

El empoderamiento de la mujer embarazada en situación vulnerable

REGINA AGUILAR DE LOS COBOS, IRIS YENITH FLORES QUINTERO, VANIA ABIGAIL SÁNCHEZ SOLORIO, ANA MARÍA RIQUELME VIGUERAS

Resumen— En la presente investigación cualitativa con diseño fenomenológico, se analizaron las estrategias adquiridas para el empoderamiento de la mujer embarazada en situación vulnerable. Por lo cual, se colaboró con las beneficiarias de la fundación Vida y Familia A.C., a través de sus historias de vida. La vivencia y datos proporcionados por estas mujeres muestran que existe un empoderamiento en el embarazo al ser comparado con algunas manifestaciones del empoderamiento femenino.

I. INTRODUCCIÓN

Durante el 2017 en México el Instituto Nacional de Estadística y Geografía [1] encontró las siguientes estadísticas sobre la mujer en el país:

–El 73.3% de mujeres de 15 años en adelante han sido madres, es decir 35.2 millones de los 48 millones de mujeres en México.

–De esas 35.2 millones de mujeres el 52.4% son casadas, el 10.2% son viudas, el 6.6% están separadas, el 2.5% están divorciadas y finalmente el 9.6% son madres solteras.

–Sobre el nivel de estudios el 41.1% de las madres no cuentan con educación básica, mientras que sólo el 23.9% tienen educación media superior o superior.

–En contra parte, aquellas mujeres que no son madres el 20.5% no cuentan con una educación básica y el 42.5% tienen educación media o superior.

–Aquellas mujeres de 30 años en adelante con al menos un hijo nacido representan el 90.2%, cifra que indica que el rol de madre forma parte de la gran mayoría de las mujeres en nuestro país.

–De estas últimas el 38% tienen de uno a dos hijos: el 47.1% entre tres y cinco hijos, y el 14.9% seis o más.

A partir de estos datos demográficos sobre el embarazo en México es relevante analizar la situación, percepción y vivencia de las mujeres de este proceso en diferentes contextos de vulnerabilidad. Sobre la vulnerabilidad en el embarazo en un estudio realizado en una comunidad ubicada al sur de la Ciudad de México se demostró que las mujeres quienes han vivenciado una situación vulnerable, como puede ser la pérdida de algún ser querido o la interrupción de sus estudios para laborar, se encuentran propensas a involucrarse

con terceros en la búsqueda de un lazo afectivo o de apoyo y como consecuencia un posible embarazo. Como resultados el autor encontró la existencia de tres factores que propician un embarazo: a) los estereotipos de género existentes, b) un elemento de confianza mutua, que en cierto contexto social implica que la mujer se cuida para no quedar embarazada o que él aceptará la paternidad del producto y se casará con la madre en caso de que ella se embarace y c) una falta de información adecuada concerniente a la reproducción [2].

El embarazo es una experiencia de vida única y significativa para muchas mujeres, es un período habitualmente ilusionante, pero al mismo tiempo está lleno de temores y dudas. Es una etapa en la que se debe de poner en práctica la importancia de tomar conciencia de la necesidad de adoptar un estilo de vida saludable; donde cada mujer debe reconocer sus propias necesidades, de modo que el proceso de educación maternal se adapte a estas y ellas mismas serán quienes elijan las opciones más adecuadas para ellas y para esto es vital empoderar a las mujeres [3] y [4].

Es por esto que el objetivo de esta investigación es realizar un análisis descriptivo, a través de historias de vida, sobre las estrategias adquiridas para el empoderamiento durante el embarazo de las beneficiarias de la fundación Vida y Familia A.C.

II. CONCEPTOS BÁSICOS

La vulnerabilidad tiene múltiples significados y puede ser aplicado en diversos ámbitos, puede ser considerada como una característica humana desde una perspectiva antropológica, de igual manera puede significarse como una posibilidad de daño o peligro enfocado hacia una carencia de protección y cuidado, por último, se asocia con las condiciones del medio en que se desarrolla la persona, es decir la falta de oportunidades ambientales y sociales; a partir de lo anterior cuando se habla de poblaciones vulnerables se hace referencia a aquellos grupos de individuos que presentan una mayor susceptibilidad al daño debido a las condiciones adversas del medio en el que se desarrollan. [5]

En cuanto a vulnerabilidad social esta puede ser entendida como el proceso que vivencia una persona, grupo o comunidad en contextos con una desventaja social y ambiental donde se pueden identificar algunos de los siguientes elementos: 1) existencia de riesgos externos a la persona, grupo o comunidad, 2) proximidad a los mismos, 3) posibilidad de evitarlos, 4) capacidad y mecanismos para superar los efectos de esos riesgos y 5) situación final

REGINA AGUILAR DE LOS COBOS, IRIS YENITH FLORES QUINTERO, VANIA ABIGAIL SÁNCHEZ SOLORIO pertenecen a la carrera PSICOLOGÍA de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales y realizaron el proyecto dentro del curso METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN CUALITATIVA (Email: r.adlc@lasallistas.org.mx).

El proyecto fue asesorado por Dra. ANA MARÍA RIQUELME VIGUERAS.

Los autores agradecen a: Fundación Vida y Familia A.C y a la Dra. ANA MARÍA RIQUELME VIGUERAS.

resultante, una vez enfrentadas las consecuencias de la actuación de dichos riesgos [6].

Schuler [7] explica el empoderamiento en la mujer como el proceso por el cual las mujeres potencializan su capacidad de configurar su vida y su entorno donde se ve implicada una mayor concientización sobre sí mismas, su estatus y su eficiencia en las relaciones sociales, es decir una reflexión crítica para lograr una acción de cambio. Asimismo, menciona algunas de las manifestaciones de este proceso:

1. Sentido de seguridad y visión del futuro.
2. Capacidad de ganarse la vida.
3. Capacidad de actuar eficazmente en sociedad.
4. Mayor poder de tomar de decisiones.
5. Participación en grupos no familiares y de solidaridad como recursos de información y apoyo.
6. Movilidad y visibilidad en la sociedad.

III. METODOLOGÍA

Diseño

El estudio adoptó un enfoque cualitativo, ya que este parte del supuesto básico de que el mundo social se construye de significados y símbolos, este tipo de investigación intenta obtener una comprensión profunda de los significados y definiciones de la situación tal como la presentan los participantes [8]. Se designó una perspectiva fenomenológica para comprender el significado que tiene la experiencia en cada persona [9].

Emplazamiento

La fundación Vida y Familia A.C. (Vifac) tiene como objetivo: Apoyar a mujeres embarazadas en estado vulnerable, que enfrentan un embarazo inesperado y requieren de ayuda y acompañamiento para salir adelante con sus hijos y alcanzar mejores condiciones de vida; los servicios que brindan son: estancia durante el embarazo, alimentación, capacitación para el trabajo, regularización escolar, taller de formación afectiva y sexualidad, atención psicológica y médica [10].

Participantes

Colaboraron 14 mujeres que ingresaron por un embarazo en cualquier edad gestacional a Vifac A.C. en la Ciudad de México, sobre los criterios de clasificación las edades de estas mujeres variaban entre los 14 a 35 años, el tiempo de permanecía dentro de la fundación fue entre dos a siete meses y el número de embarazos previos fue de uno a tres, con un nivel de estudios que iban desde ninguno hasta secundaria.

Procedimiento y aspectos éticos

Posterior a una exposición de los fines de la investigación y un acuerdo de confidencialidad con la fundación Vifac A.C., se realizó un acercamiento con las beneficiarias explicándoles el trabajo a realizar, se pidió su consentimiento para grabar la entrevista, la cual fue eliminada después de realizar la transcripción asegurando el resguardo de cualquier dato que ponga en riesgo la confidencialidad. La recolección de datos fue a través de historias de vida ya que ofrecen un marco interpretativo a través del cual el sentido de la experiencia humana se revela en relatos personales de modo que da prioridad a las explicaciones individuales de las acciones más que a los métodos que filtran y ordenan las respuestas en

categorías conceptuales predeterminadas [11]. Los relatos tuvieron una duración entre 30 y 50 minutos por participante.

IV. RESULTADOS OBTENIDOS

A través de un análisis comparativo para la detección de significados, patrones y dimensiones; se encontró que según lo mencionado por las participantes hay cuatro principales dimensiones entorno al estudio, las cuales se extienden a continuación:

I. Situación vulnerable: Embarazos tempranos, violencia en la pareja, espacios de vulnerabilidad

Las participantes definen el constructo de situación vulnerable en torno a 3 ejes centrales: embarazos tempranos, violencia en la pareja y espacios de vulnerabilidad. A continuación, algunas de las citas textuales más significativas:

Embarazos tempranos

“Yo ya soy mamá aparte de este bebé tengo una niña de dos años y medio entonces ya sé lo que es pasar por un embarazo porque yo me embaracé a los 17 y tuve a mi hija casi pegándole a los 18, entonces pues a nivel no era tan chiquita, pero hay unas que están de 14 años mucho más pequeñas y es mucho más difícil porque a los 14 años lo único que quieres es divertirte no ser mamá, no pensamos en las responsabilidades.” (19 años, 6 meses en Vifac)

“Cuando me enteré que estaba embarazada pues si dije pues como que voy a hacer como pensamiento de toda chica “¿qué voy a hacer con un hijo?” “¿qué vida le espera?” y le dije a mi mamá “no pues no quiero tener al niño, no es mi deseo tener hijos todavía.” (14 años, 5 meses en Vifac)

Violencia en la pareja

“Me levantaba la voz, y me celaba, o sea a decirme como me tenía que vestir, entonces ya después llegó un tiempo en el que tanta fue su desconfianza que me encerraba en su casa o en donde vivíamos y pues me dejaba sin comer, el baño estaba afuera y yo no podía salir o sea realmente estaba privada de todo, ya después como él se drogaba, bueno se droga no sé, pues llegaba y me metía cosas, me insultaba, me obligaba a tener relaciones con él y llegó muchas veces a golpearme, muchísimas veces y pues esta última vez fue más fuerte pues los golpes que me dio que pues me dejó inconsciente mucho tiempo y ya cuando yo reaccione pues yo me quise salir obviamente” (18 años, 4 meses en Vifac).

“Pues pasé por muchas cosas, por muchas cosas muy feas y muy malas, de hecho, fui violada por mi propia pareja, se puede decir que eh esa persona pues me prometía muchas cosas ¿no? Dices que un hombre te promete y te baja hasta las nubes ¿no? Pero de hecho sus promesas no las cumplió y de hecho él se puede decir que me prostituía y pues yo lo dejé, más bien, si yo lo dejé de plano y este y pues yo ya no quise estar con él, de plano bueno él me, yo estaba hasta espantada ¿no? Yo sentía que él estaba atrás de mí o ya me estaba buscando o de hecho sentía que me iba a matar o no sé, así muchas cosas ¿no? Porque me golpeaba, eran muchas cosas que viví con esa persona” (21 años, 7 meses en Vifac).

Espacios de vulnerabilidad

“Tengo una psicóloga que me ha ayudado mucho... porque mi hijo es producto de una violación... entonces es por esa razón que quería abortarlo (silencio) no tanto porque la

responsabilidad, sino porque le tenía miedo... llegue aquí y me pusieron con una psicóloga le comentaron lo que me había pasado ella me ayudó, ahorita lo hablo, pero no tanto... y ya no me duele al 100 como antes pero aún es difícil conversar lo que he vivido en ese momento” (22 años, 3 meses en Vifac).

“Mi situación mía era de que eran muchos problemas ya, era muy muy no sé, las personas que conocían que estaba embarazada en vez de que te ayudaran te echaban más pa’ bajo o te decían no vas a poder, entonces también eso pues deprime mucho” (15 años, 2 meses en Vifac).

II. Empoderamiento: Cognitivo, psicológico y económico

Las participantes definen el constructo de empoderamiento en torno a 3 ejes centrales: cognitivo, psicológico y económico. A continuación, algunas de las citas textuales más significativas:

Cognitivo

“Si no hubiera pasado yo no estuviera aquí y no estaría pensando con la mentalidad que pienso ahora, al contrario, pero creo que sería una persona bien distinta” (19 años, 6 meses en Vifac).

“Yo estoy muy contenta de tener a mis dos bebés conmigo, aunque si es difícil, porque no voy a decir: “Es fácil” si es difícil, también yo sé que mis bebés van a crecer bien rápido y estoy muy contenta de tenerlos a los dos, y las compañeras me preguntan: ¿Qué vas a hacer con los dos? y solo digo: “Echarle ganas con los dos, no me queda de otra” (35 años, 6 meses en Vifac).

Psicológico

“Creo que es el tiempo suficiente para darme cuenta que es lo que quiero cambiar en mi vida y que es la cosa buena que quiero dejar en mi vida y lo que quiero desechar de todo lo malo.” (19 años, 6 meses en Vifac)

“Luego aquí nos toca ver a chavas que vienen con una autoestima bajo que dicen “no yo no sirvo, yo no puedo” claro que puedes y eso y más puedes porque si eres capaz de cargar un bebé, un ser humano en tu vientre que un hombre no lo hace, no logra hacerlo como vas a decir que no puedes, puedes y mucho más” (20 años, 6 meses en Vifac).

Económico

“Saliendo de aquí yo me voy a meter a trabajar, voy a trabajar, espero tener un trabajo estable, de hecho, ya tengo mi certificado de la secundaria; entonces teniendo mi certificado ya estoy del otro lado ¿no?” (29 años, 4 meses en Vifac).

“Ahorita sí yo creo que ya es hora de que empiece a hacer mis propias cosas y empezar a ganar para mí porque me di cuenta que no solo es un gusto, sino que en algo soy bueno” (35 años, 6 meses en Vifac).

III. Ayuda de Vifac: Cognitivo, psicológico y económico

Las participantes definen el constructo de ayuda de Vifac en torno a 3 ejes centrales: cognitivo, psicológico y económico.

A continuación, algunas de las citas textuales más significativas:

Cognitivo

“Durante estos cinco meses que he estado aquí he aprendido digamos que ser responsable, de la responsabilidad, del orden, la limpieza y con ayuda de mi

psicóloga y consultora a superar mis problemas y todo lo que pasé” (15 años, 5 meses en Vifac).

“Pues me han estado ayudando mucho aquí, la consultora y psicóloga me han ayudado y como que te ayudan a ver la vida o tu situación de otra perspectiva para que uno sepa que no es realmente tan malo como podría ser” (22 años, 3 meses en Vifac).

Psicológico

“Hay uno que la verdad me hizo llorar, es muy difícil porque las primeras veces que yo he llorado aquí es con la psicóloga, pues es como que más centrado a tus sentimientos, como que es más centrado a la parte donde te hicieron daño que hay que sanar los ciclos, cerrar ciclos y todo eso. Se puede decir que es como meditación, es meditación y parte sentimental y todo desde tu niñez hasta ahorita o sea metes muchas cosas, muchos sentimientos” (21 años, 5 meses en Vifac).

“Vifac me ha dado mucho, comprensión moral también porque como también tenemos psicóloga es algo que también nos ayuda, nos desahogamos con una persona” (19 años, 6 meses en Vifac).

Económico

“Estoy este... agradecida con Vifac con las personas que nos han ayudado, nos han apoyado y pues de hecho no me arrepiento de nada de aquí y pues no me puedo arrepentir de nada y pues gracias que están mis hijos aquí conmigo y pues ahorita no me falta nada, ni techo, ni comida, ni nada, ni agua estoy muy agradecida con Vifac.” (29 años, 4 meses en Vifac)

“Agradezco todo lo que nos dan porque hasta eso nos dan donde dormir, comer, un lugar donde estar y eso casi no se ve y si es un gran apoyo que se da.” (15 años, 2 meses en Vifac)

IV. Red de Apoyo: Apoyo social, otras mujeres Embarazadas

Las participantes definen el constructo de red de apoyo en torno a 2 ejes centrales: apoyo social y apoyo a otras mujeres embarazadas. A continuación, algunas de las citas textuales más significativas:

Apoyo social

“Yo esto de ser mamá lo aprendí por mi mamá, no por mi mamá verdadera, pero sí de mi mamá ella me enseñó mucho y me decía que cuando tuviera un hijo iba a entender lo que era ser mamá” (35 años, 6 meses en Vifac).

“Pues sí me ha ayudado bastante, al menos ya no me siento como antes, ya me siento mucho mejor ya al menos tengo en que distraerme y pues aquí con las compañeras tengo con quien platicar y así y pues si me ha ayudado bastante, es un ambiente agradable, es bueno estar aquí” (21 años, 5 meses en Vifac).

Apoyo a otras mujeres embarazadas

“Pues decir que todas las chiquillas que pues a lo mejor si me oyen o están solas como yo o no tienen familia o no tienen alguien que los ayude, pues que se vengan para acá, este es un buen lugar donde las ayudan y no se sienten solas, donde tienen cuidados de todos, se preocupan mucho por ti, por el bebé esté... tienes toda la atención que la... pues para salir adelante, echarle ganas y decir pues no estamos solas, tenemos quien nos apoye, quien nos cuide y bueno es lo que puedo decir, que afuera hay muchas chavas como yo y que

este es un lugar muy bonito y yo la verdad se los recomiendo mucho, mucho, mucho, mucho” (35 años, 6 meses en Vifac).

“Hay algunas que no tenemos a nadie y esto es una red de apoyo y espero que otras mujeres que están por lo mismo puedan venir a Vifac porque aquí ayudan mucho” (22 años, 3 meses en Vifac).

V. DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN

Sobre las situaciones vulnerables, los embarazos a temprana edad fueron considerados una situación vulnerable por estas mujeres, ya que mencionan tener menores oportunidades que aquellas mujeres que tienen hijos en edades más avanzadas, es por esto que es importante considerar algunos factores como potencializadores del embarazo temprano; tales como el bajo nivel de estudios, la sobrevaloración del matrimonio y la maternidad, los deficientes conocimientos sobre sexualidad y el alto nivel de confianza entre la pareja [12].

La violencia en la pareja es un factor que reincide ya que fueron diversos los casos que mencionaron haber vivenciado violencia dentro de la relación de pareja, es importante considerarlo como una situación vulnerable en que se encontraban estas mujeres; ya que la violencia contra la mujer es una de las formas más extremas de desigualdad de género y una de las principales barreras tanto para el empoderamiento, como para el despliegue de sus capacidades y el ejercicio de sus derechos, es decir una clara violación a sus derechos humanos [13].

Sobre el entorno en el que se desenvuelven, se integra como un factor que define su situación vulnerable si este les resulta negativo, ya que algunas de estas mujeres afirman que se encontraban en un entorno poco favorable ya sea falta de recursos económicos o la existencia de violencia en su lugar de residencia; por lo tanto, concordando con lo dicho por Delor y Hubert [12] al analizar el contexto en el que se desarrollan las personas, las situaciones de marginalidad y delincuencia, la discriminación racial o de género, la exclusión social, los problemas de salud mental, entre otros afirman que las personas se encuentran en espacios de vulnerabilidad.

La violación sexual fue un factor presente en los constructos de: "violencia en la pareja" y "espacios vulnerables". Esto es un fenómeno que ocurre en nuestro país debido a nuestra cultura ya que como menciona Segato [14] la estructura en el rito masculino y en mitos de creación se habla del poder basado en la invasión del status masculino mediante la purificación de la mujer para extraer de ella cualquier peligro o amenaza para el hombre debido a la posición que la moral tradicional le depara y la importancia de lo femenino en la vida política del grupo y dentro de la psique de los hombres.

Para el empoderamiento cognitivo es indispensable reconocer los obstáculos mentales y económicos que dificultan el cambio, para poder desarrollar un sentido de seguridad y visión positiva del futuro y la capacidad de tomar de decisiones, por lo que la reflexión crítica juega un papel importante para lograr una acción transformadora [7]. En comparación con los resultados obtenidos en el estudio se encontró que diversas de las mujeres se encuentran en el

desarrollo de algunos de estos procesos como son: Ser conscientes de su situación actual, así como el desarrollo de planes y estrategias de acción con una visión positiva del futuro. Por otra parte, las mujeres, dentro de la fundación Vida y Familia reciben la impartición de talleres enfocados a su independencia económica donde son capaces de desarrollar el factor económico que constituye al empoderamiento, el cual es definido por Schuler [7] como: la actividad económica que ofrece a la persona independencia y un mejor status social.

Se encontró que las participantes atravesaban un proceso de introspección que propicia un empoderamiento psicológico; este es definido por Banda y Morales [15] como el sentido de competencia personal, un deseo o la disponibilidad para tomar acciones en dominios públicos.

Aquellos temas que fueron más recurrentes entre las participantes fueron: la autoestima, percepción positiva ante el futuro y autonomía, lo cual concuerda con los componentes de carácter intrapersonal, interactivo y comportamental del empoderamiento psicológico siendo la autopercepción de las capacidades, el vínculo existente entre la persona con su entorno inmediato y las acciones específicas que se llevan a cabo para obtener y/o mantener el control sobre sus vidas [16].

En relación al proceso económico del empoderamiento es necesario el reconocimiento de los obstáculos económicos para posteriormente participar en alguna actividad productiva que ofrezca independencia económica y un mejor estatus [7]. Esto se ve reflejado en las participantes en la venta de productos o servicios relacionados con la repostería, corte y confección, cultura de belleza, aplicación de uñas de acrílico y/o manualidades.

Sobre la ayuda proporcionada por la fundación Vifac a estas mujeres se asignaron las mismas categorías que en empoderamiento: Cognitivo, psicológico y económico, al concordar lo dicho por Young [17] siendo que la existencia de organizaciones cuya misión está dirigida a realizar actividades que tienen como principal objetivo el empoderamiento colectivo, es decir responden a las necesidades y visiones de las mujeres, además dentro de este empoderamiento colectivo la dirección y el desarrollo de las actividades pueden ser transformados para conseguir un empoderamiento individual.

Por último, en la categoría relacionada con el apoyo social se destaca que las participantes buscan una red de apoyo ya sea con sus familiares o amigos, sin embargo, la mayoría no cuenta con este tipo de ayuda o protección, ya sea a causa del embarazo u otra situación; por lo que el personal que labora en Vida y Familia se convierte en su principal red, donde encuentran satisfacción al sentirse protegidas y amparadas. Este conjunto de relaciones interpersonales permite mantener o mejorar el bienestar material, físico y emocional [18].

De igual forma, se encontró que este apoyo social no permanece solo en "recibir de otros", sino en brindar apoyo hacia otras mujeres que se encuentran en una situación similar. Debido a que el apoyo también implica acciones, conductas o comunicaciones que tienen como propósito proteger, auxiliar o ayudar a otro u otros a afrontar situaciones problemáticas, de tipo individual, grupal y/o sociales [19].

REFERENCIAS

- [1]. Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), “Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo, 2017. Segundo trimestre”. Consulta interactiva y base de datos. [En línea] Disponible en: <https://datos.gob.mx/busca/dataset/encuesta-nacional-de-ocupacion-yempleo-enoe>
- [2]. C. Stern, “Vulnerabilidad social y embarazo adolescente en México”, *Papeles de población*, vol. 10, no. 39, pp. 129-158, 2004 [En línea]. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/pp/v10n39/v10n39a6.pdf>
- [3]. M. Jané, R. Prats y A. Plaséncia, *Educación maternal: preparación para el nacimiento*. 1ª ed. Barcelona: Dirección General de Salud Pública, 2009 [En línea]. Disponible en: Recuperado de: http://comatronas.es/contenidos/2012/03/textos/Preparacion_para_el_nacimiento.pdf
- [4]. M. Fernández, “Los programas de educación maternal y el empoderamiento de las mujeres”, *Musas: revista de investigación en mujer, salud y sociedad*, vol. 2, no. 1, pp. 3-20, 2017 [En línea]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5888692>
- [5]. L. Feito, “Vulnerabilidad”, *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, vol. 30 (Supl.3), pp. 07-22, 2007 [En línea]. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272007000600002
- [6]. D. Sánchez-González y C. Egea-Jiménez, “Enfoque de vulnerabilidad social para investigar las desventajas socio ambientales: Su aplicación en el estudio de los adultos mayores”. *Papeles de población*, vol. 17, no. 69, pp. 151-185, 2011 [En línea]. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252011000300006
- [7]. M. Schuler, “Los derechos de las mujeres son derechos humanos: la agenda internacional del empoderamiento”, en *Poder y Empoderamiento de las Mujeres*, M. León et al., Bogotá, Colombia: TM editores, 1997.
- [8]. B. Jiménez - Domínguez, “Investigación cualitativa y psicología social crítica. Contra la Lógica binaria y la Ilusión de la Pureza”, *Revista Universidad de Guadalajara*, no. 17, 2000 [En línea]. Disponible en: <https://es.scribd.com/document/234711447/Investigacion-cualitativa-y-psicologia-social-critica-docx>
- [9]. J. L. Álvarez-Gayou, *Cómo hacer investigación cualitativa. Fundamentos y metodología*. México: Paidós Educador, 2003.
- [10]. Vifac.org. Quiénes somos, Vifac Apoyo para la mujer embarazada en desamparo. [En línea] Disponible en: <http://vifac.org/quienes-somos> [s.f.]
- [11]. G. R. Jones, “Life history methodology”, in *Beyond Methos*, G. Morgan (Ed.), California: Sage, 1983.
- [12]. F. Delor, and M. Hubert “Revisiting the concept of ‘vulnerability.’” *Social Science and Medicine*, vol. 50, no. 11, pp. 1557-1570, 2000. doi: 10.1016/S0277-9536(99)00465-7.
- [13]. M. Lagarde, “Identidad de género y derechos humanos. La construcción de las humanas” en *Caminando Hacia la Igualdad Real Manual en Módulos, Programa Mujer, Justicia y Género*, ILANUD, 1997.
- [14]. R. L. Segato, Las estructuras elementales de la violencia: contrato y estatus en la etiología de la violencia en Las estructuras elementales de la violencia. Ensayos sobre género entre la antropología, el psicoanálisis y los derechos humanos, Buenos Aires: Universidad Nacional de Quilmes/Prometeo 3010, pp 131-148, 2003.
- [15]. A. L. Banda y M. A. Morales, “Empoderamiento psicológico: un modelo sistémico con componentes individuales y comunitarios”, *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú*. vol. 33, no. 1, pp. 3-10, 2015 [En línea]. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v33n1/a01v33n1.pdf>
- [16]. M. A. Zimmerman, “Psychological empowerment: issues and illustrations”, *American Journal of Community Psychology* vol. 23, pp. 581-599, 1995. doi: 0091-0627/95/1000.0581507.50/0.
- [17]. K., Young, “Planning Development with Women: Making a World of Difference”, en *Poder y Empoderamiento de las Mujeres*, M. León et al., Bogotá, Colombia: TM editores, 1997.
- [18]. E. Ander, *Los grupos de autoayuda y el apoyo social*. Madrid: Ergon, 2004.
- [19]. J. M. Guzmán, S. Huenchuan y V. Montes de Oca, “Redes de apoyo social a personas mayores: marco conceptual” *Notas de población*, vol. 29, no. 77, pp. 35-70, 2002 [En línea]. Disponible en: https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/12750/np7703507_0_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y