

## **Características psicosociales en una víctima del conflicto armado en Norte Santander, Colombia.**

**Briayan Eduardo Serrano Sanchez**  
<https://orcid.org/0009-0009-2881-6523>  
braser232@gmail.com

**Neider Fabian Rincon Montejo**  
<https://orcid.org/0009-0008-0119-3584>  
nefarimo18@gmail.com

**Ana Xatly Romero Clavijo**  
<https://orcid.org/0009-0007-7480-4334>  
axaro09@hotmail.com

**Yijadd Ordoñez Yaber**  
<https://orcid.org/0009-0001-7999-7760>  
yijadd@hotmail.com

### **RESUMEN**

El conflicto armado, es una realidad que se presenta en diferentes zonas de Colombia y que trae consigo consecuencias psicosociales, las cuales son afrontadas por la población afectada y sobreviviente de dicha problemática, en este sentido, el Registro Único de Víctimas (RUV), desde 1985 hasta febrero del 2022 reporta que en el departamento de Norte de Santander alrededor de 374.861 personas se declararon víctimas del conflicto armado, por ende, nació el interés investigativo de describir las características psicosociales en una víctima del conflicto armado en Teorama Norte de Santander, a través de un estudio de caso desde una metodología cualitativa, con un diseño fenomenológico, y como técnicas para la recolección de información la entrevista semiestructurada, la observación no participante y la historia de vida; seguidamente, los datos se analizan llevando a cabo una triangulación de técnicas. Los resultados aportan nuevos conocimientos que contribuyen los aspectos relevantes relacionados con la terapia psicológica y la importancia de las estrategias de afrontamiento en situaciones traumáticas.

**Palabras clave:** Conflicto armado, víctima, estrés postraumático, depresión, consumo de sustancias psicoactivas y riesgo suicida.

### **Psychosocial characteristics in a victim of the armed conflict in Norte Santander, Colombia.**

### **ABSTRACT**

The armed conflict is a reality that occurs in different areas of Colombia and that brings with it psychosocial consequences, which are faced by the affected population and survivors of said problem, in this sense, the Single Registry of Victims (RUV), since 1985 to February 2022 reports that in the department of Norte de Santander around 374,861 people declared

themselves victims of the armed conflict, therefore, the investigative interest was born to describe the psychosocial characteristics in a victim of the armed conflict in Teorama Norte de Santander, a through a case study from a qualitative methodology, with a phenomenological design, and as techniques for collecting information the semi-structured interview, non-participant observation and life history; Next, the data is analyzed by carrying out a triangulation of techniques. The results provide new knowledge that contributes to relevant aspects related to psychological therapy and the importance of coping strategies in traumatic situations.

**Keywords:** Armed conflict, victim, post-traumatic stress, depression, consumption of psychoactive substances and suicide risk.

## INTRODUCCIÓN

El conflicto armado es una realidad compleja que ha marcado la historia de la humanidad. A lo largo de los siglos, diferentes sociedades y naciones han sido testigos de enfrentamientos violentos que han dejado profundas cicatrices en sus comunidades. Desde las guerras antiguas hasta los conflictos contemporáneos, la guerra y la violencia han infligido sufrimiento y desolación en todo el mundo. Los efectos causados por el conflicto son devastadores tanto a corto como a largo plazo, las vidas humanas se pierden, las comunidades se desplazan, la infraestructura se destruye y la economía se ve afectada; dejando además secuelas emocionales y psicológicas que pueden perdurar durante generaciones. Por otro lado, vulnera los derechos humanos fundamentales y dificulta la construcción de una paz duradera.

Es importante resaltar que los conflictos armados siguen causando muerte, desplazamiento y sufrimiento a gran escala, al término de 2019, 79,5 millones de personas en todo el mundo habían sido objeto de desplazamiento forzado a causa de conflictos armados; siendo la mayor cifra jamás registrada. Asimismo, en el 2020 ocurrieron 49.304 muertes de civiles y militares de manera violenta y directa, en los que el gobierno de un estado participó al menos de un lado, por ende, tienen lugar numerosos conflictos armados en todo el mundo, incluidos “los que implican a partes beligerantes dentro de un solo estado (conflictos armados no internacionales) y los que implican a fuerzas armadas de dos o más Estados (conflictos armados internacionales)” (Amnistía Internacional, 2022).

De esta manera, según el Registro Único De Víctimas (2022), en “Colombia 9.361.995 personas son reconocidas como víctimas, de las cuales 1.083.148 son víctimas de homicidio, en Norte de Santander, 324.267 son víctimas del desplazamiento forzado y 47.677 son víctimas de homicidio”. Debido a esto, Colombia se encuentra inmersa en un conflicto armado que involucra múltiples actores: las guerrillas de izquierda, los paramilitares de derecha, los narcotraficantes, el gobierno, las fuerzas armadas y la sociedad civil. Así, dentro de las consecuencias sociales causadas por el actuar de los grupos armados en Colombia y la violencia que estos han desencadenado en el país, se encuentran la inseguridad generalizada por el conflicto armado, la cual tiene un impacto profundo en la vida cotidiana de las personas,

generando un clima de miedo, incertidumbre y vulnerabilidad. Además, puede afectar negativamente la economía, la educación, la salud y el desarrollo social de las comunidades afectadas. Por otro lado, Velandia y Paba (2021), afirman que:

Teniendo en cuenta los daños provocados por la violencia en las víctimas directas, el tipo y número de hechos victimizantes podrían asociarse de forma diferenciada a sus habilidades para la gestión de conflictos y su agresividad con implicaciones que no han recibido suficiente atención en el posacuerdo ni en la reparación y atención psicosocial a víctimas. (p. 5)

En términos generales, se puede entender la coerción como un acto de ejercer fuerza o presión sobre alguien para obtener su sometimiento, esto podría implicar el uso de amenazas, intimidación, violencia física o psicológica para lograr que una persona o grupo de personas actúe en contra de su voluntad, puede ocurrir en diferentes contextos, relaciones personales, entornos laborales, situaciones políticas o de conflicto armado. De esta manera, principalmente busca controlar o dominar a otras personas, privándola de su capacidad para tomar decisiones autónomas y forzándola a actuar de acuerdo con los deseos o intereses del coactor. Tal como lo indica Medina (2021):

La coerción es una consecuencia importante a tener en cuenta, debido a que esta implica el intento de forzar a otra persona a tomar parte en comportamientos que van en contra de su voluntad, a través del uso de amenazas, insistencia verbal, manipulación, engaño, expectativas culturales o poder económico (p. 13)

De acuerdo a lo anterior, el conflicto armado en Colombia no solo trae consigo múltiples afectaciones en la sociedad, sino que, al mismo tiempo genera un impacto en la salud mental de las víctimas, el cual es significativo y prolongado, causando que estas personas sean vulnerables ante diversas situaciones y por ende las diferentes áreas de funcionamiento se vean afectadas. Tal como dice Cudris y Barrios (2018):

Las víctimas de un acontecimiento intenso amenazante tienen una mayor probabilidad de experimentar el trastorno de estrés postraumático (TEP). La literatura revisada coincide con que la violencia sociopolítica es una serie de traumas que generan con mayor frecuencia este cuadro clínico, siendo el factor central del trastorno de estrés postraumático la percepción de amenaza incontrolable por parte de la víctima a su enfermedad física o psicológica. El TEP puede estar acompañado de depresión y, en algunos casos, del consumo de sustancias psicoactivas que empeoran el pronóstico de la población (p. 12).

De esta manera, si bien es cierto que una gran parte de la población que habita la región del Catatumbo y específicamente el municipio de Teorama, es reconocida ante el gobierno como víctima del conflicto armado, en la actualidad no se evidencia la atención integral a estas

personas, la cual, según la normatividad nacional estipula garantizar o brindar de manera efectiva dicha atención. Esta falta de atención adecuada refleja no solo una brecha en el cumplimiento de los derechos fundamentales de estas víctimas, sino también una persistente vulnerabilidad que perpetúa las secuelas físicas, psicológicas y socioeconómicas dejadas por años de violencia y desplazamiento forzado.

Conforme a ello, a pesar de las políticas implementadas para abordar la situación de las víctimas del conflicto, existe una desconexión entre las intenciones expresadas en los textos legales y la realidad palpable en las comunidades afectadas. Las limitaciones en la asignación de recursos, la falta de coordinación entre las diferentes entidades gubernamentales y la ausencia de programas integrales de rehabilitación y reparación integral han obstaculizado la transformación genuina de la vida de aquellos que han sufrido las consecuencias más devastadoras de la guerra. Consecuentemente, la población al declarar su condición, muchas veces se convierte en beneficiaria de estímulos económicos, así Gómez et al., (2016), aseguran que:

No se da importancia necesaria a las afectaciones psicosociales que estos hechos pueden traer consigo y que deben ser tratadas de manera profesional. Al enfrentarse a este tipo de situaciones, conlleva a acciones y experiencias, que se pueden manifestar años después de ser vivenciadas y con mayor intensidad en los contextos geográficos que tuvieron un mayor grado de exposición al conflicto armado” (p.3)

De esta forma, Castañeda y Camargo (2018), dieron a conocer que “el conflicto armado tiene repercusiones en la salud mental de las personas, además de las repetitivas violaciones a los derechos humanos”. Evidentemente, el conflicto armado genera afectaciones a nivel material y psicológico en la vida de un gran número de la población víctima, por lo que muchas personas han sido desplazadas, asesinadas, desterradas, violadas, amenazadas, entre otras acciones hostiles y violentas que vulneran sus derechos fundamentales.

### **Conflicto Armado en Colombia**

Para hablar de conflicto armado en Colombia, se da a conocer que es una situación que ha podido trascender con el pasar de los años y que ha dejado un sinfín de violencia a su paso, con base a esto, se han resaltado una serie de situaciones de orden político que se han logrado mantener con la misma intensidad a lo largo de la historia colombiana, entre las cuales se destacan que “el estado nunca ha controlado los monopolios clásicos, que se supone, son la pretensión estatal en cualquier sociedad: violencia, dominio territorial, justicia y tributación” Rosero (2013). En este sentido, Cuesta y Rojas (2021), resaltan que:

El principal desafío que tienen los investigadores en la materia es tratar de realizar estudios sociales en zonas donde el conflicto continúa en manos de otros actores armados ilegales que han buscado aprovechar el vacío que dejaron las FARC; pero

también lograr establecer lógicas de comprensión territorial de la vida de otras comunidades que sí están viviendo un verdadero posconflicto porque ya no experimentan hechos violentos. Esto significa que la academia y los estudios territoriales deben estar preparados para comprender los desafíos que presenta la compleja realidad colombiana actual, y aportar a que el esfuerzo institucional y social que se invirtió en las negociaciones y en el acuerdo de paz con las FARC no se pierdan y se logre construir una sociedad que pueda tramitar sus diferencias de formas no violentas, para, de este modo, contribuir a la justicia social y territorial que ha estado tan en mora en nuestro país (p. 25).

En este sentido, abordar la persistencia de conflictos armados en Colombia requiere un enfoque integral que tome en consideración tanto las zonas donde la violencia aún prevalece como aquellas que están en proceso de transición hacia una realidad posconflicto. El compromiso de la academia y la sociedad en comprender y abordar esta complejidad será esencial para construir un futuro más pacífico y justo para todos los colombianos; en concordancia Bautista (2017), asegura que:

En la construcción paz territorial no solo se debe reconocer que existen diversas formas de apropiar el espacio, sino que es necesario que se realice en múltiples escalas y en múltiples dimensiones. La acción política que entraña la paz ha de permitir la concurrencia de diferentes tipos de labores que impacten y articulen las diferentes dimensiones y escalas en las que se configuran los territorios, a la vez que permite a los sujetos comprometidos en este empeño la exploración de dimensiones nuevas en el territorio (p. 10).

Desde una perspectiva territorial, se logran destacar la necesidad de analizar cómo se dan estas ocurrencias en contextos de conflicto armado, los cuales se derivan de otros factores tales como los refugios montañosos, la disponibilidad de corredores o distancia entre ciudades, zonas fronterizas y los centros políticos y económicos del país. Según Galtung (1986), citado por Ríos, Bula y Morales (2019):

Como la violencia manifiesta, producida por los grupos armados intervinientes en el conflicto –en este caso, las FARC, el ELN y otros grupos criminales, con base en el número de acciones violentas transcurridas en los últimos años, tanto en las cifras facilitadas, ex profeso, por el Observatorio de Derechos Humanos y Derecho Internacional Humanitario (ODHDIH) adscrito a la Presidencia de la República, como de la información proveniente de la Revista Criminalidad y el Observatorio del Delito, pertenecientes a la Policía Nacional de Colombia (p. 5).

A través de los diferentes relatos, se ha buscado conocer el principal desarrollo de lo que es el conflicto armado y como este tiene gran impacto a nivel nacional, por ende, se busca establecer de manera más particular las principales repercusiones que ha de tener dicha

problemática en Norte De Santander, Corredor y Sierra (2019) sostienen que:

La persistencia de esta ausencia de Estado en los territorios se mide en los niveles de desigualdad, no simplemente a partir de la concentración de la riqueza, sino del rezago en competitividad e innovación de los sectores productivos, que crea círculos viciosos llenos de asimetrías exponenciales, en enclaves estratégicos. Al punto que los grupos identificados fueron creando sus propios mapas del conflicto, geolocalizando sus intereses. Es decir, casi que la "complicidad" del Estado, por ausentarse de dichos territorios, facilitó la consolidación de estos grupos al margen de la ley en zonas estratégicas con intereses particulares en momentos muy específicos de la historia del conflicto (p. 3).

Todo lo anterior y de acuerdo a Yaffe (2011), "llega a explicar en buena medida la prolongación del conflicto en determinadas zonas del país, la cual viene acompañada de diferentes situaciones que han estado presentes desde tiempos anteriores como lo son la desigualdad, la pobreza, la ausencia de estado o incluso la corrupción". En la cual, la espacialidad del conflicto establece a los actores ilegales en la periferia, lejos de los centros económicos y políticos del país, debido a estas condiciones.

Esta dinámica de ubicación periférica de los actores ilegales en las zonas de conflicto presenta una serie de efectos interconectados que profundizan aún más los problemas arraigados en estas áreas, la falta de presencia estatal y de inversión en infraestructura básica en estas zonas ha exacerbado la desigualdad y la pobreza, creando un círculo vicioso en el que la falta de oportunidades y recursos básicos alimenta la vulnerabilidad y, a su vez, proporciona un terreno fértil para la influencia de grupos armados, siguiendo estas ideas, Ríos, Bula y Morales (2019) dice que:

Desde una perspectiva territorial, la imbricación de escenarios favorables a la resistencia de las insurgencias en la lucha contra el Estado en donde se hallan recursos que sirven de soporte para la misma, cuenta con una amplia literatura al respecto, en que se ha denominado como innaccessibility, y que tiende a poner su acento en la estrecha relación que existe entre violencia y frontera. Por ejemplo, Tollefsen y Bauhaug (2015) destacan la necesidad de analizar de qué modo se dan las particularidades locales en contextos de violencia armada, lo cual se entendería, mayormente por la concurrencia de factores tales como la distancia con la ciudad, la disponibilidad de corredores y refugios selváticos o montañosos, o la distancia sociocultural, e incluso identitaria, entre las zonas fronterizas y los centros políticos y económicos del país (p. 3).

Asimismo el surgimiento del estado moderno, ha generado un espacio que ha traído consigo mecanismos de control a nivel social en las cuales ha generado un pacto entre el estado y los ciudadanos que imparten el control exclusivo sobre el uso legítimo de la fuerza, el cual se determina por el acatamiento de las normas, en las cuales se prima el cumplimiento de

leyes establecidas y seguido a esto se garantiza unos derechos tanto civiles como políticos por parte del estado los cuales son llamados a cumplirse por parte de los ciudadanos, tal como lo nombra Olivar (2017):

El estado moderno introdujo dos dispositivos de regulación de la vida social: el contrato social entre Estado y ciudadanía y el monopolio de la violencia legítima. El primero es la base del Estado de derecho y de la obediencia a la ley. El ciudadano le debe obediencia al cuerpo jurídico, y a cambio el Estado le otorga una serie de derechos civiles y políticos (los llamados derechos de primera generación (p. 2).

Con relación a las víctimas del conflicto armado, primero se debe abordar la afección que esto ha generado en cada una de estas personas e incluso poblaciones, donde se debe reconocer el padecimiento que han soportado las diferentes ciudades y municipios, debido a la violencia ejecutada por diferentes grupos armados. La sociedad civil, ha resultado afectada en su mayoría por el conflicto armado, hombres, mujeres, niños, niñas, adolescentes, jóvenes, adultos y adultos mayores; teniendo en cuenta la información de Aguirre (2019), basada en lo que dispone la Ley de Víctimas y Restitución De Tierras, las víctimas:

Son aquellas personas que individual o colectivamente hayan sufrido un daño por hechos ocurridos a partir del 1.º de enero de 1985, como consecuencia de infracciones al Derecho Internacional Humanitario o de violaciones graves y manifiestas a las normas internacionales de Derechos Humanos, ocurridas con ocasión del conflicto armado interno (p. 4).

Por lo anterior, la corte penal internacional manifiesta que se establecerá a las personas naturales que hayan sido víctimas de un hecho victimizante por parte de alguno de estos grupos, mencionados con anterioridad, además, se podrá entender a aquellas organizaciones que directamente hayan padecido algún daño con base a la religión, instrucción, las artes, las ciencias o la beneficencia, a sus monumentos históricos, hospitales y otros lugares y objetos que tengan fines humanitarios. A través de esto, existe un informe denominado ¡Basta Ya! perteneciente al Centro de Memoria Histórica, (2013) afirma que:

Del conjunto de muertes violentas ocurridas en el país entre 1958 y 2012, por lo menos 220.000 tienen su origen en el conflicto armado, y de estas el 80% han sido civiles inermes. Se trata de cientos de miles de víctimas fatales producto en especial de masacres, y asesinatos selectivos, a las que hay que sumar, muchos otros miles de víctimas de desaparición forzada, desplazamiento forzoso, secuestros, ejecuciones extrajudiciales, reclutamiento ilícito, tortura y sevicia, minas antipersona, y violencia sexual. Son miles de víctimas, muchas de las cuales han pasado desapercibidas, no solo por la estrategia de ocultamiento empleada por los actores armados sino por la rutinización de la violencia y la indiferencia social e institucional (p. 13).

Estas cifras son un sombrío testimonio del impacto humano y social que el conflicto armado ha tenido en Colombia. Revelan la extensión de la violencia que ha desgarrado comunidades enteras y ha dejado cicatrices profundas en la memoria colectiva del país. Los números reflejan no solo la tristeza de las vidas perdidas, sino también la urgente necesidad de buscar justicia, verdad y reparación para las víctimas y sus familias; dadas las anteriores características, se complementa con lo presentado por Centro de Pensamiento Global (CIDOB) (2018), quienes resaltan que:

En 40 años de conflicto 39.000 colombianos han sido víctimas de secuestro entre los cuales un 37% han sido atribuidos a FARC-EP y un 30% al ELN, ante esto, el desarrollo de las víctimas han ido abarcando diferentes etapas las cuales han sido sumidas frente a la incertidumbre, malestar y nostalgia que ha producido las olas de violencia por parte de estos grupos armados, estas emociones de nostalgia, llegaron provenientes de pérdida de lugares significativos para estas personas, además de la tristeza producida por la pérdida o muerte de seres queridos, estas experiencias logran generar síntomas como la alteración del sueño, la concentración y atención en las actividades que representan el diario vivir de cada una de estas personas (p. 14)

### **Características psicosociales**

Las características psicosociales del conflicto armado son complejas y multifacéticas, ya que afectan tanto a nivel individual como colectivo, puede exponer a las personas a situaciones extremadamente traumáticas, como la violencia directa, el desplazamiento forzado, el secuestro y la pérdida de seres queridos, por otro lado, puede interrumpir la educación, el empleo y el acceso a servicios básicos, por lo que la falta de oportunidades puede afectar negativamente el bienestar psicológico y social de las personas. De esta manera, las características psicosociales del conflicto armado de acuerdo con Arroyo (2013), corresponden a:

...el desarraigo de sus lugares de origen, pérdidas no solo materiales y personales, sino emocionales, la sensación de haber perdido sus viviendas, seres queridos, costumbres, actividades habituales y, en algunos casos, aventurarse en un lugar que no se siente como propio, enfrentando las necesidades que trae cada día y no contando con los recursos que habitualmente tenían para suplir sus necesidades mínimas; a grandes rasgos, esto hace que las personas hayan perdido el horizonte de su vida, se sientan desorganizados y experimenten el sufrimiento emocional que puede, en algunos casos, dar lugar a graves perturbaciones psicológicas. (p. 12).

### *Estrés Postraumático*

El Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT) es una reacción psicológica que puede

desarrollarse después de haber experimentado o presenciado un evento traumático, como aquellos que ocurren en el contexto del conflicto armado, es una respuesta natural a situaciones extremadamente estresantes y peligrosas, y puede afectar a personas de todas las edades y trasfondos; en este sentido, Ariza, Moreno y Osorio (2018), aseguran que:

Entre los síntomas dados durante los tres meses siguientes al evento se encuentra: rumiación de pensamiento, flashbacks, estados de ansiedad y miedo al presenciar estímulos que se encuentren relacionados con evento traumático, tensión muscular, trastornos del sueño, los cuales afectan los componentes cognitivos, conductuales y emocionales de la persona, imposibilitando desarrollar de manera idónea sus relaciones sociales, laborales, sentimentales y familiares (p. 24).

Consecuentemente, es importante reconocer que el TEPT es una reacción natural y no es un signo de debilidad, por lo que la búsqueda de ayuda profesional es fundamental para el diagnóstico y el tratamiento. La estigmatización y el temor a ser juzgado pueden obstaculizar el proceso de búsqueda de ayuda, pero es esencial comprender que el TEPT puede afectar a cualquier persona que haya experimentado situaciones traumáticas; buscar el apoyo de profesionales de la salud mental especializados puede marcar una diferencia significativa en la calidad de vida de quienes lo padecen. Desde otra autoría, el Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, DSM-5 (2016), expone al TEPT como:

Una condición en la cual una persona siente que experimenta repetidamente la vivencia de un trauma en diferentes formas, como a través de sueños, lugares olores, entre otros. Esto puede generar una sensación de embotamiento emocional, entumecimiento y dificultad para responder al entorno. Se manifiesta con síntomas como la anhedonia, evitación de actividades y situaciones que evocan el trauma. Las personas que lo padecen también pueden experimentar una sensación de desesperanza y miedo, y revivir el evento traumático a través de pesadillas o imágenes que aparecen en su conciencia, generando la sensación de estar reviviendo la experiencia en el momento presente (p.7).

### *Depresión*

La depresión, es una condición de salud mental que puede tener un impacto profundo en las personas que se encuentran inmersas en el contexto del conflicto armado; las experiencias traumáticas, la constante sensación de peligro y la incertidumbre sobre el futuro pueden desencadenar y agravar los síntomas depresivos; la exposición a la violencia, la pérdida de seres queridos y la alteración drástica de las condiciones de vida contribuyen a la carga emocional que las personas enfrentan en estos entornos, en este caso, Avendaño et al., (2018), señalan que:

El impacto del conflicto armado en la salud mental puede ser significativo y puede

contribuir al desarrollo de la depresión en las personas afectadas, de esta manera se pueden evidenciar diferentes síntomas como: sentimientos de tristeza y desesperanza, ya que las personas que viven en áreas afectadas por el conflicto armado pueden experimentar una profunda tristeza y desesperanza debido a las dificultades y las pérdidas que han experimentado, de igual forma, puede llevar a una disminución del interés y el disfrute en las actividades diarias, debido a que las personas pueden perder interés en actividades recreativas, sociales o laborales que antes les brindaban satisfacción; también puede llevar a sentimientos de culpa o inutilidad, teniendo en cuenta que las personas pueden sentirse responsables o culpables por no poder proteger a sus seres queridos o por no poder hacer frente a las dificultades de manera adecuada (p. 2).

### *Consumo de SPA*

Álvarez et al., (2020), determina que “el consumo de sustancias psicoactivas (SPA) se refiere al uso de drogas que afectan el sistema nervioso central y que tienen efectos en la cognición, el estado de ánimo y la percepción, algunas de las SPA más comunes incluyen el alcohol, la nicotina, la marihuana, la cocaína, la heroína y los medicamentos recetados”. Por su parte, Castaño et al., (2018), refiere de esta manera que:

El consumo de SPA puede ser una problemática adicional que se presenta en el contexto del conflicto armado, debido a que este genera altos niveles de estrés en las personas afectadas y el consumo puede ser utilizado como una forma de escape o autogestión del estrés y las experiencias traumáticas. También, las personas que son desplazadas forzosamente de sus hogares y pierden sus redes de apoyo pueden estar expuestas a un mayor riesgo de consumo de SPA, ya que se pueden experimentar sentimientos de desesperanza, desesperación y aislamiento, lo que puede llevar a buscar refugio en las sustancias para hacer frente a la situación (p. 11)

### *Riesgo Suicida*

El riesgo suicida en el contexto del conflicto armado, es una preocupación que refleja las complejas interacciones entre el trauma, la desesperanza y las condiciones de vida extremadamente desafiantes; las personas expuestas a situaciones de violencia, enfrentan una carga emocional abrumadora, lo que puede aumentar su vulnerabilidad hacia pensamientos y comportamientos suicidas. De esta manera, la combinación de estrés crónico, falta de acceso a recursos básicos, desplazamiento y la ausencia de un entorno de apoyo adecuado puede agravar el sufrimiento psicológico y desencadenar sentimientos de desesperanza. Además, la desorganización social, la ruptura de lazos comunitarios y la falta de servicios de salud mental amplifican el riesgo suicida en estas circunstancias. Según la Organización Panamericana de la Salud (OPS) (2022), el hablar de riesgo suicida, hace referencia:

A la posibilidad de que una persona intente o complete el acto de suicidio y puede ser causado por una variedad de factores, incluyendo problemas de salud mental, eventos estresantes de la vida, antecedentes familiares de suicidio y abuso de sustancias. Además, en el marco del conflicto armado, las personas pueden enfrentar una serie de factores de estrés y traumas que pueden aumentar su vulnerabilidad al riesgo suicida; siendo algunos de estos factores la exposición continua a la violencia, el desplazamiento forzado que lleva a condiciones de vida precarias y a la falta de acceso a servicios básicos como agua potable, atención médica, educación y la pérdida de empleo, factores que consecuentemente pueden generar sentimientos de desesperanza y desesperación que contribuyen al riesgo suicida (p. 3).

### **Estrategias de afrontamiento**

En el contexto del conflicto armado, las estrategias de afrontamiento adquieren una importancia fundamental para la salud mental y emocional de las personas afectadas, las estrategias de afrontamiento efectivas no solo ayudan a las personas a sobrellevar el estrés y la adversidad, sino que también fomentan la resiliencia y la adaptación en medio de circunstancias extremadamente desafiantes; por ende, al desarrollarlas y aplicarlas, las personas pueden fortalecer su capacidad para enfrentar los desafíos del conflicto armado, mitigar los efectos negativos en su salud mental y avanzar hacia una recuperación más sólida y sostenible. Dichas estrategias son importantes de acuerdo con la afirmación de Cerquera, Matajira y Peña (2020) ya que estas:

Permiten a los individuos reducir el estrés y manejar de manera saludable las situaciones estresantes, permitiendo afrontar los desafíos de manera constructiva y buscar soluciones en lugar de responder de manera emocional, por otro lado, mejoran la salud mental, dado que ayudan a reducir la ansiedad, la depresión y otros problemas emocionales, proporcionando herramientas para enfrentar y superar las dificultades, consecuentemente, contribuyen al fortalecimiento de la resiliencia, es decir la capacidad para hacer frente a los desafíos y recuperarnos de ellos (p. 5).

#### *Autocontrol*

Esta estrategia se da a conocer como aquella que, en momentos de estrés o trauma, permite mantener la calma y tomar decisiones más racionales y eficaces en lugar de reaccionar impulsivamente, dado que es común que las personas experimenten una gran cantidad de emociones intensas, que pueden llegar a nublar su juicio. Asimismo, las acciones impulsivas pueden aumentar el riesgo de daño adicional tanto para la persona misma como para los demás, haciendo que esta estrategia de afrontamiento se convierta en una herramienta crucial, para ayudar a prevenir actos imprudentes que podrían agravar la situación o causar más sufrimiento, en este sentido, para Pérez, Cobo, Sáez y Díaz (2018):

El autocontrol fue considerado como la capacidad de anular, cambiar o interrumpir las respuestas internas (como impulsos) y abstenerse en función de ellas. Posteriormente, fue descrito como la capacidad de resistir las tentaciones, regular las emociones, cogniciones, controlar y ajustar el comportamiento en servicio de objetivos generales a largo plazo (p. 2).

Asimismo, esta es una habilidad que contribuye al fortalecimiento de la resiliencia, debido a que las personas con buena capacidad de autocontrol tienden a adaptarse mejor a las situaciones traumáticas, recuperarse más rápido y experimentar menos secuelas a largo plazo; mantener el autocontrol en estas situaciones, puede reducir el riesgo de desarrollar trastornos de ansiedad, depresión o estrés postraumático. De esta manera, el autocontrol desempeña un papel fundamental en la capacidad de una persona para enfrentar de manera efectiva las situaciones estresantes que se le puedan llegar a presentar, ya que desarrollar esta habilidad puede ser beneficioso tanto para la salud mental como para las relaciones interpersonales en momentos difíciles; tal como asegura Ruiz y Martines (2021):

El autocontrol es una habilidad importante en el contexto del conflicto armado, porque puede ayudar a las personas a gestionar sus emociones, pensamientos y comportamientos en situaciones desafiantes y potencialmente peligrosas, por lo que es importante fortalecer aspectos como la regulación emocional, lo que implica la capacidad de reconocer y gestionar las emociones en situaciones estresantes, dado que en el conflicto armado, es común experimentar una amplia gama de emociones intensas como el miedo, la ira o la tristeza. Fomentar esta habilidad puede ayudar a las personas a responder de manera efectiva en situaciones difíciles y potencialmente peligrosas (p. 3).

#### *Distanciamiento*

El distanciamiento como estrategia de afrontamiento juega un papel fundamental en la capacidad para hacer frente a situaciones estresantes o difíciles en la vida. De este modo, se convierte en una herramienta valiosa para gestionar el estrés, tomar decisiones informadas, preservar relaciones, cuidar de la salud mental y gestionar de manera adecuada las emociones. Al incorporar esta estrategia en el desarrollo de la vida diaria, se hace frente a los desafíos con mayor calma y claridad, fomentando así el bienestar nivel general. Esta estrategia se centra en reconocer que no siempre se pueden controlar o cambiar las circunstancias externas, pero sí se puede controlar cómo responder a ellas. Es así que Londoño (2020), lo define como:

La práctica de mantener una distancia física o emocional de otras personas o situaciones, puede ser una estrategia para evitar conflictos, proteger la privacidad o manejar emociones negativas como el miedo o la ansiedad. Asimismo, es importante tener en cuenta que el distanciamiento en las víctimas del conflicto armado es una

respuesta a experiencias traumáticas y puede ser parte del proceso de adaptación y recuperación, sin embargo, el distanciamiento prolongado puede dificultar la búsqueda de apoyo y la recuperación emocional. De esta manera, se puede presentar distanciamiento emocional, experimentar una desconexión emocional como mecanismo de defensa; distanciamiento social, pudiéndose alejarse de las interacciones sociales debido al trauma y las experiencias traumáticas que han vivido; distanciamiento de sí mismo: desarrollando una desconexión con su propio sentido de identidad y autoestima como resultado de las experiencias traumáticas (p. 6).

#### *Reevaluación positiva*

Centrándose en los aspectos positivos o en las oportunidades de crecimiento personal que puede proporcionar, la reevaluación positiva como estrategia de afrontamiento es una herramienta útil para afrontar los desafíos de la vida con una actitud más positiva y constructiva. Así, esta herramienta permite encontrar un nuevo significado y valorar los aspectos positivos en situaciones estresantes o negativas. Al cambiar la perspectiva y enfocarse en el crecimiento personal, se puede reducir el estrés, fomentar la resiliencia y mejorar el bienestar psicológico. “Se refiere a la estrategia cognitiva de reinterpretar una situación negativa de manera más positiva y constructiva” (Varela et al., 2021). Por otro lado, Cerquera, Matajira y Peña (2020), la define como:

Una estrategia de afrontamiento que implica cambiar la forma en que se perciben las situaciones estresantes y encontrar aspectos positivos o aprendizajes en medio del conflicto armado; esta reevaluación positiva, no soluciona directamente las dificultades causadas por el conflicto armado, pero puede ayudar a encontrar un sentido de esperanza, resiliencia y crecimiento personal en medio de la adversidad, es decir, es una forma de promover una visión más equilibrada y constructiva, buscando oportunidades para aprender y encontrar aspectos positivos en medio de las circunstancias difíciles (p. 11).

#### *Autoinculpación*

Se conceptualiza como: “la tendencia a culparse a sí mismo por los problemas o dificultades que se presentan, incluso cuando no son responsabilidad del individuo; esta tendencia a menudo se asocia con sentimientos de culpa, baja autoestima, ansiedad y depresión” (Garcés, 2020). En relación a las víctimas del conflicto armado, la autoinculpación puede ser un fenómeno común, debido a que las personas que han sido afectadas por el conflicto armado pueden sentirse responsables de lo que les ha sucedido, incluso cuando la culpa recae en los perpetradores o en las circunstancias fuera de su control, (Loaiza, 2017).

## **METODOLOGÍA**

En este apartado, se da a conocer la metodología empleada para el desarrollo de la investigación, en la cual se describirán el enfoque, alcance trabajado y las diferentes técnicas aplicadas en la investigación.

#### *Tipo de investigación*

Para tratar el objetivo principal de esta investigación, se consideró abordar un enfoque cualitativo, debido a que este permite la comprensión del espacio en el cual se desarrollan los fenómenos que caracterizan una hegemonía cultural y generar así una comprensión parcial de las situaciones que rodean a dicha población. Además, permite generar un contacto directo entre el individuo y el entorno que lo rodea, favoreciendo las diferentes implicaciones que hacen parte de su diario vivir, por ende, el respectivo enfoque, se basa no solo en la comprensión si no también en el conocimiento de cada tema, el cual proporciona un marco y una dirección para el pensamiento y el razonamiento.

Por otra parte, proporciona una visión de los "fenómenos de aprendizaje" y las influencias sociales que cada uno enfrenta desde su perspectiva individual, con base en sus experiencias y las formas en que han afectado el tema de manera positiva o negativamente (Vera, 2021). Se abordaron los datos desde un diseño fenomenológico, el cual según Cresswell (2009):

El conocimiento se adquiere a través de la experiencia vivida por las personas, por lo tanto, los investigadores buscan comprender la experiencia de los participantes a través de diferentes técnicas y el análisis de los datos obtenidos para identificar los patrones y las esencias de la experiencia. (p. 21).

#### *Muestra*

La investigación se efectuó en población víctima del conflicto armado, específicamente del municipio de Teorama Norte de Santander; el tipo de muestreo establecido es por conveniencia, resaltando a Vera (2021), esto implica el acceso del investigador a los participantes, siendo este el que determinará qué población está sujeta e implementará en la investigación. Así, para esta investigación se contó con un participante masculino de 57 años de edad, casado, con nivel educativo bachiller y residente en el municipio de Teorama Norte De Santander.

Características del participante: estuvo implicado en un enfrentamiento entre un grupo armado al margen de la ley y las fuerzas armadas del municipio de Teorama Norte De Santander, de la cual fueron varias las víctimas implicadas, siendo el participante uno de los pocos sobrevivientes de la masacre, por ende, necesitó emplear estrategias las cuales lo obligaron a hacerse pasar por fallecido para evitar que acabaran con su vida, así mismo cuando la masacre llegó a su fin, el participante en estado shock tuvo que ser socorrido por las

fuerzas armadas las cuales en un momento llegaron a confundirlo con un integrante de un grupo armado donde casi terminan por abatir su vida, seguido de lo anterior el participante recibió asistencia médica, al día siguiente llegaron a la puerta de su casa integrantes del grupo armado debido a que algunos de los fallecidos eran pertenecientes a este grupo y por ende necesitaban una razón acerca del porque el sujeto era una de las personas con vida, con base en esto procedieron a llevárselo a un lugar aledaño al municipio, donde estuvo secuestrado por dos días en los cuales pretendían sacarle algún tipo de información acerca del hecho sucedido en días anteriores, al finalizar los dos días y de haberle realizado el interrogatorio al sujeto, el grupo armado decidió liberarlo en una zona aledaña al municipio, así mismo el anterior hecho victimizante termino por generarle al participante diferentes dificultades que con el pasar de los años se han mantenido persistentes en su diario vivir, los cuales produjeron en el participante violencia física, emocional y psicológica.

#### *Técnicas de recolección de información*

Para la recolección de la información, se emplearán tres técnicas que hacen parte de la investigación cualitativa y están enfocadas a realizar la búsqueda y el registro de los diferentes datos necesarios para la investigación. Una de ellas es la historia de vida, que de acuerdo con Chárriez (2012), tiene por objetivo “comprender la conducta humana desde el propio marco de referencia de las personas”. Otra de las técnicas usadas, es la entrevista semiestructurada, la cual se considera un mecanismo para la recopilación de datos frecuente en procesos investigativos de pregrado, donde su éxito es en gran medida a la flexibilidad que posee, “ya que permite que los investigadores agregan nuevos datos o direccionar la estructura de la misma, de acuerdo a las expresiones del participante durante la entrevista” (Gonzales, 2020). Y finalmente, la observación no participante, esta técnica con vocación cualitativa de acuerdo con Riba (2017):

El observador recoge información significativa del sujeto observado sin establecer interacción con él y, por lo tanto, sin que él se dé cuenta..... En esta modalidad de observación el científico observa al sujeto o grupo sobre el que focaliza su atención sin que haya ningún intercambio de información con el (p. 26).

#### *Consideraciones Éticas*

Se actuó bajo la normatividad de la ley 1090 de 2006, por la cual se dicta el Código Deontológico y bioético del psicólogo, y se tuvo en cuenta principalmente aspectos que hacen referencia a la confidencialidad, teniendo como obligación básica el respeto a la confidencialidad de la información obtenida de la víctima del conflicto armado, en el desarrollo de la investigación. Asimismo, la investigación se basó en principios éticos de respeto y dignidad, salvaguardando el bienestar y los derechos del participante. Por su parte, se generó una responsabilidad frente al tema de estudio, la metodología usada en la investigación y los

materiales empleados en la misma, así como de su divulgación y pautas para su correcta utilización.

#### *Estrategias para el análisis de la información*

El análisis de la información se desarrolló a través de la triangulación por técnicas, la cual hace referencia al uso de varios métodos cualitativos, de fuentes de datos, de teorías, de investigadores o de ambientes en el estudio de un fenómeno. Okuda y Gómez (2005), señalan que:

El término triangulación es tomado de su uso en la medición de distancias horizontales durante la elaboración de mapas de terrenos o levantamiento topográfico, donde al conocer un punto de referencia en el espacio, éste sólo localiza a la persona en un lugar de la línea en dirección a este punto, mientras que al utilizar otro punto de referencia y colocarse en un tercer punto (formando un triángulo) se puede tener una orientación con respecto a los otros dos puntos en la cual se permita conocer mediante tres herramientas diferentes los datos principales del participante (p. 2).

#### *Procedimiento*

En la fase I, se plantea el problema a investigar, es decir, se describe de manera concisa la problemática próxima a abordar, identificando su estado actual y lo que se espera con el proceso investigativo; en la fase II, se lleva a cabo una revisión de la bibliografía relacionada con el tema a investigar, con el fin de ubicar la problemática en el contexto histórico del país, seguidamente, en la fase III, se elige a la muestra; en la fase IV, se realizó la inmersión al campo, buscando interactuar en el ambiente o entorno identificando informantes que aporten datos; en la fase V, luego de la validación de los instrumentos, se realiza la aplicación de los mismos y por último en la fase VI, se llevó a cabo el análisis e interpretación de los resultados obtenidos, aplicando la triangulación de la información.

## **RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

El análisis de los resultados se llevó a cabo implementando matrices de doble entrada, las cuales se deben agrupar los datos en categorías y subcategorías. De acuerdo con Sánchez (2019):

El proceso de categorización de datos es fundamental ya que las categorías permitirán agrupar los datos recolectados para llevar a cabo un análisis ordenado y con mayor precisión. En la mayoría de los casos se pueden realizar estudios comparativos a partir de la elaboración de las matrices de doble entrada porque pueden analizar detalladamente los resultados de dos o más categorías al mismo tiempo, las cuales permiten el análisis de las relaciones entre categorías, así como la detección de patrones

y discrepancias en los datos (p. 3).

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos, se hace necesario referir que el participante ha experimentado diversas situaciones traumáticas, que como consecuencia han generado deterioro en sus áreas de ajuste, teniendo implicaciones directas en la manera en las que el individuo se adapta al medio, perturbando su desarrollo óptimo en el diario vivir y generando afectaciones a nivel psicosocial, que perjudican el establecimiento del equilibrio entre sus necesidades y las exigencias del entorno. Lo anterior, afirma lo mencionado por Arroyo (2013), quién expone que:

Las características psicosociales del conflicto armado se refieren a los impactos que han producido graves secuelas de manera diferencial en el aspecto psicosocial en las víctimas, teniendo en cuenta la intencionalidad de la violencia y el uso excesivo de la fuerza. (p. 13)

En consecuencia, lo experimentan las personas y las comunidades afectadas por la violencia y la guerra, teniendo un impacto significativo en la dinámica social y comunitaria, requiriendo apoyo a nivel integral para afrontar de manera efectiva las situaciones traumáticas. Ante este caso se pudo evidenciar en el participante la presencia de síntomas relacionados al trastorno de estrés postraumático (TEPT), teniendo una duración de más de un mes y generando consecuencias físicas, psicológicas y sociales, tanto en el ámbito individual como en el colectivo. Específicamente, el participante vivencia dos situaciones traumáticas en las que estuvo expuesta su integridad física y la de otras personas, respondiendo a la situación con temor y miedo.

Por otro lado, el participante presenta flashback y reexperimentación del evento traumático por medio de pesadillas, que generan alteración en el ciclo del sueño y malestar, como el participante expuso: <a la enfermera le tocaba inyectarme todos los días como por más de un mes porque no podía dormir y no podía dejar de tener pesadillas>, <vivía uno con miedo y temeroso, dure un tiempo sin salir de la casa por miedo, todo se afectó mis amigos, mi trabajo porque ya la vida no continuaba igual>. Este análisis, confirma lo determinado por Reyes y Núñez (2022), quienes exponen que -el TEPT puede desarrollarse después de una experiencia traumática que se caracteriza por la reexperimentación del evento traumático a través de recuerdos intrusivos, flashbacks, pesadillas y evitación de estímulos relacionados con el trauma-.

Respecto a la depresión, y teniendo en cuenta la situación problema descrita, no se establecen signos o síntomas asociados a un posible trastorno depresivo, debido a que no se dan cumplimiento a los criterios diagnósticos de la depresión establecidos el (DSM-5) y no se establecen factores de mantenimiento que afecten la esfera afectiva o emocional. Sin embargo, es importante señalar, que el participante posiblemente experimento un episodio depresivo posterior el evento traumático, dado que se da una respuesta a un problema significativo que

generó afectaciones en la vida del participante, llevándolo a experimentar sentimientos de tristeza, desesperanza, rumiación de pensamientos y disminución del interés en actividades de su diario vivir, algunas expresiones fueron: <me quedo una sensibilidad por la situación que se presentó>, “no es que haya perdido el interés si no que por lo que me paso ya no me acercaba tanto a mis amigos. Lo anterior se relaciona, con lo propuesto por Avendaño et al (2018) quienes mencionan que:

El impacto del conflicto armado en la salud mental puede ser significativo y puede contribuir al desarrollo de la depresión en las personas afectadas, llevando a una disminución del interés y el disfrute en las actividades diarias, debido a que las personas pueden perder interés en actividades recreativas, sociales o laborales que antes les brindaban satisfacción (p. 3).

En el ámbito del conflicto armado, el consumo de sustancias psicoactivas (SPA) presenta una compleja dinámica que puede agravar aún más los desafíos emocionales y sociales que enfrentan las personas afectadas. Las SPA, como el alcohol y las drogas ilícitas, pueden actuar como un mecanismo de escape ante el trauma, el estrés crónico y la incertidumbre que caracterizan el conflicto. Sin embargo, este consumo puede tener consecuencias devastadoras para la salud mental y física de las personas, así como para sus relaciones y comunidades. Según lo expuesto por Castaño et al. (2018):

Esta puede ser una problemática adicional que se presenta en el contexto del conflicto armado y puede atribuirse a una serie de factores interrelacionados, de esta manera, el conflicto armado genera altos niveles de estrés en las personas afectadas, donde el consumo puede ser utilizado como un mecanismo de escape o autogestión del estrés y las experiencias traumáticas (p. 11).

Asimismo, la desestructuración de las comunidades, la ruptura de los lazos sociales y el desplazamiento forzado, generan sentimientos de aislamiento, falta de pertenencia y pérdida de redes de apoyo, por lo que el consumo se convierte en una forma de afrontar la soledad y la sensación de desarraigo, por esta parte, el participante afirma consumir alcohol: “sigo consumiendo alcohol, pero en menor cantidad y más ahora debido a que hace unos años empecé a sufrir del corazón”, “el consumo de alcohol me ha traído algunos problemas con mi pareja, pero nada graves”.

Sin embargo, dicho consumo no fue una problemática que surgió a causa del evento traumático, dado que, se interroga y el consumo, específicamente de alcohol es una conducta que se presenta con normalidad y que se lleva a cabo en diferentes situaciones sociales; resaltando que hace varios años se efectuaba con más frecuencia e intensidad, aunque, en la actualidad mantiene el consumo de esta sustancia, pero con muy poca frecuencia. Es decir, el consumo de alcohol es una conducta latente antes, durante y después del hecho vivenciado. En relación con el riesgo suicida y teniendo en cuenta lo expuesto por Alarcón et al., (2020),

quienes mencionan que:

La exposición continua a la violencia y el desplazamiento forzado, llevan a condiciones de vida precarias y a la falta de acceso a servicios básicos como agua potable, atención médica, educación y la pérdida de empleo, son factores que consecuentemente pueden generar sentimientos de desesperanza y desesperación que contribuyen al riesgo suicida (p. 7).

No obstante, en relación a lo expresado por el participante, no se evidencian pensamientos o conductas que den pie a la existencia de riesgo suicida; por el contrario, reitera su interés en querer seguir con vida y manifiesta el establecimiento de metas y el fortalecimiento de su proyecto de vida, muestra de ello el participante dice: “No creo que morir vaya a solucionar todos mis problemas”. Por otro lado, el participante no reconoce el uso de la coerción como una manera de generar violencia por parte de los grupos armados en la comunidad, teniendo en cuenta lo mencionado por Medina (2021),

Esta es una herramienta utilizada para someter a las personas a través del miedo y la violencia, siendo un factor que contribuye al aumento del conflicto y al sufrimiento de la población afectada; si no, que existen normas establecidas a nivel social, por estos grupos, con el fin de que se lleven a cabo algunos comportamientos o por el contrario se dejen de realizar otras acciones, para el mantenimiento del orden público (p. 13).

Asimismo, se evidencia que el participante fue objeto de amenazas al momento de vivenciar el hecho traumático relacionado con el secuestro, donde el grupo armado implementó amenazas psicológicas, intimidación, chantaje y violencia, como medidas para sembrar el miedo y el control de sus acciones, entonces afirma: “en el momento en el que secuestraron me sentí amenazado, pero después de eso no”. Dejando clara la intención de hacerle daño y repercutiendo de manera directa en la tranquilidad, la calidad de vida y el bienestar psicológico del individuo. De esta manera, se afirma lo propuesto por Bartolomé (2019), referente a que algunas de las amenazas más comunes, se relacionan con amenazas directas a la vida y amenazas psicológicas, como el terrorismo, la intimidación y el chantaje.

En este orden de ideas, y conforme a las estrategias de afrontamiento que son herramientas importantes que permiten a los individuos reducir el estrés y manejar de manera saludable las situaciones estresantes (Cerquera, Matajira y Peña, 2020), se logra establecer que los diferentes hechos vivenciados conllevaron al participante al desarrollo de conductas de distanciamiento, priorizando en aspectos como no involucrarse en situaciones que no son de su competencia, con la finalidad de disminuir riesgos a su integridad; afirmando lo expuesto por Londoño (2020), quien señala que el distanciamiento puede ser una estrategia para evitar conflictos, proteger la privacidad o manejar emociones negativas como el miedo o la ansiedad.

Asimismo, según el relato proporcionado por el participante, se puede establecer que,

durante la experiencia traumática, implementó y mantuvo el autocontrol como estrategia de afrontamiento, evidenciándose a través de las acciones realizadas por el individuo para evitar llorar o gritar, las cuales le permitieron preservar su vida, protegerse y sobrevivir. De esta manera, la regulación de las emociones jugó un papel importante, implicando la capacidad de reconocerlas y gestionarlas en las situaciones estresantes, dado que, en el conflicto armado y este caso en particular el individuo experimentó una amplia gama de emociones intensas como el miedo, la ira y la tristeza, dio a conocer que: “me pude controlar un poco mientras estaba acostado ya que si me movía me podían matar” y “Pude controlar mis emociones y pensamientos mientras me hacia el muerto, porque si me ponía a llorar o a gritar me podían matar”. Lo anterior afirma lo propuesto por Ruiz y Martínez (2021), al mencionar que el autocontrol es una habilidad importante en el contexto del conflicto armado, porque puede ayudar a las personas a gestionar sus emociones, pensamientos y comportamientos en situaciones desafiantes y potencialmente peligrosas.

Respecto a la reevaluación positiva y de acuerdo a los resultados obtenidos, se establece una serie de aprendizajes implementados por el participante los cuales lo han transformado de manera positiva en función de su beneficio, para el establecimiento de su proyecto de vida, ejemplo de esto expresa lo siguiente: “ya me casé y uno empieza más a apreciar la vida y a disfrutar”, “ya uno consigue mujer y se va aferrando más a la vida y ora por los hijos, se fortalecieron más las creencias en Dios, todos esos golpes lo enseñan a uno a ser más humilde”, “ya uno aprende de esas situaciones y uno sabe que debe tener más cuidado y prevenir que pases estas situaciones” y “Ahorita estoy más optimista que antes porque hay proyectos de vida, proyectos por que luchar”. De esta manera, en concordancia con lo mencionado por Cerquera, Matajira y Peña (2020):

La reevaluación positiva, no soluciona directamente las dificultades causadas por el conflicto armado, pero puede ayudar a encontrar un sentido de esperanza, resiliencia y crecimiento personal en medio de la adversidad a través de la implementación de estrategias que permiten identificar situaciones positivas en medio de las dificultades que se pueden llegar a presentar (p. 11).

Finalmente, se puede establecer que el participante no emplea la autoinculpación como una estrategia para hacer frente o solucionar las problemáticas vivenciadas, por lo que no se evidencia distorsión cognitiva relacionada con la culpa. Asimismo, no se generan afectaciones en la autoestima y el bienestar emocional, ya que no se atribuye la responsabilidad de situaciones que están influenciadas por factores externos o situaciones complejas que se escapan del control individual, evitándose la distorsión de la realidad y obstaculización del proceso de superación.

En este orden de ideas, se difiere con lo propuesto por Loaiza (2017), al mencionar que, con relación a las víctimas del conflicto armado, -la autoinculpación puede ser un fenómeno

común, debido a que las personas que han sido afectadas por dicho conflicto pueden sentirse responsables de lo que les ha sucedido, incluso cuando la culpa recae en los perpetradores o en las circunstancias fuera de su control-.

## **CONCLUSIONES**

Es importante destacar que el participante es reconocido como víctima del conflicto armado colombiano en el Registro Único de Víctimas (RUV). En este estudio, se analizaron las características psicosociales en una de las víctimas del conflicto armado en Teorama, Norte de Santander, se identificó la presencia de síntomas relacionados al trastorno de estrés postraumático, dado que el participante manifestó sintomatología relacionada con esta condición, algunos de los síntomas fueron, la vivencia de situaciones traumáticas en la que estuvo expuesta su integridad física; alteraciones en el ciclo de sueño y pesadillas recurrentes; además, se evidencio que estos síntomas persistieron durante más de un mes, afectando las diversas áreas de su vida y adaptación.

Por otro lado, al analizar los resultados obtenidos mediante cada técnica, se puede observar que actualmente no se evidencian síntomas depresivos que afectan el estado de ánimo o la funcionalidad del participante en sus áreas de ajuste. No obstante, a partir del análisis realizado, se pueden identificar antecedentes de un posible episodio depresivo posterior al evento traumático. El participante informa que durante un intervalo de tiempo experimentó la pérdida de interés en actividades que antes le generaban placer, así como aislamiento y conductas evitativas. Además, se indagaron otros factores, como el consumo de sustancias psicoactivas (SPA), donde se evidencia que el consumo de alcohol era una conducta previa habitual al evento traumático. También se exploró la categoría relacionada con el riesgo suicida, encontrando la presencia de pensamientos rumiantes asociados a la muerte, es importante destacar que estos pensamientos no implicaban una idea estructurada de hacerse daño, sino más bien eran recuerdos del evento traumático vivido.

Del mismo modo, se pudo establecer que las características psicosociales que presentan un mayor grado de afectación en la víctima del conflicto armado de Teorama, Norte de Santander, están relacionadas con el estrés postraumático y los posibles episodios depresivos posteriores al evento traumático. estas conclusiones se basan en el relato proporcionado por el participante y en el análisis de la teoría existente, lo que ha permitido contrastar estos aspectos y obtener los resultados correspondientes de manera precisa.

En relación a las amenazas, se demuestra que es un medio utilizado para generar violencia, dado que, el participante fue objeto de las mismas y posteriormente privado de la libertad, lo cual generó malestar en su diario vivir. Seguido a lo anterior, se percibe que, dentro de las estrategias de afrontamiento indagadas, la evitación, el autocontrol y la reevaluación positiva, fueron implementadas por el participante en las diferentes situaciones vivenciadas y

por el contrario la autoinculpación no fue una de ellas.

En este sentido, otro aspecto de gran relevancia se detecta por el hecho de que el participante normaliza las consecuencias que el conflicto acarrea, lo que lleva a minimizar el sufrimiento y el impacto real que este genera, debido a que al momento el participante considera estas consecuencias como algo común o algo esperado, se pasa por alto la gravedad de los traumas, las pérdidas y las dificultades que estas pueden acarrear, evidenciándose esto en el hecho de que el participante no manifiesta haber recibido atención psicológica, ni considera que sea necesario la aplicación de la misma.

Del mismo modo, la normalización de las consecuencias puede contribuir a la estigmatización y la falta de apoyo hacia las personas afectadas, debido a que, si se considera que sufrir de trastornos mentales, estrés postraumático u otras dificultades emocionales es algo normal, es menos probable que se busque la atención y el apoyo necesario. Esto puede perpetuar el ciclo de sufrimiento y dificultar el proceso de recuperación, por lo que es importante reconocer y tratar adecuadamente las secuelas psicosociales del conflicto para recibir el apoyo adecuado y vivir el proceso de recuperación y reconstrucción de la integridad de las víctimas.

Por último, en cuanto a los recursos psicológicos, se establece la importancia de las estrategias de afrontamiento en el contexto del conflicto armado, así como la importancia de hacer terapia psicológica, herramienta que facilita la adaptación al entorno, en concordancia a los aspectos presentados por el congreso de Colombia (2011), en el marco de la ley 1448, la cual cobija a las víctimas del conflicto armado, debido a que se dictan medidas de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno.

## REFERENCIAS

- Aguirre, J. E. (2019). Victimario: la víctima desconocida del conflicto armado colombiano. Análisis de su reparación en torno al principio de igualdad. Scielo. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0122-98932019000200291](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0122-98932019000200291)
- Alarcón, V., Bahamón, M, Mercado, M., Saavedra G. y González G. (2020). Salud mental de universitarios víctimas del conflicto armado: una aproximación desde el método mixto. *Salud\_mental\_de\_universitarios.pdf* (unisimon.edu.co)
- Álvarez, L., Carmona V., Pérez R., y Jaramillo, R. (2020). Factores psicosociales asociados al consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes de Pereira, Colombia. *Universidad y Salud*, 22(3), 213-222. Factores psicosociales asociados al consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes de Pereira, Colombia (scielo.org.co)
- Amnistía Internacional (2022). ¿Qué es un conflicto armado según el derecho internacional humanitario? <https://www.es.amnesty.org/en-que-estamos/blog/historia/articulo/que-es->

un-conflicto-armado

- Ariza, S., Moreno, R., y Osorio, C. (2018). Diseño y validación del cuestionario de habilidades para personas víctimas de conflicto armado colombiano para la evaluación del estrés postraumático en población víctima del desplazamiento forzado en Colombia. arizadaniela2017.pdf (libertadores.edu.co)
- Arroyo J. (2013). Impacto psicosocial del conflicto armado en familias víctimas de Buenaventura (estudio de tres casos en Buenaventura). <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/entities/publication/71a73dd0-abfc-45c9-85b8-e0ee49219cac>
- Avendaño, P., Toro, T., Vargas, E. y Villalba, G. (2018). Protocolo de evaluación transdiagnóstico para estrés, ansiedad y depresión: un análisis con víctimas colombianas. Trends in Psychology, 26, 2119-2132. .15. Bertha Lucía Avendaño Prieto ESPANHOL. OK.indd (bvsalud.org)
- Bartolomé, M. (2019). Amenazas y conflictos híbridos: características distintivas, evolución en el tiempo y manifestaciones preponderantes. URVIO Revista Latinoamericana de Estudios de Seguridad, (25), 8-23. Amenazas y conflictos híbridos: características distintivas, evolución en el tiempo y manifestaciones preponderantes (*redalyc.org*)
- Bautista, S. (2017). Contribuciones a la fundamentación conceptual de paz territorial. *Ciudad Paz-anda*, 10(1), 100. <https://doi.org/10.14483/2422278x.11639>
- Castañeda, J., y Camargo, J. (2018). Salud mental en población víctima del conflicto armado en Colombia. I+ D Revista de Investigaciones, 12(2), 19-26. Salud mental en población víctima del conflicto armado en Colombia. | Castañeda | I+D REVISTA DE INVESTIGACIONES (udi.edu.co)
- 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, 70-85. Trastornos mentales y consumo de drogas en la población víctima del conflicto armado en tres ciudades de Colombia - HHRI
- Chárriez, M. (2012). Historias de vida: Una metodología de investigación cualitativa. *Revista Griot*, 5 (1), 50-67. Introducción (uv.mx)
- Cuesta B. y Rojas G. (2021). Los estudios sobre el conflicto armado y la construcción de paz en Colombia desde una perspectiva territorial: abordajes y desafíos. *Revista CS*, 33, 205-235. <https://doi.org/10.18046/recs.i33.3995>
- Centro de Pensamiento Global (CIDOB) (2018). Conflicto en Colombia: antecedentes históricos y actores. [https://www.cidob.org/publicaciones/documentacion/dossiers/dossier\\_proceso\\_de\\_paz\\_en\\_colombia/dossier\\_proceso\\_de\\_paz\\_en\\_colombia/conflicto\\_en\\_colombia\\_antecedentes\\_historicos\\_y\\_actores](https://www.cidob.org/publicaciones/documentacion/dossiers/dossier_proceso_de_paz_en_colombia/dossier_proceso_de_paz_en_colombia/conflicto_en_colombia_antecedentes_historicos_y_actores)

- Centro Nacional de Memoria Histórica (2013). ¡Basta ya! Memorias de guerra y dignidad. Bogotá Colombia. <https://centrodememoriahistorica.gov.co/basta-ya-memorias-de-guerra-y-dignidad/>
- Cerquera, C., Matajira, C., y Peña, P. (2020). Estrategias de afrontamiento y nivel de resiliencia presentes en adultos jóvenes víctimas del conflicto armado colombiano: un estudio correlacional. *Psykhe* (Santiago), 29(2), 1-14. Estrategias de Afrontamiento y Nivel de Resiliencia Presentes en Adultos Jóvenes Víctimas del Conflicto Armado Colombiano: Un Estudio Correlacional (*scielo.cl*)
- Cresswel (2009). Diseño De Investigación; Métodos Cualitativo, Cuantitativo Y Mixto [d4pqk8qw56np]. (s. f.). <https://idoc.pub/documents/cresswel-2009-diseo-de-investigacion-metodos-cualitativo-cuantitativo-y-mixto-d4pqk8qw56np>
- Cudris, T, y Barrios, N. (2018). Malestar psicológico en víctimas del conflicto armado. *Revista CS*, (26), 75-90 Malestar psicológico en víctimas del conflicto armado (*scielo.org.co*)
- Corredor G., L. y Sierra, J. R. (2019). Breve historia del conflicto armado en Colombia. Los libros de la catarata. <https://www.redalyc.org/journal/675/67569677010/>
- Congreso de Colombia. (2011). LEY 1448 DE 2011. Por la cual se dictan medidas de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno y se dictan otras disposiciones. <https://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/1680697>
- DSM-5, (2016). Manual Diagnóstico Y Estadístico De Trastornos Mentales, Quinta Edición. American Psychiatric Association. [https://dsm.psychiatryonline.org/pb-assets/dsm/update/Spanish\\_DSM5Update2016.pdf](https://dsm.psychiatryonline.org/pb-assets/dsm/update/Spanish_DSM5Update2016.pdf)
- Garzón, O., Eslava, S., y Rincón, C. (2016). Violencia por conflicto armado y prevalencias de trastornos del afecto, ansiedad y problemas mentales en la población adulta colombiana. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 45, 147-153. *Redalyc*. Violencia por conflicto armado y prevalencias de trastornos del afecto, ansiedad y problemas mentales en la población adulta colombiana
- Gómez, R., Tamayo, M., Buitrago, G., Guarnizo, H., Garzón, O. Eslava, S., y Rincón, C. (2016). Violencia por conflicto armado y prevalencias de trastornos del afecto, ansiedad y problemas mentales en la población adulta colombiana. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 45, 147-153. Violencia por conflicto armado y prevalencias de trastornos del afecto, ansiedad y problemas mentales en la población adulta colombiana (*scielo.org.co*)
- Gonzales, L., (2020) TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA Técnicas e instrumentos de investigación científica | *Repositorio CONCYTEC*
- Loaiza M. (2017). Estilo de afrontamiento al estrés postraumático predominante en población desplazada y víctimas del conflicto armado del municipio de San Carlos (ant), residentes

- en Envigado (Antioquia). iue\_rep\_pre\_psi\_loaiza\_2017\_estr s\_postraum tico.pdf
- Londoño, M. (2020).  Comprometidos o distanciados? Un análisis sobre la investigación en educación. Universidad pedagógica Nacional. [http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/11954/Comprometidos\\_o\\_distanciados\\_Un\\_an%C3%A1lisis\\_de\\_la\\_investigaci%C3%B3n\\_en\\_%20educaci%C3%B3n.pdf?sequence=1](http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/11954/Comprometidos_o_distanciados_Un_an%C3%A1lisis_de_la_investigaci%C3%B3n_en_%20educaci%C3%B3n.pdf?sequence=1)
- Medina A. (2021). La violencia sexual como arma dentro del conflicto armado: específica referencia del delito de esterilización forzada (Bachelor's thesis, Universidad EAFIT). La violencia sexual como arma dentro del conflicto armado : específica referencia del delito de esterilización forzada (eafit.edu.co)
- Okuda B. y Gómez R. (2005). Métodos en investigación cualitativa: triangulación. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-74502005000100008](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502005000100008)
- Olivar R., A. (2017). El Estado en el conflicto armado colombiano: entre la modernidad inconclusa, los retos del posacuerdo y de la globalizaci n1. <https://www.redalyc.org/journal/5742/574262162010/html/>
- Organización Panamericana De La Salud (OPS) (2022) <https://www.paho.org/es/campanas/dia-mundial-prevencion-suicidio-2022>
- Pérez, M., Cobo, R., Sáez, F., & Díaz, A. (2018). Revisión Sistemática de la Habilidad de Autocontrol <https://scielo.conicyt.cl/pdf/formuniv/v11n3/0718-5006-formuniv-11-03-00049.pdf> del Estudiante y su Rendimiento Académico en la Vida Universitaria. *Scielo*.
- Registro  nico de Víctimas (RUV) (2022). <https://cifras.unidadvictimas.gov.co/Cifras/#!/hechos>
- Reyes, R. y N nez, L. (2022). Estrés postraumático, bienestar psicológico y resiliencia en mujeres víctimas de conflicto armado colombiano. Estrés postraumático, bienestar psicológico y resiliencia en mujeres víctimas de conflicto armado Colombiano (unimagdalena.edu.co)
- Riba, C. (2017). La observación participante y no participante en perspectiva cualitativa. Universidad Oberta de Catalunya. La observación participante y no participante en perspectiva cualitativa (uoc.edu)
- Ríos, J., Bula, G., y Morales, J. (2019). Departamentos de frontera y violencia periférica en Colombia. *Revista Criminalidad*, 61(2), 113-132. Consultado el 08 de septiembre de 2023 en [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1794-31082019000200113&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-31082019000200113&lng=en&tlng=es).
- Rosero, L. F. T. (2013). Colombia: una revisión teórica de su conflicto armado. *Revista Enfoques: Ciencia Política y Administración Pública*. <http://www.revistaenfoques.cl/index.php/revista-uno/article/view/52/34>

- Ruiz, L, Marín, M., y Martínez, R. (2021). La inteligencia emocional y las estrategias de afrontamiento de las mujeres desplazadas víctimas del conflicto armado Anuario de Psicología jurídica, 32(1), 87-93. La Inteligencia Emocional y Las Estrategias de Afrontamiento de las Mujeres Desplazadas Víctimas del Conflicto Armado (*copmadrid.org*)
- Varela, J. C., De La Cruz-De La Cruz, C., Guerrero, J. M., Rodríguez, K. M. P., & Valle, O. K. (2021). Positive reappraisal as a stress coping strategy during the COVID-19 pandemic. *Salud Mental*, 44(4), 177-184. <https://doi.org/10.17711/sm.0185-3325.2021.023>
- Velandia, A. y Paba, B. (2021). Hechos victimizantes, gestión de conflictos y agresividad en víctimas del conflicto armado colombiano.(PDF) Hechos victimizantes, gestión de conflictos y agresividad en víctimas del conflicto armado colombiano (*researchgate.net*)
- Vera, P. (2021). Manual de introducción a la metodología de investigación en Psicología. Pamplona: *autoreseditores.com*