones con un grupo de danza, o sea, con unas compañeras.</p> <p>Se socializan para que vengan a ese carnaval y otras acciones culturales para que se sientan bien y se les olvide un poco todo lo que hemos sufrido.</p>
Modelos de imitación	<p>Una psicóloga [...], fueron ellos que nos enseñaron a nosotros a hacer el arte. Porque comenzaron con un arte que se llama <i>quilting</i>, cosíamos en forma de figuras geométricas. Que ha sido una forma de sanar su duelo en la medida en que van tejiendo y cómo van enseñando a sus hijos, por ejemplo, aquí tenemos a [...] fue enseñado, una nueva generación; [...] teje, fue aprendiz de su mamá, [...].</p> <p>En el colegio, allí está mi profesora [...] ella influyó mucho ¿por qué?, porque aquí en el colegio hay diferentes formas en como nosotros los estudiantes nos podemos expresar, una de ellas es el teatro [...].</p>
Reglas	<p>Gusto regional por el arte En Montes de María no hay un joven que no le guste bailar, en Monte María todos los jóvenes, adultos y niños les gusta bailar.</p> <p>Papel del arte como terapéutico y sanador Siempre lo he dicho, ha sido nuestro psicólogo y nuestro psiquiatra, el arte, porque a través de él fue que empezamos a contar nuestra historia.</p> <p>Importancia de resignificar los eventos negativos La solución es recordar, saber que te ocurrió, que fue difícil, que lo que te pasó no fue nada fácil, que fue adverso, que te dolió, pero que ya pasó y que a eso malo hay que sacarle algo bueno, porque la vida sigue, y no podemos dejar que eso adverso que nos aconteció, nos coja y nos lleve al extremo para acabarnos, tenemos que sacar algo bueno.</p>
Consecuencias	<p>Surgieron algunos grupos de gaita donde nuevamente ya se comienza a dar, a reagrupar la comunidad [...].</p> <p>Todos estábamos aislados, pero, estábamos haciendo memoria individual y todos estábamos haciendo catarsis casi de esa forma, cualquier manifestación artística, dibujos, canciones, décimas, poemas, el solo escribir, el solo contar, algunas personas que le tengas confianza eso siempre ha ayudado a exorcizar a madurar duelo y es lo que hoy en día nos tiene contando, cantando y dibujando las historias.</p> <p>Entonces, al recordar el pasado de nuestros ancestros: cómo vivían y qué hacían, nos llena de emoción. Esa es la parte cultural, rescatar y transmitirles a nuestros jóvenes, a nuestro semillero, lo que es nuestro. Nuestros antepasados nos enseñaron a nosotros y, en la parte económica, pues eh [...] nos deja unos ingresos, nos ayudaría en nuestro nivel de vida a la familia, [...]. esos son los 2 significados, cultural y económico.</p> <p>Avances en la construcción de paz Sábanas de sueño, hoy como lugar de memoria y que está reconocida, pues le da vuelta al mundo, sí, porque tiene ese reconocimiento, ya que hacemos parte también de la red nacional de memoria, [...].</p> <p>Personas que decían tenía mis años que no cantaba, pero empezaron a cantar, a sacar su canto, en cuestiones de memoria histórica para qué no se quedara eso allí, la institución educativa ¿Qué fue lo que hicimos? agarramos a los estudiantes tanto pequeños, primero que todos los papás fueron al colegio contaron la historia de lo que habían pasado, de lo que han vivido, de dónde venía, todo eso, eso el colegio hizo un libreto de todos los que iban cantando, lo que iban contando hasta que nos enteramos totalmente de todo lo que había pasado lo que han vivido.</p>

