



UNIMINUTO

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Educación de calidad al alcance de todos

Una perspectiva interseccional del rol materno como aporte para el fortalecimiento del desarrollo humano y autoestima con las madres del programa Gestar Paz de la Fundación

Nutrydar 2022

Ingrid Johanna Ibarra

Karen Lorena Castellanos Rodríguez

Asesora

Daise Paola Castaño Antolinez

Trabajo de grado para optar por el título profesional de psicología

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Programa de Psicología a Distancia

Soacha, Cundinamarca

2022

Tabla de Contenido

Tabla de Contenido	1
Resumen	4
Palabras Claves	4
Abstract	4
Keywords	5
Introducción	6
1. Planteamiento del Problema	7
1.1. Descripción y Formulación del Problema	7
1.2. Objetivos	12
1.2.1. <i>Objetivo General</i>	12
1.2.2. <i>Objetivos Específicos</i>	12
1.3. Justificación	12
1.4. Sub-línea de Investigación	16
1.4.1. <i>Procesos Psicológicos y Desarrollo Humano</i>	16
3. Marco Teórico	18
3.1. Antecedentes	18
3.2. Bases Teóricas	21
3.2.1. <i>Autoestima</i>	21
3.2.2. <i>Rol de Madre.</i>	25
3.2.2.1. <i>Mujer.</i>	26
3.2.2.2. <i>Rol de Ama de Casa.</i>	27
3.2.3. <i>Discriminación Interseccional</i>	28
3.2.3.1. <i>Género.</i>	28
3.2.4. <i>Desarrollo Humano</i>	29
3.3. Marco Legal	29
3.4. Sistema de Variables, Operacionalización de Variables y Sistema de Categorías	31
4. Marco Metodológico	35
4.1. Diseño de Investigación	35
4.2. Hipótesis	35
4.3. Población y Muestra	36
4.4. Unidades de Análisis y Muestra	36
4.5. Instrumentos para Recolección de Datos	37
4.5.1. <i>Cuestionario de Autoestima desde la Teoría de Nathaniel Branden</i>	38
4.5.1.1. <i>La Práctica de Vivir Conscientemente. (Autoconciencia).</i>	39
	1

4.5.1.2. La Práctica de la Aceptación de Sí Mismo. (Autoaceptación).	39
4.5.2. <i>Entrevista Semiestructurada</i>	40
4.5.3. <i>Escala de Autoestima de Rosenberg</i>	41
4.6. Análisis e Interpretación de los Datos	42
4.7. Procedimiento	45
4.8. Consideraciones Éticas	46
5. Resultados	47
5.1. Resultados Estadísticos	50
5.1.1. <i>Caracterización Sociodemográfica</i>	50
Figura 1, Nacionalidad.	50
Figura 2, Ocupación.	50
Figura 3, Estado civil.	51
Figura 4, ¿Cuenta con ayuda del padre?	52
Figura 5, Con quién vive.	52
Figura 6, Estrato Socioeconómico.	53
Figura 7, Lugar de Residencia.	¡Error! Marcador no definido.
Figura 8, Nivel Académico	54
5.1.2. <i>Cuestionario de Autoestima</i>	55
Figura 9, Me Preocupo por el Cuidado de mi Salud Física.	55
Figura 10, ¿Con qué Frecuencia Logró Controlar mi Emoción?	55
Figura 11, Considero que Como Mujer Puedo Mejorar.	56
Figura 12, ¿Soy una persona que enfrenta todo tipo de situaciones?	56
Figura 13, Soy Capaz de Aceptar mis Equivocaciones.	57
Figura 14, Me Propongo Ser Mejor cada Día.	57
Figura 15, Tengo Hábitos que no son Sanos para mi Vida.	58
Figura 16, Con Relación a mi Apariencia Física.	59
Figura 17, Intento Mejorar mis Hábitos de Vida por unos más Saludables.	59
Figura 18, Cuando me Miro en el Espejo me Siento.	60
Figura 19, Acepto y Amo lo que Veo al Mirarme al Espejo.	61
Figura 20, ¿Con qué Frecuencia me Arreglo, me Maquillo o Hago lo Posible para Mejorar mi Apariencia?	61
5.1.3. <i>Escala de Autoestima de Rosenberg</i>	62
Figura 22, Nivel de Autoestima.	62
5.1.4. <i>Resultados Catoriales</i>	63
5.2. Producto Resultados de Investigación	105
5.2.1. <i>Autoestima</i>	106

5.2.2. <i>Autoconciencia</i>	107
5.2.3. <i>Autoaceptación</i>	108
5.2.4. <i>Autoconcepto</i>	109
6. Discusión y Conclusiones	109
6.1. Discusión	109
6.2. Conclusiones	110
8. Referencias	¡Error! Marcador no definido.
9. Anexos	116
9.1. Consentimiento Informado	116
9.2. Cuestionario de Autoestima en Mujeres Madres de la Fundación Nutrydar	117
9.3. Entrevista semiestructurada sobre autoestima en Mujeres Madres de la Fundación Nutrydar	125
9.4. Recolección y Análisis de Datos	130

Resumen

Cultural e históricamente la mujer ha sido la encargada del cuidado y desarrollo de sus hijos, siendo la maternidad una condición natural en el ser humano que se encuentra amparada en los derechos fundamentales (Andrade, 2022) dada su importancia, se aborda la autoestima en madres lactantes de la fundación Nutrydar, teniendo en cuenta lo anterior, esta investigación tiene como objetivo principal identificar los efectos del rol materno en la autoestima de mujeres entre los 18 y 38 años de edad con el fin de contribuir a la comprensión crítica del desarrollo humano de madres jóvenes desde la perspectiva de género, lo anterior se lleva a cabo por medio de un estudio de enfoque mixto, incluyendo en él, el diseño de dos instrumentos, un formulario con el fin de caracterizar las dimensiones de la autoestima en madres lactantes de la Fundación Nutrydar y una serie de preguntas para recolectar información más detallada como la entrevista semiestructurada.

Luego de la recolección de datos, se realizó un análisis de datos cuantitativos, los cuales fueron obtenidos por medio de ítems con opción de respuesta cerrada tipo Likert, en el caso de la escala de Rosenberg y doce ítems del formulario ya mencionado, por otro lado, se hizo análisis de datos cualitativos, organizándolos de acuerdo a las categorías de análisis propuestas y las emergentes para finalmente realizar un cruce de información por medio de la triangulación de los datos.

Palabras Claves

Autoestima, madres lactantes, desarrollo humano, perspectiva de género, mujer.

Abstract

Motherhood as a natural condition in human beings, is protected by fundamental rights, Juliana Andrade (2022) also states that, culturally and historically, women have been

responsible for the care and development of their children, given its importance, self-esteem in nursing mothers of the Nutrydar Foundation is addressed, taking into account the above, The main objective of this research is to identify the effects of the maternal role on the self-esteem of women between 18 and 38 years of age in order to contribute to the critical understanding of the human development of young mothers from a gender perspective. This is carried out by means of a mixed approach study, including the design of two instruments: a form to characterize the dimensions of self-esteem in nursing mothers at the Nutrydar Foundation and a series of questions to collect more detailed information such as a semi-structured interview.

After the data collection, a quantitative data analysis was carried out, which were obtained by means of items with a closed Likert-type response option, in the case of the Rosenberg scale and twelve items of the aforementioned form; on the other hand, qualitative data analysis was carried out, organizing them according to the proposed and emerging categories of analysis to finally cross-check the information by means of data triangulation.

Keywords

Self-esteem, lactating mothers, gender perspective, human development, women.

Introducción

La maternidad es uno de los roles con mayor importancia en el desarrollo humano, cultural e históricamente ha sido la mujer la encargada del cuidado y desarrollo de sus hijos, dedicándose únicamente o en mayor medida a todas las labores asociadas al hogar, entre éstas la crianza, por tanto, ha sido la mayor figura de ejemplo para sus hijos; de acuerdo con Borges y Ramos (2016) “la maternidad es una de las transformaciones más complejas y poderosas del ser humano y el desarrollo de la misma tendrá una influencia significativa tanto en la madre como en el desarrollo de su hijo”. (p.02)

Dada la importancia de un adecuado desempeño de la mujer dentro del rol de madre, nace la necesidad de indagar sobre su construcción como ser humano, con énfasis en su autoestima; Pérez (2019) expone que, la autoestima es necesaria para un adecuado desarrollo humano, la cual hace referencia al valor que nos damos como seres humanos, éste puede ser positivo o negativo y de acuerdo a su valoración, somos y nos creemos aptos para la vida, con la capacidad de satisfacer nuestras necesidades, afrontar desafíos y merecer la felicidad.

Es así como desde la Fundación Nutrydar, nace la necesidad de identificar los efectos del rol materno en la autoestima de mujeres entre los 18 y 38 años de edad con el fin de contribuir a la comprensión crítica del desarrollo humano desde la perspectiva de género la autoestima de madres lactantes, desde los cuestionarios de autoestima en madres de la fundación Nutrydar, escala de autoestima de Rosenberg y entrevista semiestructurada sobre autoestima en madres de la fundación. Su análisis se abordó desde un diseño transformativo concurrente, ya que según Hernández Sampieri (2014) este parte del análisis de la estructura teórica enlazada desde los resultados de los cuestionarios y la entrevista semiestructurada, permitiendo así la triangulación concurrente.

1. Planteamiento del Problema

1.1. Descripción y Formulación del Problema

En el transcurso de la historia de la humanidad o de nuestra propia familia, es posible observar que la mujer ha sido la encargada de la totalidad o por lo menos en gran medida de la labor de crianza, el cuidado de los hijos e hijas y demás miembros de la familia, sumado a las labores del hogar u oficios domésticos que limitan el tiempo y las oportunidades de socialización, de autocuidado o la satisfacción de la necesidad de autorrealización.

De acuerdo con Varela (2008) Alrededor del siglo XVIII, las mujeres exigían derechos relacionados con la educación, el trabajo, el voto y el contexto familiar asociados con el matrimonio y la crianza de sus hijos e hijas; todo con el fin de garantizar la protección de sus intereses personales y económicos, de la misma manera, August Bebel a mediados del Siglo XIX estimuló la idea de igualdad de derechos entre hombres y mujeres. Sin embargo, los valores, creencias y estereotipos culturales sobre la mujer, no permitieron que esta idea se posicionara, debido también, a que Bebel no logró aislarse de una concepción patriarcal en donde las mujeres estaban adaptadas naturalmente a la maternidad y a la crianza; y adicionalmente, que ellas no estaban en la capacidad de asumir los roles que conlleva el ámbito laboral por la exigencia del trabajo pesado, puesto que las caracteriza como seres frágiles y delicados; manteniendo una división sexual del trabajo; se presentó una doble discriminación, en primer lugar, por ser mujer, porque implica ser débil física y emocionalmente y en segundo lugar, por ser madre.

Dado que, dicho rol implica la crianza de los hijos, el cuidado de éstos o de las personas con alguna condición de enfermedad, personas de la tercera edad y las actividades del hogar, Jubeto y Mertxe Larragaña (2014) abordan este tema desde un enfoque de

desarrollo humano en donde “hombres y mujeres participan en el diseño de los proyectos y propuestas de futuro” dando una visión inicial de discriminación interseccional.

Luego de una ardua labor por parte de las mujeres donde exigían sus derechos y la igualdad de género, Minerva Bernardino (1946) fue pieza clave en la inclusión de las mujeres en la declaración Universal de los Derechos Humanos y los organismos especializados, para favorecer la igualdad de derechos entre el hombre y la mujer. Sumado a lo anterior, en la Constitución Política de Colombia de 1991, el Artículo 13 establece que “todas las personas gozarán de los mismos derechos, libertades y oportunidades sin ninguna discriminación por razones de sexo, raza, origen nacional o familiar, lengua o religión, opinión política o filosófica”. (p.2)

Ahora bien, aunque constitucionalmente se habla de todas las personas (hombres y mujeres) con igualdad de derechos y oportunidades, la realidad es otra. Tania Sordo (2017) citando Crenshaw (1989) afirma por medio de estudios, los diferentes casos de juzgamiento y discriminación, impactando principalmente el género femenino, a causa de los diferentes factores estereotípicos construidos culturalmente, estos factores de acuerdo al artículo 13 de la constitución política, hacen referencia a las diferentes razones por las cuales, las personas no deben ser discriminadas, supo social o comunidad.

Dichos procesos de desigualdad se han materializado significativamente en el mundo del trabajo, Juliana Andrade (2022) afirma que desde varios años atrás, muchas mujeres abandonan sus trabajos como resultado de una adjudicación social de roles con el fin de mantener el cargo que han decidido asumir de madres, además desde el punto de vista legal y jurisprudencial las mujeres poseen garantías para acceder, permanecer y ascender dentro del campo laboral, se reconoce que el cuidado y la crianza no son labores exclusivas del rol femenino, sin embargo la mujer embarazada pretende acceder o continuar en el ámbito

laboral, prima el cuidado y la integridad tanto de la madre como de su hijo, causando una pausa o un alto en dicho ámbito, como también, en el contexto educativo y social.

Mariángeles Castro (2019) considera importante dichos ámbitos en el que desarrollo humano ya que para garantizar la igualdad de género es fundamental eliminar todas las situaciones de discriminación. Sin embargo, pese al progreso en la eliminación de las leyes discriminatorias, aún se conservan muchas de ellas por lo que las entidades competentes deben replantear estrategias que garanticen el libre desarrollo humano de las mujeres aún durante la maternidad.

En este sentido, el programa de derechos humanos de la ONU (2014) precisa al Desarrollo Humano como el proceso de expansión de las capacidades humanas, ampliando sus opciones y oportunidades en pro del progreso de la vida y el bienestar humano. Según la normativa internacional, el desarrollo humano es un derecho que condiciona el cumplimiento de los Derechos Humanos, comprendiendo las etapas y los cambios que los seres humanos experimentan a lo largo de su vida, de este modo el desarrollo humano se puede alcanzar tanto de manera individual, como de manera colectiva. de la misma manera Maritza Rosales (2017), señala que “existen grupos de personas que siguen sin satisfacer sus necesidades básicas y presentan obstáculos para superarlas” (p.66).

Esta necesidad de autorrealización se ubica en la psicología humanista creada por Abraham Maslow en la pirámide de necesidades, con cinco niveles en orden jerárquico, 1. necesidades fisiológicas, 2. necesidades de seguridad, 3. necesidades de amor y pertenencia, 4. necesidades de estima que consisten en la evaluación personal y el reconocimiento de sí mismos con relación a los demás, éstas se subdividen en dos grupos como el amor propio y el respeto que recibimos de los otros como la reputación, la condición social, la fama y la admiración, fortaleciendo la confianza en sí mismos, la auto valía y la autoaceptación,

finalmente el quinto nivel son las necesidades de autorrealización o metanecesidades.

(Elizalde, Martín, y Martínez, 2006)

Continuando la idea de Elizalde (2006), “El concepto de necesidad tiene una larga trayectoria en el pensamiento social. Las concepciones tradicionales consideran las necesidades como infinitas, ilimitadas y siempre cambiantes.” (p.1) Por este motivo, el presente trabajo pretende abordar la cuarta necesidad que establece Maslow sobre las necesidades de estima desde los diferentes roles que ejercen las mujeres, enfatizando en el respeto, basado en la opinión, admiración y confianza de sí mismo.

Teniendo en cuenta lo expuesto en este apartado y respaldado por diferentes estudios expuestos en el desarrollo de la investigación, nace la necesidad de centrar nuestra atención en el efecto del rol de madre en la autoestima de las mujeres, si bien desde la maternidad, como parte de la identidad de la mujer, se proveen recursos importantes para alcanzar un buen nivel de autoestima, es oportuno hacer énfasis en el concepto actual frente a la maternidad, esto con el fin de desglosar la relación mujer/mujer madre.

Cubero (2014) citando a Marrades (2002), afirma a la maternidad desde varios años atrás, se viene considerada como un elemento fundamental en la esencia femenina, el cual ha venido provocado que se relacione la palabra mujer con el hecho de ser madre, desde una posición feminista, la cual ha sido debatida, ya que se considera inexistente la relación entre ambos términos, entendiéndose como una representación cultural, sin apartarnos de que la maternidad es un término que se encuentra en permanente evolución, en el cual inciden tanto factores culturales como sociales.

Desde diferentes teóricos se considera que el rol materno termina siendo una situación que limita el proyecto de participación de las madres en la esfera social y pública, señalando a un efecto de la autoestima, así mismo influyendo en el proceso de valoración primaria, en

otras palabras, la medida en que los sucesos son considerados como retos que permiten el crecimiento o posibles amenazas. (Ramos, 2016) Este rol está directamente anclado al desarrollo de la autoestima por lo cual surge la siguiente pregunta ¿Cuáles son los efectos del rol materno en la autoestima y su contribución en el desarrollo humano de las mujeres madres entre los 18 y 38 años de edad de la fundación Nutrydar desde la perspectiva interseccional?

1.2. Objetivos

1.2.1. Objetivo General

Identificar los efectos del rol materno en la autoestima de mujeres entre los 18 y 38 años de edad con el fin de contribuir a la comprensión crítica del desarrollo humano de madres desde la perspectiva interseccional.

1.2.2. Objetivos Específicos

Caracterizar el grupo de mujeres madres lactantes entre los 18 y 38 años de edad de la fundación Nutrydar con el fin de comprenderla desde una perspectiva interseccional desde aspectos como entorno social, económico y su percepción acerca de la autoestima.

Comprender como la discriminación interseccional se presenta en el rol materno y su influencia en el desarrollo humano, partiendo de la información obtenida.

Plantear reflexiones críticas acerca del rol materno en la autoestima con el fin de aportar una visión del desarrollo humano en mujeres madres entre los 18 y 38 años de edad de la fundación Nutrydar.

1.3. Justificación

El presente proyecto consiste en identificar los efectos del rol materno en la autoestima de madres lactantes entre los 18 y 38 años de edad con el fin de contribuir a la comprensión crítica del desarrollo humano de madres desde la perspectiva de género; es importante tener en cuenta que el rol materno está influido por la autoestima, el desarrollo humano y la discriminación interseccional, por lo cual a continuación se expone la

importancia de cada una de éstas categorías de análisis para la investigación sobre autoestima en madres lactantes.

Es imperante comprender cómo la autoestima termina siendo afectada directamente en mujeres, esto se evidencia en estudios de McGrath y Meyer, Shea y Troniks citados por Ramos (2016) que "la autoestima materna es una variable psicológica, componente esencial de la maternidad, que media entre los factores biopsicosociales con influencia sobre el rol materno y donde estos factores van a ejercer una influencia en la adaptación de una mujer hacia la maternidad" (p.65) es decir que durante la maternidad, la autoestima es un factor clave de mediación entre factores biológicos tales como los cambios físicos que produce el embarazo, psicológicos o conductuales como emocionales generados en el embarazo e inicio de una nueva etapa de la maternidad con el nacimiento del bebé, y sociales como aumento de la necesidad de estar a solas con su bebé, de tal manera que permita una adaptación sana al rol materno.

Durante el proceso de maternidad el desarrollo humano forma parte de esta etapa, pero este desarrollo se reconoce que tanto hombres como mujeres siendo partícipes en la construcción de sociedad, pese a ello, Yolanda Jubeto y Mertxe (2014) exponen que las mujeres han estado sujetas a subordinación y marginación por parte de una cultura patriarcal, afectando principalmente a las mujeres en condición de pobreza; dicha marginalización se presenta por desigualdades étnicas, socioeconómicas, de género, orientación sexual y edad, entre otras, como parte de una construcción social en donde trayendo a colación el concepto de interseccionalidad en relación al desarrollo humano, Yolanda et. al (2014) exponen lo siguiente:

Se considera que las capacidades más esenciales para el desarrollo humano son disfrutar de una vida larga y saludable, tener acceso a una educación de calidad, acceder a los recursos necesarios para lograr un nivel de vida digno y poder participar en la vida de la

comunidad [...] necesarias para que una persona pueda ser creativa, productiva, goce de respeto propio, desarrolle su potencial interno y la sensación de pertenencia a una comunidad.

Gutiérrez (2005), expone que cuando la madre ingresa al campo laboral, se evidencia un aumento en su autoestima, dado que reduce la preocupación por la solvencia económica y ayuda a su autopercepción como un ser productivo, ampliando su campo de conocimiento de acuerdo a la actividad que se dedica y aumentando la probabilidad de interacción con otras personas, contribuyendo de forma favorable a su reconocimiento ante la sociedad y su realización personal, tan importante dentro de la corriente psicológica del humanismo.

De acuerdo con Tortosa y Civera (2006) desde la corriente psicológica del humanismo, se maneja una orientación holística del ser humano, aceptando la visión desde diferentes puntos de vista sobre las particularidades de las personas, reconociendo la libertad y dignidad de las personas y definiéndose como “Un individuo sensible al medio y sometido a ciertos condicionantes, pero, sobre todo, como alguien que participa de forma activa en la construcción del conocimiento y la experiencia” (p.30).

Desde el humanismo se pretende abordar la aspiración que todo ser humano tiene desde su realización personal, aportando así al desarrollo de la capacidad para ser libre en la toma de decisiones y la capacidad de asumir roles y tener la seguridad de sortear diferentes obstáculos o situaciones en su vida y desde allí aprender a interpretar quienes son y lo que quieren llegar a ser. (Salazar D, Uriegas M 2006)

Profundizando en la incidencia de la discriminación interseccional en la autoestima en mujeres madres, ejerciendo múltiples discriminaciones, entre estas se encuentra la discriminación por ser mujer lo que implica ser débil física y emocionalmente, como lo menciona Trejo Maria (2015) “existen toda una serie de limitantes para la mujer, en el plano

social, educativo, económico y político, que muchas veces no se reconocen” (p.56), por el hecho de ser madre dado que dicho rol implica la crianza de los hijos, el cuidado de éstos o de las personas con alguna condición de enfermedad, personas de la tercera edad y las actividades del hogar.

Sumado a lo anterior, de acuerdo con la caracterización de la población desde el proyecto de práctica I (2022) se evidenció que comparten dificultades a nivel económico, sea porque no cuentan con ingresos económicos estables o suficientes para subsistir, en algunos casos como consecuencia del desplazamiento forzado como víctimas del conflicto armado interno o como migrantes de origen venezolano a raíz del (Fenómeno sociopolítico de Venezuela) y no cuentan con la documentación necesaria, que permita su estancia en el país de forma regular, generando dificultades de acceso a derechos como: a un empleo con un salario justo y al derecho de la salud al no estar afiliadas al sistema general de Seguridad Social en Salud entre otros.

Estas situaciones, las ha expuesto a factores de vulnerabilidad, dado que uno o varios integrantes del núcleo familiar, por falta de dinero u otros recursos, se ha saltado una o dos comidas diarias; se han visto en la necesidad de vivir en lugares donde reciben maltrato de diferentes tipos o expuestas a la delincuencia común, o en las periferias de la ciudad en donde de acuerdo con Anadolu Agency (2020) y su artículo informativo “Bogotá y su periferia, los receptores de los desplazados y los migrantes” vive la mayoría de personas de escasos recursos, víctimas del conflicto armado y migrantes venezolanos, también expone que los nuevos indicadores revelados por el DANE dibujan un sombrío panorama para la capital colombiana: el índice de pobreza multidimensional (IPM) de la ciudad aumentó pues ahora tiene 233.000 pobres adicionales, por su parte, la CEPAL ha entregado cifras sobre los efectos de la pandemia de COVID-19. En esta cuarentena, la pobreza en la capital aumentó un 35%.

De acuerdo con Rozo C (2016), el Banco de Desarrollo de América Latina y la Universidad de Oxford, la baja autoestima y la soledad son también reconocidos como factores de pobreza, aunque estos representan la capacidad adquisitiva y el nivel educativo de la población, sumado a esto representan la estigmatización y humillación social o aislamiento, por lo cual crearon un informe sobre las dimensiones faltantes en la medición de pobreza, con el fin de captar la atención con énfasis a los seis factores, reconocidos como socioemocionales como lo son: “el empoderamiento, la seguridad física, la capacidad de desarrollarse sin sentir vergüenza, la calidad del empleo, la falta de redes de protección social o soledad, y el bienestar psicológico o *baja autoestima*” (p.124), este último factor amerita mayor investigación dada su vinculación con los otros cinco factores.

Finalmente, de acuerdo a toda la información brindada con anterioridad y entendiendo más a fondo la problemática que se evidencia, es importante para las madres lactantes de la Fundación Nutrydar, contar con un abordaje de su autoestima y por medio de los instrumentos aplicados facilitar a la Fundación Nutrydar el identificar las particularidades que afectan la autoestima de cada una de ellas.

1.4. Sub-línea de Investigación

1.4.1. Procesos Psicológicos y Desarrollo Humano

Socorro (2012) afirma que “El desarrollo es el proceso que experimenta un organismo que cambia en el tiempo hasta alcanzar un estado de equilibrio.” (p.27), basado en lo anterior, este proceso es el objetivo básico que tiene el ser humano para construir un buen ambiente, llenarse de experiencias enriquecedoras disfrutando de su vida duradera, saludable en diferentes aspectos y creativa, aunque en ocasiones parezca obvio, con frecuencia se olvida

y aquí es donde se enlaza los procesos psicológicos con el desarrollo humano, ya que se convierten en base para alcanzar este objetivo básico.

Si bien el desarrollo humano nace desde una función biológica también desde una función psicológica, la cual estudia el proceso de personalidad y relaciones interpersonales, es por esto que por medio una perspectiva humanista, se pretende fomentar, facilitar y regular la investigación, desde el campo de las áreas básicas de la psicología dentro de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

2. Marco Teórico

2.1. Antecedentes

La autoestima en madres es un tema de interés de investigación desde el noreste de Europa, gracias a, Manon A van Scheppingen, Jaap JA Denissen, Joanne Chung, Kristian tambos, Wiebke Bleidorn (2018), se centran con una muestra representativa de madres noruegas, donde se logra evidenciar la autoestima materna como patrón de cambios y específicamente disminuye durante el embarazo, la autoestima disminuye durante el embarazo y aumenta hasta los 6 meses de edad, luego nuevamente disminuye gradualmente durante los años siguientes, esto frente a madre primerizas, y concluye afirmando que “Los cambios correlacionados positivos moderados entre la autoestima y la satisfacción en la relación indicaron que estos constructos estaban vinculados a lo largo del tiempo” Manon, S. et al, 2018, p. 12)

Diferentes estudios sobre los sentimientos y actitudes de las madres hacia la maternidad dentro de un contexto latinoamericano, exactamente en Buenos Aires-Argentina, realizado por varios años por Raznoszczyk, Lapidus, Leonardelli, Silver, Umansky, Mindez, Duhalde, Huerin, Mrahad, Zucchi, (2005) han encontrado que no hay diferencias significativas en el nivel de autoestima de madres de bebés varones y bebés mujeres; por otro lado, lograron investigar que el nivel de autoestima materna es elevado, las madres son gestualmente más expresivas con sus bebés y suelen pasar más tiempo con ellos; de igual manera, exponen que la aceptación al bebé, es significativamente mayor en madres que no trabajan antes ni después del embarazo; finalmente, concluyen que el nivel de autoestima materno es directamente proporcional al nivel de aceptación al bebé y que la aceptación al bebé es mayor cuando hay menor presión laboral.

Mientras que en la ciudad de Lima se realiza un análisis sobre el Autoestima materna y la calidad de las relaciones de pareja en madres de nivel socioeconómico medio - alto en el

expone Hinostroza (2010) que en el análisis de la variable autoestima materna, las participantes poseen un nivel medio de autoestima materna, destacando con puntajes considerables en las dimensiones de habilidad tanto para el cuidado y en general como madres, por otro lado presentan puntajes bajos en su imagen y salud física luego del parto, continuamente, se destaca que la buena relación de pareja sostiene un adecuado nivel de autoestima materna, aportando seguridad y estabilidad emocional en sí mismas. Finalmente, se evidenció baja aceptación del bebé asociado con la imagen corporal y salud luego del parto; otra implicación es la idealización de la maternidad la cual discrepa de la experiencia real de la maternidad.

En su estudio Yamila Ramos Rangel, Deyanira Borges Caballero (2016), abordan la maternidad en la adolescencia y su autoestima global, dentro de los resultados obtenidos en diferentes categorías de análisis, predominaron las madres con niveles medios y altos de autoestima global y niveles bajos de autoestima materna, lo cual se concluye que el hecho de pasar por esta etapa materna en la adolescencia, se imponen nuevas obligaciones donde la madre no está preparada e influye en su desempeño como madre, ya que por medio de estas sienten incertidumbres y ambigüedades que le hagan valorarse en detrimento de sí mismas en esta dimensión o categoría de análisis.

En su estudio Quispe (2020) su objetivo principal, fue determinar el nivel de autoestima en madres gestantes atendidas en el Centro de Salud Catalina Huanca, Lima, 2019, acogiendo una población de 63 mujeres madres en etapa de gestación, donde por medio del instrumento de autoestima de Rosenberg se evidencia que el resultado de las participantes, el 30 % de las madres gestantes prevalecen una autoestima baja y el porcentaje restante se divide con el 40% una autoestima media y solo el 30% de las madres gestantes tienen una autoestima alta, de esta manera desde la psicología, se determina que la gestación conlleva un cambio considerable en la vida de la mujer.

Castañeda B, Alessandra A, Vegas T, (2022) desde el estudio que realizan sobre la relación entre la satisfacción con la pareja y autoestima materna en madres de Lima, Perú, determinan por medio de escalas y cuestionarios de autoestima con una muestra considerada de 130 madres, la correlación positiva entre variables de las dos dimensiones, de lo cual se puede resaltar de esta investigación la evidencia que deja y la importancia del rol de la pareja, siendo la persona que principalmente actúa como soporte emocional en la madre.

En un contexto nacional se encuentra la investigación que realiza Castro, Diana (2009), en el proyecto de familias adolescentes gestantes y lactantes, se detectan diferentes situaciones complejas de las jóvenes participantes durante el proceso de sus familias y el desarrollo de ellas dentro de la comunidad y colegios, detectando bajo una serie de instrumentos, que la educación en ellas cumple un papel poco importante para ellas, adicional el alejamiento que tienen con los miembros de su familia, entonces la red social o de apoyo con la que contaban que incluyen: familia y amigos, donde se determina que se ve debilitada la madre a causa de su embarazo y por tanto sienten de una u otra manera el rechazo y crítica, no dejando de lado que ellas en varias ocasiones cierran sus posibilidades de contacto y solidaridad por un sentimiento de culpa y frustración, lo anterior relacionado, influye de una u otra manera el autoestima de cada una de ellas.

Y por último, una mirada local desde la ciudad de Bogotá, Soacha, Uniminuto Osorio Campillo Henry (2017), en su investigación “Para mama: una guía de experiencia materna”, acogieron madres gestantes con un rango de edad de 17-32 años donde se propone fortalecer sus vínculos afectivos, como el autoestima y el autocuidado como factor protector, la investigación se encuentra vinculada directamente con la innovación social por medio de intervenciones relacionadas con la maternidad y mortalidad infantil, teniendo en cuenta que son factores fundamentales para el autoestima en estas mujeres, se parte de iniciativas educativas y acciones co-creativas, como lo es el esfuerzo de la autoestima y el conocimiento

para implantar protocolos, medios básicos del proceso de gestación que es en el cual se considera que disminuye el nivel de autoestima.

En la investigación que realizan Plazas, B y Rovida A (2001), detectan una problemática frente a la actitud de la población que abordan la cual corresponde a mujeres madres comunitarias, siendo la situación socio – cultural en la que se relacionan, las que hacen muy dependientes y de pocas aspiraciones, teniendo como principal objetivo estimular la autoestima y el liderazgo de estas madres, sacando así provecho frente los recursos materiales que reciben, aun siendo mínimos y de la misma manera fortaleciendo su autoconcepto y autoestima.

2.2. Bases Teóricas

Dada la necesidad de identificar los efectos del rol materno en madres lactantes de la fundación Nutrydar, se indaga sobre el concepto de la autoestima desde diferentes bases teóricas, de igual manera se abordan conceptos que de alguna u otra manera trastocan la autoestima tales como: mujer, madre, desarrollo humano, género y discriminación interseccional.

2.2.1. Autoestima

Voli (2001) postula que la autoestima posee cinco componentes como *1. Autoconcepto*, el cual se define como la forma en que percibimos nuestro ser, y puede ser modificada por medio de reestructuración cognitiva; *2 Sentido de seguridad*, la cual incrementa de acuerdo a nuestros logros y se mantiene por medio de técnicas de prevención de recaídas y entrenamiento en asertividad; *3 Pertenencia o sentido de integración*, define la forma en que nos sentimos parte de un grupo o nuestro nivel de integración, habilidades de relacionamiento social, se puede estimular por medio de psicoeducación y el uso de reencuadres, *4 Motivación*, la cual guía el cumplimiento de objetivos con apoyo de la

imaginación; 5 *Competencia*, por medio de la cual se posibilita la realización de metas, se puede intervenir mediante técnicas de proyección a futuro, tareas y solución de problemas.

Posteriormente, Panesso y Arango (2017) exponen que al momento de realizar una búsqueda del concepto de “autoestima”, se encuentra el de “autoconcepto”, a razón de su similitud gramatical y pese a que se relacionan, su definición es diferente, en el caso del autoconcepto, consiste el grupo de elementos con los que se describe a sí mismo, identificando la forma en que la persona se percibe, dicha percepción está sujeta a la cultura, el entorno, sus interacciones sociales, crianza, lenguaje, costumbres y situaciones en general que le han moldeado y dado su significado o existencia. Por otro lado, la autoestima, es la evaluación de todos los elementos descritos desde el autoconcepto, la cual se ve claramente influida por los sentimientos de cada persona.

Esnaola, Goño y Madariaga (2008) expresan que autoconcepto personal, abarca el autoconcepto emocional y/o moral y se comprende como las autopercepciones de los valores internos de cada individuo, sentimientos adecuados como persona y la valoración personal indiferente a su físico y relaciones sociales; es comprendido en cuatro dimensiones como 1. El autoconcepto afectivo-emocional que representa la visión propia en cuanto a las relaciones o regulación emocional; 2. El autoconcepto ético/moral que representa los límites que definen la honradez; 3. El autoconcepto de autonomía que representa la percepción de hasta qué punto somos capaces de tomar decisiones en función de su criterio; 4. El autoconcepto de la autorrealización que representa la visión de sí mismos con relación a los logros de nuestros objetivos de vida.

De acuerdo con Tortosa y Civierra (2006) desde la corriente psicológica del humanismo, se maneja una orientación holística del ser humano, aceptando la visión desde diferentes puntos de vista sobre las particularidades de las personas, reconociendo la libertad

y dignidad de las personas y definiéndose como “Un individuo sensible al medio y sometido a ciertos condicionantes, pero, sobre todo, como alguien que participa de forma activa en la construcción del conocimiento y la experiencia” (p.20).

Abraham Maslow desde el humanismo, expone la pirámide de necesidades, con cinco niveles en orden jerárquico, 1. necesidades fisiológicas, 2. necesidades de seguridad, 3. necesidades de amor y pertenencia, 4. necesidades de estima, éstas últimas serán el foco de atención en el presente proyecto, consisten en la evaluación personal y el reconocimiento de sí mismos con relación a los demás, se subdivide en dos grupos como el amor propio y el respeto que recibimos de los otros como la reputación, la condición social, la fama y la admiración, fortaleciendo la confianza en sí mismos, la autovalía y la autoaceptación, finalmente el quinto nivel son las necesidades de autorrealización o metanecesidades. (Elizalde, Martín, y Martínez, 2006).

Carl Rogers también teórico humanista, expresa que la autoestima es entendida como la valoración tanto positiva como negativa que se tiene de sí mismo, sin embargo, afirma que cada uno posee un yo positivo, es decir único y bueno pero ese yo frecuentemente permanece oculto y enmascarado, muchas veces sin poder desarrollarse. “Cada persona es una isla en sí misma, en un sentido muy real, y sólo puede construir puentes hacia otras islas si efectivamente desea ser él mismo y está dispuesto a permitírselo.” (Rogers 1992, p.8) (Perez Hilary 2019)

Por otro lado, Branden (1995) expone que la autoestima es “la confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida” y “confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; sentimiento de ser respetables, de ser dignos, y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, a alcanzar nuestros principios morales y a gozar del fruto de nuestros esfuerzos” (p.43).

Al mismo tiempo Branden define que ésta es conformada por factores externos, los cuales refieren al entorno, experiencias y mensajes transmitidos verbal o no verbalmente y los internos como factores que parten de ideas, creencias, prácticas y conductas, en relación con lo expuesto percibe la necesidad de ir más allá, detallando factores que crean y mantienen un autoestima alta o sana. ¿Pero qué es una autoestima alta? Muchas personas asocian este concepto como ser jactancioso, fanfarrón o arrogante, pero estas características no reflejan una autoestima sana, tener una alta autoestima es sentirse confiadamente apto para la vida, capaz y valioso.

Por el contrario, para Branden (1995) el autoestima baja también puede ser conceptualizada como inadecuada, insuficiente, limitante o pobre; definiendo que puede llegar a “limitar severamente la realizaciones y aspiraciones personales” (p.33), pero no quiere decir que las personas sean incapaces de cumplir sus metas o poseer un valor humano, hace referencia a los talentos o habilidades que posee el ser humano y que por los sentimientos de incapacidad, reducen la efectividad de todas sus habilidades.

Finalmente, este autor expone que una autoestima mediana se caracteriza por ser cambiante entre el sentimiento de apropiado e inapropiado para la vida, “algunas veces actuando prudentemente, algunas veces actuando de manera insensata, reforzando con ello la incertidumbre acerca de cómo somos en nuestro fuero interno” (p. 47).

Luego de las definiciones que Nathaniel Branden nos da sobre los niveles de autoestima, ofrece un análisis de su construcción por medio de seis pilares o prácticas de vital importancia para elevar el nivel de autoestima; 1. La práctica de vivir conscientemente (autoconciencia), 2. La práctica de la aceptación de sí mismo (autoaceptación), 3. La práctica de la responsabilidad de sí mismo (autorresponsabilidad), 4. La práctica de la autoformación

(autoafirmación); 5. La práctica de vivir con propósito (determinación), 5. La práctica de la integridad personal (integridad personal) (p.55).

Se aborda la autoestima, a la luz de la psicología de la autoestima de Nathaniel Branden (1930 – 2014), psicoterapeuta canadiense, autor de numerosos libros de autoayuda, artículos sobre ética y filosofía, quien expone que “la autoestima es una consecuencia, un efecto de determinadas prácticas” (Branden, 1995, P.53) Branden ha sido descrito como uno de los precursores de la psicología de la autoestima, nos explica, cómo una autoestima alta, es esencial para poseer una salud psicológica y relaciones satisfactorias, demuestra que problemas patológicos como ansiedad o depresión, pueden estar fundamentados en una autoestima baja e identifica las siguientes seis prácticas de vital importancia para elevar el nivel de autoestima; la práctica de vivir conscientemente, la práctica de la aceptación de sí mismo/a, a práctica de la responsabilidad de sí mismo/a, la práctica de la autoafirmación, a práctica de vivir con propósito, la práctica de la integridad personal. Dado que cada práctica posee un grado de dificultad, en el presente proyecto solo se abordaron las primeras dos.

2.2.2. Rol de Madre.

Para Freud (1932) la feminidad se construye por medio de un proceso que puede o no concluir en la maternidad, por otra parte, señala que “La madre es ubicada inicialmente como el apoyo primordial para el niño y la niña, ella es quien sostiene los cuidados maternos, sosteniendo tanto las necesidades fisiológicas (el hambre, el frío, la limpieza) como las demandas emocionales.”(p.8). Si bien asumir el papel de madre abarca una connotación social de realización, es importante conocer a la mujer desde su identidad, ya que, al ser madre, las prioridades cambian.

Con relación a las madres lactantes, Acuña Y Hernández (2005) exponen que las madres lactantes, pasan por diferentes procesos que influyen en su autoestima, tales como los

cambios físicos y emocionales, en el caso de sus redes de apoyo, cuando es insuficiente el apoyo social o familiar, presentan con mayor frecuencia síntomas depresivos; también imposibilidad de toma de decisiones y sentimientos de culpabilidad.

De acuerdo con la Comisión de Lactancia Materna, Sociedad Venezolana de Puericultura y Pediatría (2011) En los países en donde se promueve e implementa la lactancia materna, tanto las tasas de mortalidad como de morbilidad se han reducido favorablemente, con relación a las cifras reflejadas en el siglo pasado, en donde la necesidad de las mujeres por ingresar al mercado laboral sumada a la industria de leche procesada o de vaca para los lactantes, produjo efectos adversos, provocando enfermedades no transmisibles, degenerativas y metabólicas del ser humano en el siglo XXI.

González (2013) dentro de su estudio, identifica que una madre soltera es el reflejo de una vida cotidiana conformada por diferentes matices representativos de acontecimientos vivenciados que engloban un antes y un después, luego de asumir muchas de las responsabilidades establecidas para ellas, sumando a esto en algunas de las madres de la fundación se evidencia la dificultad de mantener un vínculo afectivo con sus parejas.

Alejandro Sahuí (2014) Expone que “sistemáticamente las mujeres, o los grupos étnicos, están por debajo del resto de las personas en logros educativos, de salud, o de ingreso y restringe inevitablemente su bienestar.” (p.10), lo cual reduce la cantidad o probabilidad de oportunidades, diversos estudios en donde se realizan análisis de datos por género, grupo de edad o área geográfica, revelan que los indicadores del desarrollo humano de las mujeres, se encuentra por debajo del de los hombres.

2.2.2.1. Mujer.

Es importante definir que el concepto “mujer” va mucho más allá de la anatomía, de acuerdo con Gabriela Castellanos (1995), éste concepto se ha construido en el transcurso del

tiempo por medio del género, el lenguaje y la cultura, por lo mismo es posible encontrar una diversidad de definiciones; de acuerdo con ésta autora, hay culturas en donde una mujer fuerte, no es una verdadera mujer; desde el feminismo, la mujer es considerada un punto de partida para todo desarrollo y más que un cúmulo de definiciones, puede expresarse “que la conciencia de ser mujer es relativa a contextos socioculturales y políticos específicos, frente a los cuales cada una de nosotras puede asumir una actitud de identificación y de solidaridad política” (pp.22).

De acuerdo con Castrillón (2008) a la mujer se le han asignado roles tales como esposa, madre, cuidadora y ama de casa, pero en el transcurso de la historia, ha empezado destacar como estudiante, trabajadora, empresaria como Madam C. J. Walker considerada la primera mujer afroamericana en convertirse en millonaria; científica como Mari Curie quien recibió un premio nobel de física y otro de química y Diana Trujillo Pomerantz, ingeniería aeroespacial colombiana, líder de la misión Curiosity en la Nasa.

2.2.2.2. Rol de Ama de Casa.

Con relación al rol de ama de casa, Criado (2004) durante década se ha basado en la división de género, siendo asignado a la mujer, quien debe encargarse de la alimentación, crianza y salud familiar, lo cual ha exigido el esquema simbólico de *La buena madre*, que ha consistido en renunciar a sí misma en pro del bienestar familiar, lo cual demanda todo su tiempo y energía.

Por otro lado, Colanzi (2016) señala que el rol de ama de casa, que consiste en realizar las tareas domésticas, se encuentra dentro de los “inactivos” junto a los jubilados y estudiantes, dado que es representado como un trabajo no remunerado por la visión de no tener un sentido estricto, de igual manera, recalca la importancia del cuidado de la mujer dentro de dicho rol, puesto que en muchas ocasiones, las múltiples labores del hogar,

imposibilitan el goce de tiempo propio, de tal manera expone que “El cuidado de los que cuidan comienza cuando se asegura una formación con un marco cognitivo sólido y flexible”(p.52).

2.2.3. Discriminación Interseccional

De acuerdo con Crenshaw citada por Tania Sordo (2017), el término de interseccionalidad, no solo hace referencia a la suma del racismo y el sexismo, si bien el término fue creado inicialmente por la discriminación a mujeres de raza negra, la realidad es que hay más de dos factores de exclusión en la sociedad; se puede presentar discriminación por factores como la orientación sexual, la clase social, la edad y como se evidenciará más adelante, por el hecho de ser madre o por tener más de un hijo.

2.2.3.1. Género.

Lamas Marta (2000) afirma que el género se conceptualiza por medio de un conjunto de ideas, representaciones, prácticas y determinaciones sociales que se van desarrollando en base a una cultura desde la diferencia de hombre y mujer, para sí categorizar socialmente lo que es propio, el yo, como me defino, en otras palabras, se clasifica a qué especie tipo o clase pertenece alguien.

para Varela (2008) el concepto de género, surge de la idea de masculino y femenino no son hechos biológicos sino una construcción cultural, mediante la cual, muchas actividades fueron delegadas en exclusiva a la mujer y muchas otras a los hombres, partiendo de la subjetividad y conveniencia del patriarcado, de la misma manera, considera importante hacer la distinción entre sexo y género en donde el sexo marca las diferencias biológicas entre hombres y mujeres y el género habla de conductas y normas para hombres y mujeres.

2.2.4. Desarrollo Humano

En torno al desarrollo humano, Diane Papalia (2017) expone que “cada persona tiene una trayectoria de desarrollo irreplicable y un camino personal que recorrer”, la representación de madre inicia desde la gestación, con los cuidados que requiere para el desarrollo normal de su embarazo, siendo esta etapa una trayectoria de largos cambios desde el rol social hasta los cambios que va teniendo el cerebro con el desarrollo de los nuevos roles. Cabe mencionar que la autoestima es un factor determinante para el desarrollo humano permitiendo identificar cuáles son sus fortalezas y destrezas u oportunidades de mejora, encaminadas a cada una de las etapas del desarrollo humano, permitiendo alimentar su autoestima.

Como parte fundamental del desarrollo humano, la autopercepción positiva o una alta autoestima se vincula con la salud mental a largo plazo convirtiéndose en un equilibrio emocional y recordando que la salud mental hace parte del crecimiento y desarrollo del ser. (Rice, 2000). Con relación a lo anterior, Navarro (2018), define la autoestima como un sentimiento de alto valor del ser humano, dando juicio de lo que se hace sobre sí mismo, de la manera de ser y quien ser, transformando así rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran la personalidad, determinando la manera en que se percibe, valora y moldea la vida.

Partiendo de la información expuesta con anterioridad por Navarro y Papalia, la autoestima es imprescindible dentro del desarrollo humano, por lo cual a continuación, se expone un poco más la definición de este concepto desde diferentes autores, que, desde su perspectiva, han expuesto diferentes categorías o definiciones que la componen

2.3. Marco Legal

El presente proyecto se regirá por lo estipulado en La Constitución Política de Colombia (1991), de acuerdo al Artículo 13 “Todas las personas nacen libres e iguales ante la

ley, recibirá la misma protección y trato de las autoridades gozará de los mismos derechos, libertades y oportunidades, sin discriminación por razones de sexo, raza, nacionalidad, familia, lengua, religión, opinión política o filosófica” el Artículo 42 estipula que la familia es el núcleo fundamental de la sociedad y el Artículo 43 expresa que hombre y mujer cuentan con igualdad de derechos y oportunidades.

Por otro lado, mediante la ley 51 de (1981) se pretende eliminar todo tipo de discriminación hacia la mujer, en el artículo 5, detalla la importancia de incluir dentro de la educación familiar una adecuada comprensión de la maternidad, como fusión social reconocimiento equitativo de responsabilidad de hombre y mujer en cuanto a desarrollo y educación de sus hijos; por otro lado, el Artículo 11 declara que la maternidad no es un impedimento para acceder al campo laboral.

De igual manera, la Ley 248 de 1995 Por medio de la cual se aprueba la Convención Internacional para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra la mujer, suscrita en la ciudad de Belem Do Para, Brasil, el 9 de junio de 1994; la cual expone mediante el Artículo 2 que violencia en contra de la mujer, incluye violencia física, sexual y psicológica, la cual puede tener lugar en el hogar o en la comunidad y comprende violación, abuso sexual, tortura, trata de personas, prostitución forzada, secuestro y acoso sexual, es ambientes laborales, académicos u otras instituciones.

Finalmente, la ley 294 de 1996, Por la cual se desarrolla el artículo 42 de la Constitución Política y se dictan normas para prevenir remediar y sancionar la violencia Intrafamiliar; que estipula un tratamiento integral de las diferentes formas de violencia intrafamiliar o perturbación de su armonía e integridad; cuenta con el ente regulador Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, quien diseña e implementa políticas de tratamiento de violencia intrafamiliar, brindando protección especial a niños y niñas.

2.4. Sistema de Variables, Operacionalización de Variables y Sistema de Categorías

Tabla 1

Sistema de Variables, Operacionalización de Variables y Sistema de Categorías

Sistema de Variables	Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional
Cuantitativa	Autoestima	"El autoconocimiento y la autoestima es el resultado de un proceso reflexivo mediante el cual el alumno/a adquiere la noción de su persona, de sus cualidades y características." (Navarro Marina, 2009)	Cuestionario "Autoestima en mujeres madres de la Fundación Nutrydar"El presente instrumento consiste en una serie de preguntas orientadas a identificar el nivel de autoconcepto y autoestima desde la Psicología de Nathaniel Branden. 19 preguntas, 12 tipo likert y 7 preguntas abiertas. Escala de autoestima de Rosemberg, la cual consta de 10 items 5 negativos, 5 positivos con opción de respuesta tipo likert.

Cualitativa	Género	<p>En las relaciones de género, se refleja una dualidad jerárquica en donde lo masculino es superior jerárquicamente con el femenino; por otro lado, sirve “para referirse a los patrones cognitivos construidos por una cultura sobre la base de las diferencias reales o percibidas entre los hombres y las mujeres. El género es la conexión metafórica de los fenómenos no biológicos con una experiencia corporal de diferenciación biológica” (Nelson 1996) citado por Yolanda Jubeto et, al (2014)</p>	<p>Entrevista semiestructurada sobre autoestima en mujeres madres de la fundación Nutrydar. El objetivo de este instrumento es comprender desde una perspectiva interseccional, la visión de las mujeres madres, entre el rol materno y la autoestima dentro de su proyecto de vida, desde las siguientes categorías de análisis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rol materno y estereotipos - Mujer y mujer madre - Desarrollo humano: Autoconcepto y Autoestima desde la visión del proyecto de vida. - Enfoque de género y discriminación interseccional
-------------	--------	---	--

Discriminación interseccional Experimentación de vivencias en donde se enmarcan múltiples desigualdades o diferencias (etnia, clase social, género, orientación sexual, edad) con una visión de rechazo (Yolanda Jubeto et. al 2014)

Desarrollo humano Se considera que las capacidades más esenciales para el desarrollo humano son disfrutar de una vida larga y saludable, tener acceso a una educación de calidad, acceder a los recursos necesarios para lograr un nivel de vida digno y poder participar en la vida de la comunidad... necesarias para que una persona pueda ser creativa, productiva, goce de respeto propio, desarrolle su potencial interno y la

sensación de pertenencia a
una comunidad (p.46).

3. Marco Metodológico

3.1. Diseño de Investigación

Para dar respuesta a la pregunta de investigación del presente proyecto, se acoge el enfoque mixto que tal como lo confirma Hernández Sampieri (2014) en su libro sobre metodología de la investigación, permite una perspectiva más amplia y profunda del estudio, por medio de recolección de datos cuantitativos, los cuales permiten generar un instrumento para medir una o más variables en un contexto específico, facilitando así la aplicación a grupos o inclusive una amplia población, generalizando los resultados encontrados; apoyando la investigación este enfoque también permite incluir un muestreo cualitativo y reunir incalculables valores, dando así la oportunidad de ampliar sobre diferentes temas.

Teniendo en cuenta las diferentes ventajas que este enfoque permite, además de recolectar datos enriquecedores y variados por medio de la multiplicidad y observaciones de corte cuantitativo y cualitativo, su alcance es transformativo concurrente, dado que este diseño permite reunir datos cuantitativos y cualitativos al mismo tiempo, entendiéndose así como concurrente, permitiendo en el caso del corte cuantitativo, recolectar datos por medio de formulario con opción de respuesta múltiple, tipo likert y en el caso del corte cualitativo, recolectar datos por medio de preguntas abiertas y entrevistas semi estructuradas de forma grupal, con el fin de profundizar desde un diseño narrativo, ya que permite entender la sucesión de hechos y experiencias de las madres, finalmente realizando un cruce de datos cualitativos, cuantitativos y teóricos.

3.2. Hipótesis

El rol materno exige bastante tiempo para su cumplimiento en términos de cuidado, crianza y acompañamiento del desarrollo humano del hijo, esta demanda de tiempo puede intervenir en el proyecto de vida de las mujeres o reducir el tiempo de atención y cuidado

para sí mismas, adicionalmente, existe arraigo de factores culturales que designan dichas labores en exclusiva a la mujer, dejándola al margen de otro tipo de actividades o proyectos individuales.

3.3. Población y Muestra

Se seleccionó una muestra de 12 madres lactantes, con hijos de 0-2 años, inscritas en la fundación Nutrydar la cual se encuentra ubicada en la ciudad de Bogotá, algunas de ellas pertenecen a familias vulnerables entre los estratos 1, 2 y 3, residentes de Bogotá y Soacha, dos de ellas son de nacionalidad venezolana.

3.4. Unidades de Análisis y Muestra

Partiendo de la recolección de datos sociodemográficos, se realiza un análisis de su entorno social y económico, con el fin de identificar las situaciones que condicionan su estilo de vida, tales como el nivel socioeconómico. Teniendo en cuenta lo anterior se realizó un análisis de datos con apoyo de gráficas y se identifica que estas mujeres comparten dificultades a nivel económico, sea porque no cuentan con ingresos económicos estables o suficientes para subsistir, en algunos casos como consecuencia del desplazamiento forzado como víctimas del conflicto armado interno o como migrantes de origen venezolano que no cuentan con la documentación necesaria, que permita su estancia en el país de forma regular, generando dificultades de acceso a derechos como: a un empleo con un salario justo y prestaciones por ley entre estas el derecho a la salud.

Tabla 2

Unidades de Análisis y Muestra

Unidades de Análisis	Muestra
Autoestima Rol de Madre Desarrollo humano Interseccionalidad	La muestra de 12 madres lactantes, con hijos de 0-2 años, inscritas en la fundación Nutrydar la cual se encuentra ubicada en la ciudad de Bogotá, algunas de ellas pertenecen a familias vulnerables entre los estratos 1, 2 y 3, residentes de Bogotá y Soacha, dos de ellas son de nacionalidad venezolana.

3.5. Instrumentos para Recolección de Datos

Para el proceso de recolección de información se usó en primera instancia la Base de inscripción de la fundación Nutrydar y se aplicaron instrumentos como, el consentimiento informado para participar en el proyecto; seguidamente se aplicó un cuestionario en el que se recolectaron datos sociodemográficos y se aplicaron 12 preguntas con opción de respuesta cerrada tipo Likert con oportunidad de respuesta abierta, apoyados de los dos primeros pilares del autoestima desde la teoría de Nathaniel Branden, finalmente se aplicó la escala de autoestima de Rosenberg, la cual cuenta con preguntas con opción de respuesta tipo Likert, de igual manera a continuación se expone al detalle las características de cada instrumento.

La entrevista se desarrolló de forma grupal y ésta más los otros dos instrumentos se aplicaron en mesa redonda en el salón comunal en donde se reúnen con regularidad las madres para los diferentes talleres y beneficios que ofrece la fundación.

3.5.1. Base de inscripción de la fundación Nutrydar

Todas las madres que se inscriben por primera vez en la Fundación Nutrydar realizan el proceso de inscripción por medio de la página web, en donde por medio de un tutorial, las

madres realizan el registro de todos sus datos y cargan la documentación que la fundación requiere. En esta base de datos, se encuentra el registro de información personal, de su núcleo familiar, tipo de vulnerabilidad, y procedencia, es decir, si su origen es otra región del país o si es extranjera.

3.5.2. Cuestionario de Autoestima desde la Teoría de Nathaniel Branden

El instrumento fue validado por un experto de igual manera, no olvidar que su abordaje es por medio de una prueba piloto, se conforma con opciones de respuesta tipo Likert, inicialmente cuenta con preguntas sociodemográficas, complementándose con opción de respuestas cualitativas, las cuales “contienen categorías u opciones de análisis de respuesta que han sido previamente delimitadas” (Hernández, Fernández, Baptista, 2014, p.217) éstas se diseñaron de acuerdo a la escala tipo Likert, que “consiste en un grupo de ítems, ante los cuales, se solicita la reacción de sus participantes” (Hernández, Fernández, Baptista, 2014, p.238). Frente a los resultados del instrumento diseñado “Autoestima en mujeres madres de la Fundación Nutrydar” donde arrojó un coeficiente de confiabilidad de 1,08 según Alfa de Cronbach la valoración de fiabilidad es buena.

Con relación a la codificación de preguntas abiertas, Hernández et.al. (2014) aporta que se deben de identificar los patrones generales de respuesta con el fin de asignarle un valor o símbolo a cada patrón, de igual manera, identificar su frecuencia y así simplificar su cantidad en pro de profundizar en los de mayor frecuencia.

Para Hernández et al (2014) dada las posibles y extensas formas de interpretación por parte de la población objeto de estudio y a la necesidad de profundizar en las mismas, se consideró pertinente, no generar un instrumento tan extenso y de fácil comprensión, por lo cual, se hará un abordaje desde las primeras dos dimensiones, las cuales son la base para las otras cuatro, estas se desarrollan en torno a la autoconciencia y la autoaceptación, este

instrumento fue validado por un experto de igual manera, no olvidar que su abordaje será por medio de una prueba piloto.

3.5.1.1. La Práctica de Vivir Conscientemente. (Autoconciencia).

Autoconciencia, según Nathaniel (1995), consiste tanto en una práctica, como en una actitud mental orientada hacia la vida; reflexionar sobre las diferentes áreas de nuestra vida, como la conciencia de nuestro cuerpo físico y organismo, la conciencia sobre el significado de nuestras emociones, la conciencia sobre los valores y fortalezas que nos mueven y la conciencia de los actos que nos llevan a nuestra autodestrucción. A partir de la anterior información, se elaboraron preguntas orientadas a la salud física y emocional, así como al reconocimiento de fortalezas y debilidades, las últimas preguntas se enfocaron hacia el rol de mujeres y madres:

Me preocupo por el cuidado de mi salud física (Es decir el bienestar de mi cuerpo, con cuidados nutricionales, ejercicio y controles médicos)

¿Con qué frecuencia logró controlar mis emociones (es decir, controlo mis pensamientos, sentimientos y comportamientos)

Tengo hábitos que no son tan sanos para mi vida

Intento mejorar mis hábitos de vida por unos más saludables.

3.5.1.2. La Práctica de la Aceptación de Sí Mismo. (Autoaceptación).

La práctica de la aceptación de si mismo o autoaceptación, se describe como “estar de mi lado” orientado a la valoración de sí mismo y compromiso, con relación a las faltas que se cometen, primero deben ser reconocidas para luego perdonarse y aceptarse a sí mismo. A partir de esta información, se diseñaron preguntas orientadas al reconocimiento de las conductas fallidas y aceptación de autoimagen:

Soy una persona que enfrenta todo tipo de situaciones

Soy capaz de aceptar mis equivocaciones

Me propongo ser mejor cada día

Considero que como mujer puedo mejorar.

Con relación a mi apariencia física, me siento...

Cuando me miro en el espejo me siento...

Acepto y amo lo que veo al mirarme al espejo.

¿Con qué frecuencia me arreglo, me maquillo o hago posible mejorar mi apariencia

Todas las preguntas tendrán la posibilidad de respuesta única tipo Likert, para facilitar su sistematización, contarán con las siguientes preguntas abiertas y poder profundizar en su interpretación.

Describe cómo manejas tu salud física.

Escribe todas tus fortalezas como mujer

Escribe todas tus debilidades como mujer

Escribe todas tus fortalezas madre

Escribe todas tus debilidades como madre

Escribe por qué crees que podrías o no mejorar como mujer

Describe cuales son los hábitos que no crees sanos para tu vida.

3.5.2. Entrevista Semiestructurada

Según Hernández Sampieri (2014) estas son una guía de asuntos, preguntas formuladas por el entrevistador con la libertad de introducir preguntas adicionales para así precisar más fondo con el fin de complementar la información y los datos aportados por las madres, ya que mediante ésta, se formularán preguntas de acuerdo a las categorías de análisis; de la misma manera afirma que estas narrativas aborda el diseño como recolección y análisis de datos cualitativos, tomando como referencia a conceptos, categorías, temas, descripciones e hipótesis.

Con relación a lo anterior, se contruyen una serie de preguntas abiertas, con el objetivo de comprender la visión sobre autoestima que cada una de las participantes tiene, desde una perspectiva interseccional, formulando preguntas abiertas orientadas a categorías de análisis como autoestima, rol materno, desarrollo humano, discriminación interseccional.

Inicialmente se realizó la presentación del proyecto, luego se procedió a la explicación y firma de consentimiento informado para finalmente realizar la entrevista de forma abierta ante las madres pero con la guía de las preguntas creadas a partir de las categorías de análisis, se formularon las preguntas y si éstas no eran lo suficientemente claras, se procedía a dar una breve explicación del tema procurando no influir en sus respuestas, en el caso de la subcategoría “genero” se expuso la distinción entre sexo y género con apoyo de un cuadro comparativo, en la medida en que las madres respondían, entre ellas se generaba una reflexion critica sobre la razón de ser de cada constructo social o creencia.

3.5.3. Escala de Autoestima de Rosenberg

Por último, se aplicará la escala de Autoestima de Rosenberg, la cual fue validada en Colombia por Gómez, Espada, Morales, Bertrand, Soler y Medina (2016) que consiste en evaluar la autoestima global como único factor, está compuesta por 10 ítems, cinco escritos en positivo como el 1, 3, 4, 6, 7 y cinco escritos en negativo, como el 2, 5, 8,9, 10; cuenta con opción de respuesta en escalamiento tipo Likert con posibilidad de respuesta en una escala de cuatro puntos (1 =Muy en desacuerdo, 2 =En desacuerdo, 3 = De acuerdo, 4 =Totalmente de acuerdo), por tanto la puntuación se encuentra en el rango de 10 a 40 puntos; de acuerdo con los percentiles, el puntaje mínimo es 20, el puntaje máximo es 40 y la media es 33,26; de igual manera los percentiles, indican una puntuación diferente para hombres y mujeres de acuerdo a la edad, en los rangos de 18 a 30 años, 31a 44 años y más de 45 años.

3.6. Análisis e Interpretación de los Datos

La presente investigación se abordó desde un diseño transformativo concurrente, ya que según Hernández Sampieri (2014) por medio de éste se permite el análisis desde una estructura teórica enlazada desde el planteamiento del problema, permitiendo así la triangulación concurrente, lo cual refiere al análisis de datos cruzados, simultáneos de lado a lado y permite que los datos se comparen, integren y convergen en la interpretación y elaboración del reporte de estudio, con soporte en el paradigma naturalista.

En la recolección de información se tuvo presente, el cuestionario de autoestima basado en la psicología de la autoestima de Nathaniel Branden, este cuestionario tiene una estructura mixta con preguntas cerradas desde un perspectiva analítica cuantitativa y preguntas abiertas, indagando la información de manera cualitativa; la entrevista semiestructurada cuyos datos son cualitativos, se organizan de acuerdo a las categorías de análisis propuestas en el marco teórico; finalmente la escala de autoestima de Rosenberg su estructura se sustenta en una recolección de datos cuantitativos por medio de ítems con opción de respuesta cerrada tipo Likert. Teniendo la información recolectada se realizó un cruce por medio de la triangulación, partiendo de las bases teóricas con relación a los datos dados por los instrumentos de información y adición se hace uso de la base de inscripción de la fundación Nutrydar para ampliar la información; este análisis no tiene una estructura cerrada, ni rígida permitiendo correlacionar los datos cualitativos con los cuantitativos y así favorecer el cumplimiento de los objetivos.

Teniendo en cuenta el análisis de datos cualitativos mencionado por Hernandez (2014), se construye una rejilla de análisis, con el fin de organizar los datos obtenidos de acuerdo a su categoría o similitud, agrupando así, cada una de las respuestas abiertas obtenidas por las madres.

3.6.1. Cuestionario de autoestima desde la Teoría de Nathaniel Branden

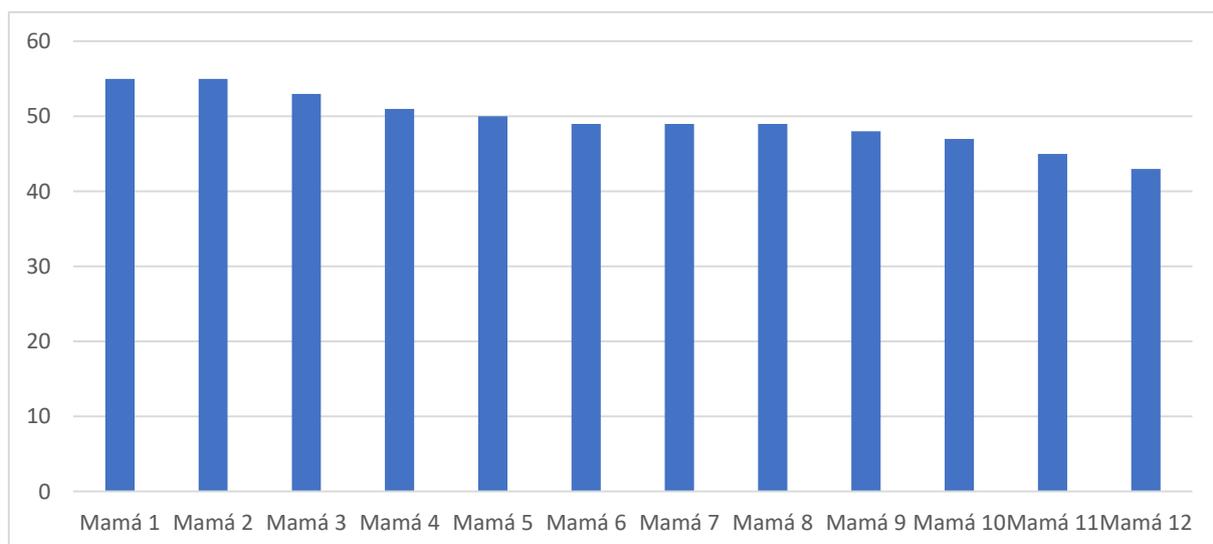
Este instrumento tuvo como objetivo, conocer la percepción de autoestima de las madres, de acuerdo a lo anterior, el cuestionario de Autoestima en Mujeres Madres en la Fundación Nutrydar cuenta con preguntas abiertas y cerradas, se procedió a calificarlas y analizarlas de forma separada; primero se realizó la calificación de las preguntas cerradas, se formularon de forma positiva, con opción de respuesta tipo Likert y una asignación de puntuación de 5 a 1 en donde 5 refleja una percepción de autoestima elevada y una autoestima deficiente; la puntuación máxima es 60 y la puntuación mínima es 12

Tabla 3

Puntuación

Percepción de la autoestima	
Autoestima deficiente	12 -24
Autoestima mediana	25-36
Autoestima elevada	48-60

Figura 1, Resultados



Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en el cuestionario de autoestima en Mujeres Madres en la Fundación Nutrydar, se encontró que nueve madres puntuaron por encima de 48, es decir que su percepción de nivel de autoestima es elevada, por otro lado, las tres restantes puntuaron entre 25 y 36, lo cual en palabras de Nathaniel Branden es un indicio de percepción de autoestima mediana, definiéndose por medio del instrumento que las madres poseen una adecuada percepción de nivel de autoestima en términos de auto aceptación y autoconciencia.

3.6.2. Escala de autoestima de Rosenberg

Esta escala fue validada en Colombia por Gómez, Espada, Morales, Bertrand, Soler y Medina (2016), al igual que el cuestionario anterior, cuenta con opción de respuesta tipo Likert y de acuerdo con su manual se asigna una puntuación de 1 a 4, en donde 4 refleja una Autoestima alta y 1 refleja Autoestima Baja; la puntuación máxima es 40 y la mínima es 10; luego de la codificación, se procedió a realizar la sumatoria sin olvidar invertir los valores en los items negativos ya mencionados en la descripción de ésta prueba.

3.6.2. Entrevista semiestructurada

Durante la aplicación de éste instrumento, se realizó la grabación en formato de audio de las narrativas de las madres, las cuales fueron transcritas y clasificadas de acuerdo a las categorías de análisis que estructuró las preguntas de entrevista, durante dicha transcripción, se identificaron categorías emergentes, a las cuales luego de estar definidas por la frecuencia en que se presentaban, se les asignó las respectivas narrativas, recordando que dentro del rol materno existen categorías de análisis tan importantes como el embarazo, el parto y la lactancia cruciales en la formación de este nuevo rol.

3.6.3. Triangulación

Luego de haber realizado el análisis de resultados y calificación de cada instrumento de forma individual, se procedió a hacer un cruce de información con apoyo de una matriz de análisis en donde se clasificaron todas las respuestas obtenidas de acuerdo con el instrumento de recolección de datos, las categorías y subcategorías preestablecidas, las bases teóricas, las categorías emergentes para finalmente realizar una triangulación concurrente, por medio del análisis de datos cruzados, simultáneos de lado a lado, posibilitando el cruce y comparación de datos con el fin de elaborar el reporte final de resultados. (Hernández Sampieri, 2016)

3.7. Procedimiento

Tabla 4

Procedimiento

Cronograma y Actividades				
Lugar: Salón Comunal Bosa la Independencia			Fecha: 28/10/2022	
Fases o momentos				
Grupo	Actividad	Cuestionario de Autoestima desde la Teoría de Nathaniel Branden	Entrevista semiestructurada	Escala de Autoestima de Rosenberg
1	Presentación y firma de consentimiento	9:00 am - 9:30 pm	9:00 am - 9:30 am	9:00 am - 9:30 am

1	Aplicación de instrumento	1:00 pm - 1:30 pm 2:00 pm - 3:00 pm	1:40 pm - 1:59 pm
2	Presentación y firma de consentimiento	1:00 pm - 1:30 pm 1:00 pm - 1:30 pm	1:00 pm - 1:30 pm
2	Aplicación de instrumento	1:00 pm - 1:30 pm 2:00 pm - 3:00 pm	1:40 pm - 1:59 pm

3.8. Consideraciones Éticas

Todo el proceso realizado e igualmente la información recolectada en la presente investigación, son totalmente confidenciales y privados, tal como se confirma en el consentimiento informado diligenciado por las participantes, así como también se estipula en el Código Deontológico, Artículo 36 de la Ley 1090 de 2006, se hace uso apropiado del material psicotécnico, únicamente usado para fines diagnósticos y así mismo guardando el rigor ético y metodológico.

4. Resultados

De acuerdo con la recopilación de datos por medio de revisión teórica y aplicación de instrumentos, se evidenció vulnerabilidad desde una perspectiva de género porque la obligación de la crianza recae en exclusiva o principalmente en la mujer; desde una perspectiva de desarrollo humano, limita sus planes a futuro por la gran responsabilidad que implica no contar con apoyo en la crianza de su hijo.

En el apartado 5.1.1. Caracterización sociodemográfica se encuentra que el 83,3% de ellas son colombianas, mientras el porcentaje restante se enfrentan a discriminación interseccional en el ámbito laboral, en el momento de conseguir vivienda y acceder al plan básico de salud por no contar con la documentación requerida en el país, sumado a esto muchas de las participantes no cuentan con una buena solvencia económica, con el apoyo de los padres de sus hijos y muchas de ellas son madres cabeza de hogar.

La gran mayoría de las participantes son víctimas de desplazamiento en el caso de las colombianas a causa del conflicto armado interno y en el caso de las venezolanas son víctimas del proceso migratorio a causa de las condiciones políticas de su país.

Frente al apartado 5.1.2. Cuestionario de autoestima, se evidencia que la mayoría de las madres quieren y aceptan su aspecto físico, no dejando de lado que existen oportunidades de mejora, frente a esto se muestra una buena relación con la autoaceptación y autoconciencia de sí mismas.

Respecto al autoestima global, el cual se midió por medio de la escala de autoestima de Rosenberg, partiendo de los resultados que se reflejan en la Figura 22, 6 de las madres poseen una autoestima alta, 5 poseen una autoestima media y 1 posee autoestima baja, por lo cual se deduce que, a excepción de una madre, las otras once no presentan dificultades representativas en términos de autoestima.

Frente a la entrevista que se realiza con las madres se encuentra que muchas de ellas vivencian discriminación frente al ámbito laboral por ser mujeres y expresan que hay muchas más oportunidades de trabajo para hombres, además por el hecho de ser madres de varios niños; igualmente para conseguir viviendas en arriendo, manifiestan que les niegan la oportunidad de acceder al inmueble; sin embargo, para ellas la prioridad son sus hijos y de esta manera se sienten bien, felices y cómodas, relatan que desde que a sus hijos no les falte nada ellas están bien, sin dejar de lado el autocuidado con ellas mismas.

Partiendo de nuestro objetivo general, inicialmente se identificaron los efectos que produce el rol materno en el autoestima de las madres, se evidenció que si bien existe un efecto, éste no es del todo negativo, inicialmente relatan sentirse fortalecidas desde el inicio de su rol, en el sentido de que se sienten valiosas y afortunadas por ser madres, sumado a que su motivación por cumplir sus sueños, es mayor, de igual manera refieren que aunque sus cuerpos cambiaron como resultado del embarazo y la lactancia, aceptan y se sienten cómodas con su aspecto físico, pero no niegan la posibilidad de mejorarlo por medio de cuidados médicos y alimentación saludable; con relación al manejo de emociones, reconocen e identifican las mismas, cuando éstas se presentan y cómo manejarlas, aceptando que en ocasiones se equivocan y reconociendo la oportunidad de mejora día tras día.

Por otro lado, no se niega la existencia de efectos que no son tan favorecedores como la falta de reconocimiento de hábitos, en donde hubo tendencia a asociarlo a conductas insanas como el consumo de alcohol, cigarrillo u otro tipo de sustancia; en el caso de las madres cabeza de familia, presentan inseguridad de sí mismas al momento de cumplir el rol de madre y trabajadora, señalando sentirse colapsadas y la falta de oportunidad en acceder al campo laboral y educativo; en este sentido, de acuerdo con Jubeto (2014) es necesario “impulsar políticas que sean beneficiosas en términos de equidad de género ya que la

igualdad es un elemento clave del bienestar y del desarrollo y no un resultado secundario” (p.7).

De acuerdo a la caracterización de la población de estudio, como uno de nuestros objetivos específicos, se identificó con pertinencia, diferentes tipos de vulnerabilidades, como que un pequeño porcentaje son madres venezolanas y a razón de la falta de documentación no pueden acceder a un trabajo con todas las garantías que ofrece la ley, dentro de estas el acceso a la salud y educación la vivienda en arriendo; con relación a la población en general, solo una de ellas cuenta con empleo y la gran mayoría son solteras y no cuentan con el apoyo del padre de sus hijos, sumado a que aproximadamente 45% de ellas son de estrato 1; Toda ésta información aportó una visual de factores que generan discriminación interseccional.

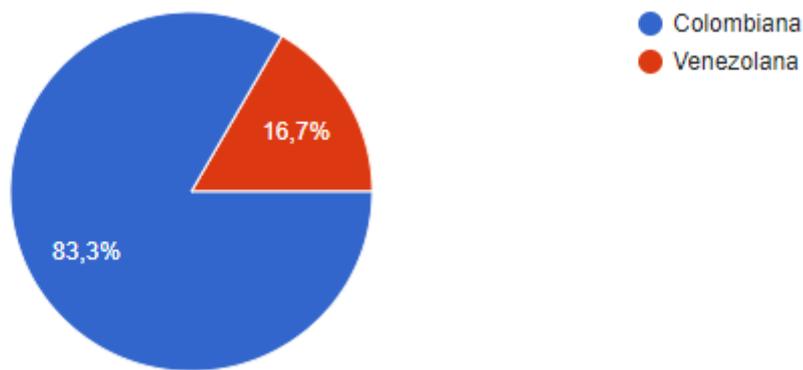
Partiendo de la visión interseccional, se formuló el siguiente objetivo específico, mediante el cual se comprendió la forma en que se presenta la discriminación interseccional y como ésta influye en el desarrollo humano, dado que las diferentes características sociodemográficas que presentan, giran en torno al rol materno e impiden o dificultan un estado de bienestar.

Por medio de la aplicación de los diferentes instrumentos, se indujo a las madres a un estado de introspección sobre la conciencia de su autocuidado, sentimientos y pensamientos; de igual manera a identificar de forma separada, el rol de mujer y el rol de madre, creando así conciencia de las necesidades como madres sin olvidar sus necesidades como mujeres, dando así una visión de desarrollo humano en pro de su bienestar individual.

4.1. Resultados Estadísticos

4.1.1. Caracterización Sociodemográfica

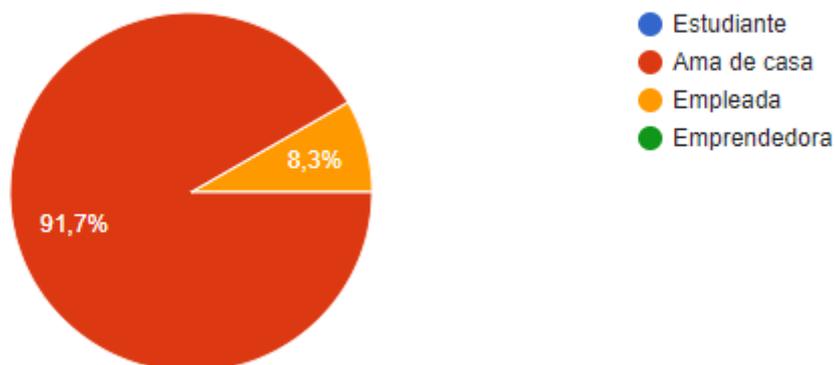
Figura 1, Nacionalidad.



Nota. Nacionalidad, elaboración propia, 2022.

De la muestra de 12 madres, dos son de nacionalidad venezolana, es decir que la mayor parte de las madres de la fundación Nutrydar son de nacionalidad colombiana y que la fundación también abre sus puertas a madres extranjeras, apoyando la inclusión de ésta población.

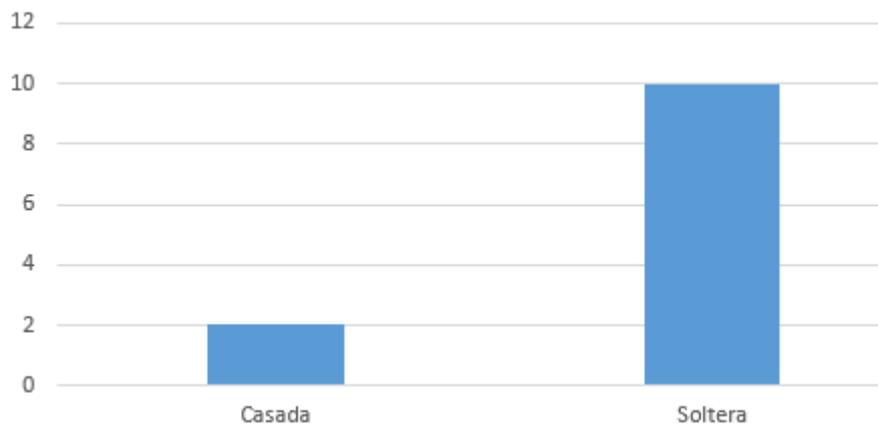
Figura 2, Ocupación.



Nota. Ocupación, elaboración propia, 2022.

En el caso de la ocupación, sólo una de las madres cuenta con empleo, las otras 11 son madres amas de casa, de acuerdo con Gutiérrez (2005) las madres desempleadas tienden a tener autoestima más baja con relación a las empleadas, dado que poseen “preocupación por la solvencia económica y autopercepción como ser productivo”.

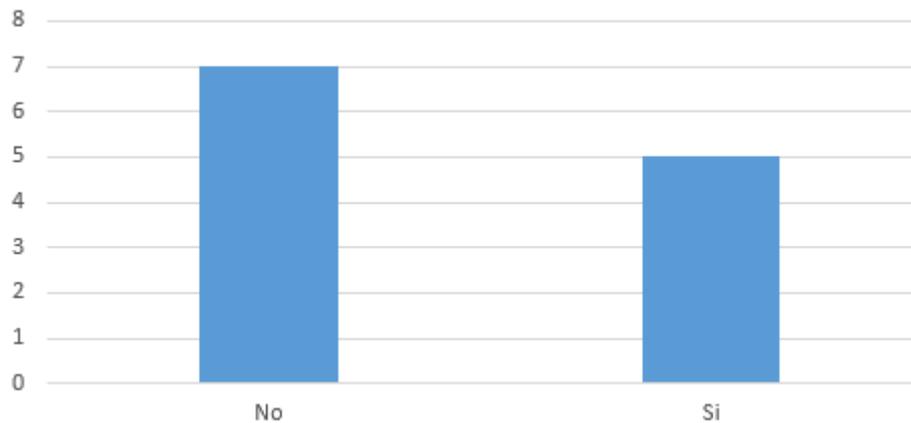
Figura 3, Estado civil.



Nota. Estado civil, elaboración propia, 2022.

De las doce mamás, dos están casadas y diez son solteras. González (2013) identifica que una madre soltera es el reflejo de una vida cotidiana conformada por diferentes matices representativos de acontecimientos vivenciados que engloban un antes y un después, luego de asumir muchas de las responsabilidades establecidas para ellas, sumando a esto en algunas de las madres de la fundación se evidencia la dificultad de mantener estabilidad en sus relaciones de pareja, de acuerdo con éste autor, el hecho de estar solteras, no implica necesariamente un cambio negativo; por otro lado, dentro de las narrativas de las madres, se encuentra que varias refieren tener la necesidad de “un hombre que que las mantenga por que pueden dedicarse en mayor medida a la crianza de sus hijos”.

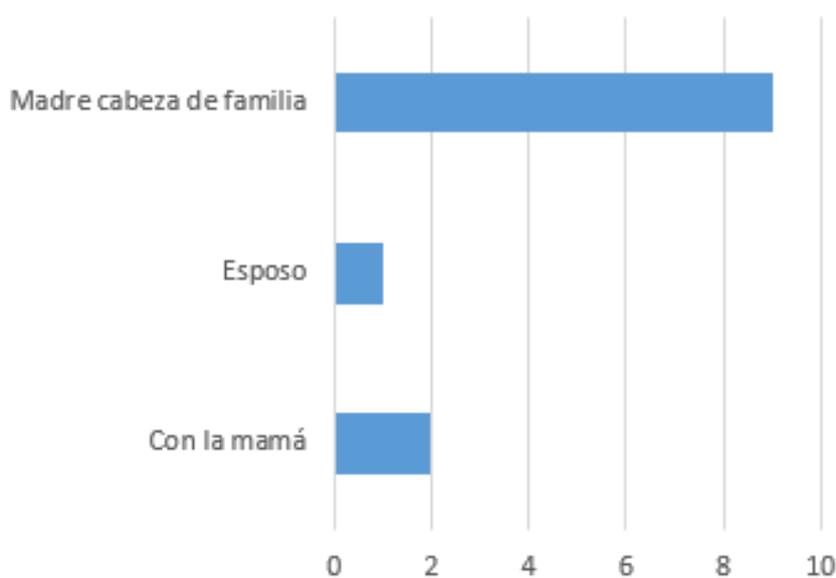
Figura 4, ¿Cuenta con ayuda del padre?



Nota. ¿Cuenta con ayuda del padre? elaboración propia, 2022.

Si bien la mayoría de las madres no cuentan con el apoyo económico del padre de sus hijos, pues sólo dos de 12 cuentan con su presencia y apoyo dentro del núcleo familiar, además manifiestan, que sus esposos se encuentran desempleados, una de ellas relata que no cuenta con el apoyo del padre de su bebé, por falta de credibilidad en la paternidad. Basado en lo anterior se evidencia desde una perspectiva interseccional discriminación de género.

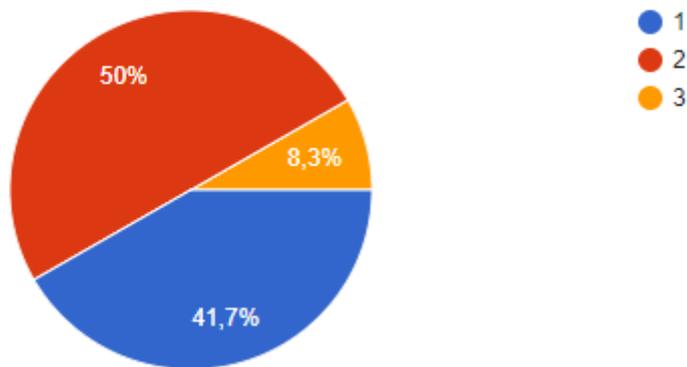
Figura 5, Con quién vive.



Nota. Con quién vive, elaboración propia, 2022.

Se evidencia que la mayoría de ellas son madres cabeza de familia, una de ellas vive con su esposo y las otras dos con mamá, lo cual apoya la descripción de la gráfica anterior, en el sentido de que aún se evidencia que la mayoría de las madres no cuenta con redes de apoyo dentro de su núcleo familiar.

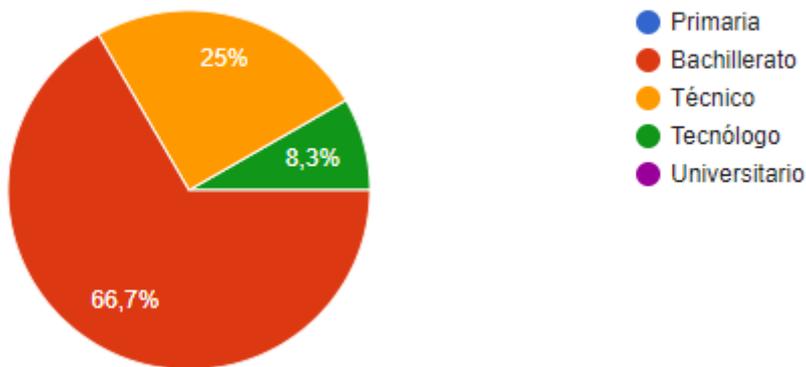
Figura 6, Estrato Socioeconómico.



Nota. Estrato socioeconómico, elaboración propia, 2022.

En relación con el estrato socioeconómico la mayoría de las madres pertenecen a estratos 1 y 2 y tan sola una al estrato 3.

Figura 7, Nivel Académico

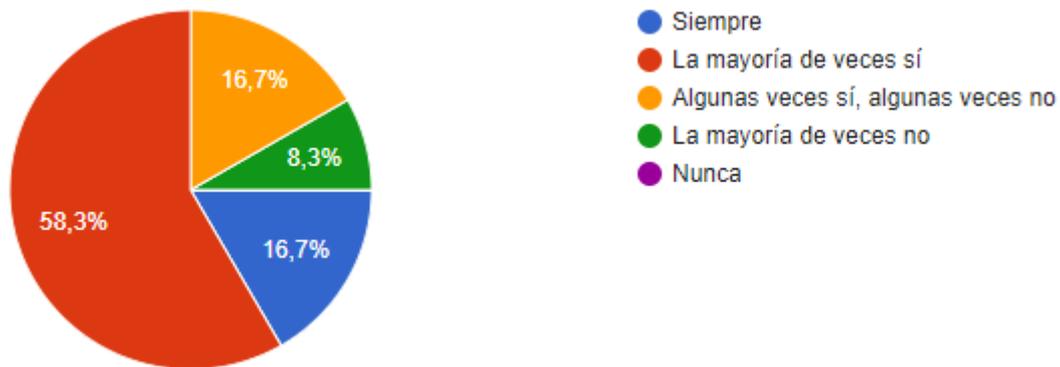


Nota. Nivel académico, elaboración propia, 2022.

Con relación al nivel académico, cuenta con título de tecnólogo, dos de técnico y la gran mayoría son bachilleres, lo cual puede indicar que la maternidad, pausó sus planes de formación profesional, de acuerdo con Juliana Andrade (2022), la maternidad representa una pausa o un alto en el contexto educativo y social; por otro lado, de acuerdo con las narrativas de las madres, si bien algunas tienen planeado avanzar con su formación académica otra se orientan solo en trabajar sea como empleadas o cómo dar inicio a un emprendimiento.

4.1.2. Cuestionario de Autoestima

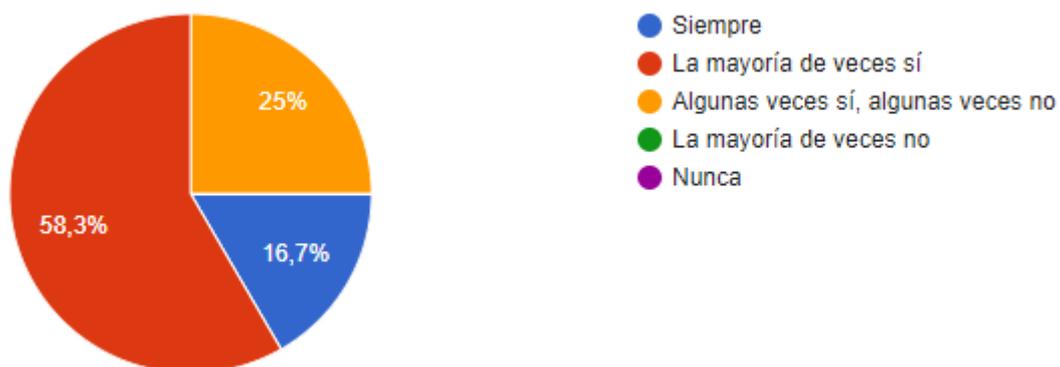
Figura 8, Me Preocupo por el Cuidado de mi Salud Física.



Nota. Me preocupo por el cuidado de mi salud física, elaboración propia, 2022.

Se puede evidenciar que, dentro del grupo de muestra, hay una mayor tendencia de preocupación por el cuidado físico.

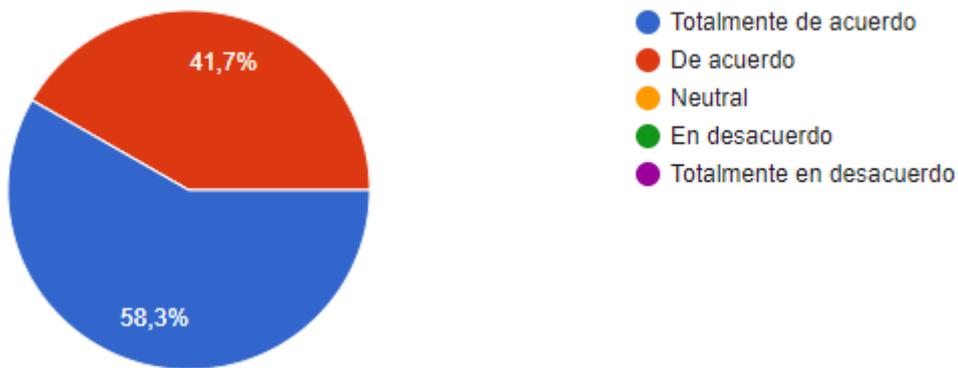
Figura 9, ¿Con qué Frecuencia Logró Controlar mi Emoción?



Nota. ¿Con qué frecuencia logró controlar mi emoción?, elaboración propia, 2022.

De igual manera se evidencia mayor tendencia al control de emociones, lo que quiere decir que poseen conciencia sobre sus emociones.

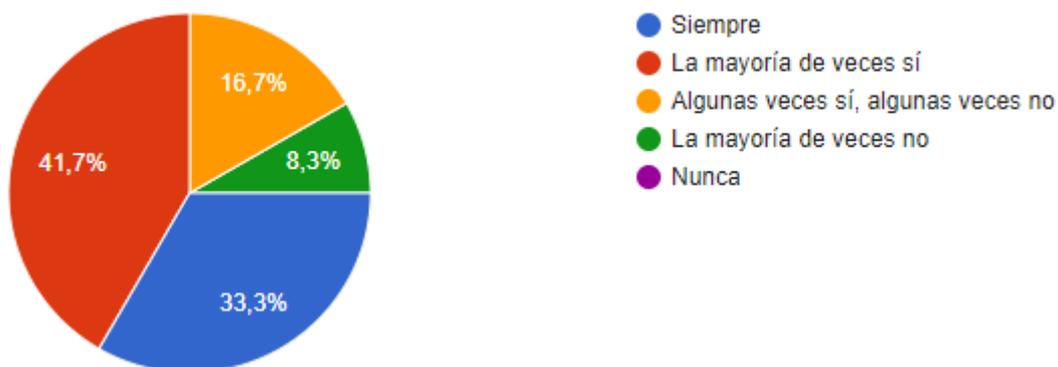
Figura 10, Considero que Como Mujer Puedo Mejorar.



Nota. Considero que como mujer puedo mejorar, elaboración propia, 2022.

Por otro lado, se evidencia que reconocen la posibilidad de mejorar.

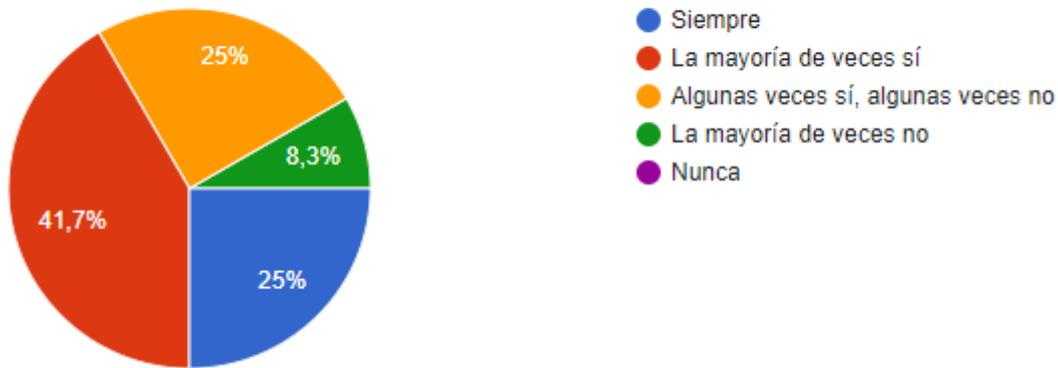
Figura 11, ¿Soy una persona que enfrenta todo tipo de situaciones?



Nota. ¿Soy una persona que enfrenta todo tipo de situaciones?, elaboración propia, 2022

A la mayoría de las mujeres madres se les facilita enfrentar todo tipo de situaciones teniendo una buena “capacidad de gestión y de responder adecuadamente al cambio” (...) y se le facilita el “cultivar la capacidad de pensar por uno mismo, sin lo cual es imposible la innovación” (Branden, 1995, p. 271)

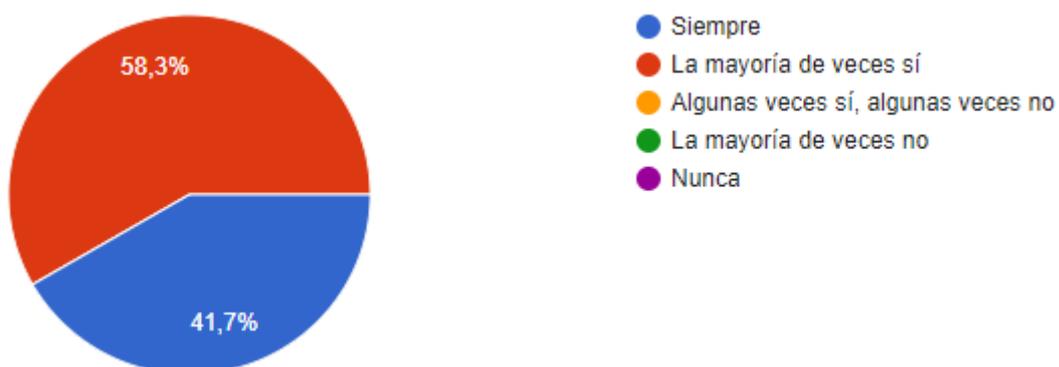
Figura 12, Soy Capaz de Aceptar mis Equivocaciones.



Nota. Soy capaz de aceptar mis equivocaciones. elaboración propia, 2022.

De acuerdo con las figuras 12 y 13, generalmente el grupo tiene una tendencia a enfrentar todo tipo de situaciones, es decir, reconocen sus fallas, lo cual da apertura al perdón y aceptación, sólo una de ellas la mayoría de las veces no las enfrenta. teniendo una aceptación de ellas mismas experimentando y aceptando “plenamente los sentimientos negativos, somos capaces de prescindir de ellos; les hemos permitido expresarse y abandonar el centro de la escena.” (Branden, 1995, p.13).

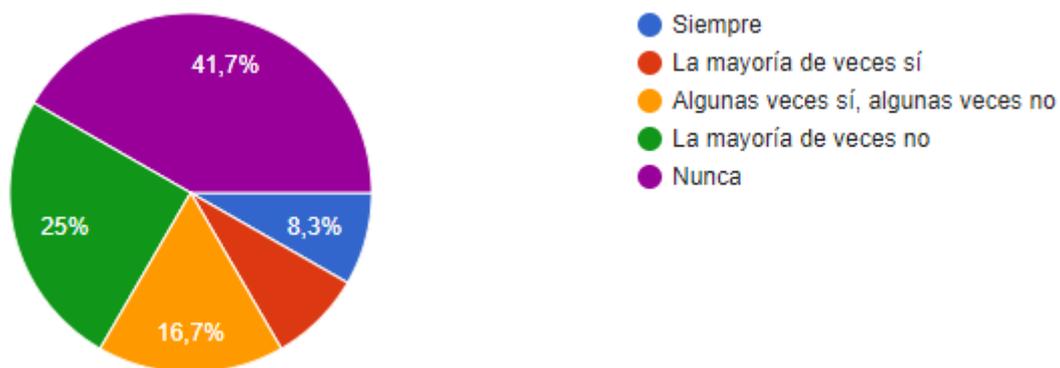
Figura 13, Me Propongo Ser Mejor cada Día.



Nota. Me propongo ser mejor cada día. elaboración propia, 2022.

De acuerdo con la figura 14, las madres se proponen a ser mejores cada día, partiendo de la gráfica 13 en donde se demuestra una tendencia a aceptar sus equivocaciones, dando un buen manejo a las diferentes situaciones que se les presentan, basado en la teoría de Nathaniel Branden la autoaceptación, no se construye sin la aceptación de equivocaciones y por ende no habría progreso alguno.

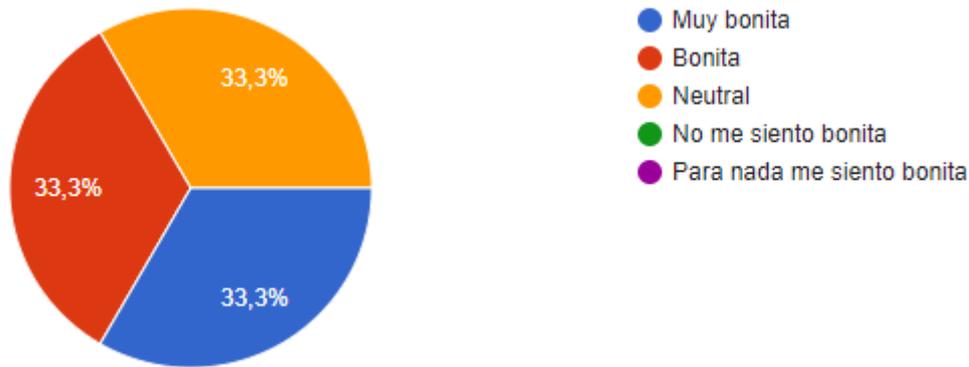
Figura 14, Tengo Hábitos que no son Sanos para mi Vida.



Nota. Tengo hábitos que no son sanos para mi vida elaboración propia, 2022.

De acuerdo con la figura 15, las madres tienen mayor tendencia a no reconocer que poseen hábitos que no son tan sanos para sus vidas, dejando entrever que se le dificulta el despertar de la conciencia, entrando en negación de hábitos no son tan saludables partiendo de la premisa que el ser humano es un ser inacabado en lo que a Branden (1995) dice que “las personas tienen grandes diferencias en lo que respecta a la sinceridad de sus intenciones; y los grados son importantes. La autoestima no pide un éxito impecable sino la intención más seria de ser conscientes (p. 94) y por ende siempre tendrá cosas por mejorar en palabras de Branden “La conciencia es el instrumento básico de supervivencia” (p.87).

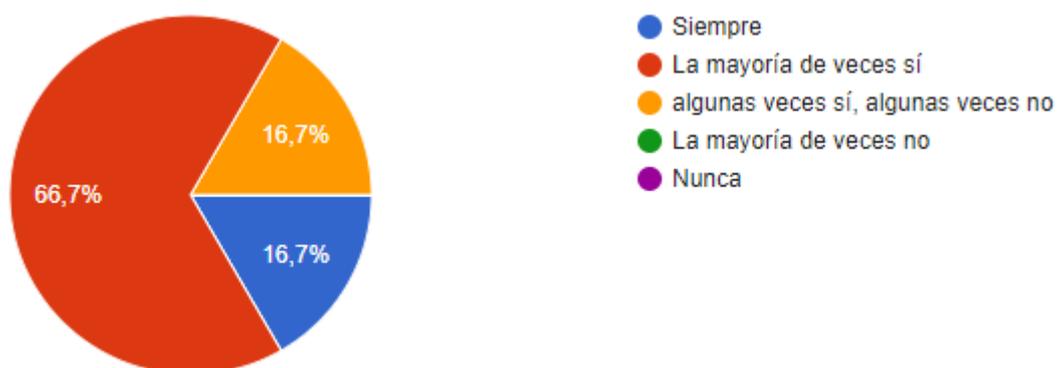
Figura 15, Con Relación a mi Apariencia Física.



Nota. Con relación a mi apariencia física, me siento. elaboración propia, 2022.

Aproximadamente el 67% de las mujeres manifiestan ser conscientes de su apariencia física en torno a un concepto positivo de su físico, mientras tan solo 4 mujeres dicen ser indiferentes a su apariencia física, en donde se manifiestan un respeto por el cuerpo que tienen a lo que Nathaniel menciona que “el vivir conscientemente implica un respeto hacia los hechos de la realidad” (p. 91).

Figura 16, Intento Mejorar mis Hábitos de Vida por unos más Saludables.

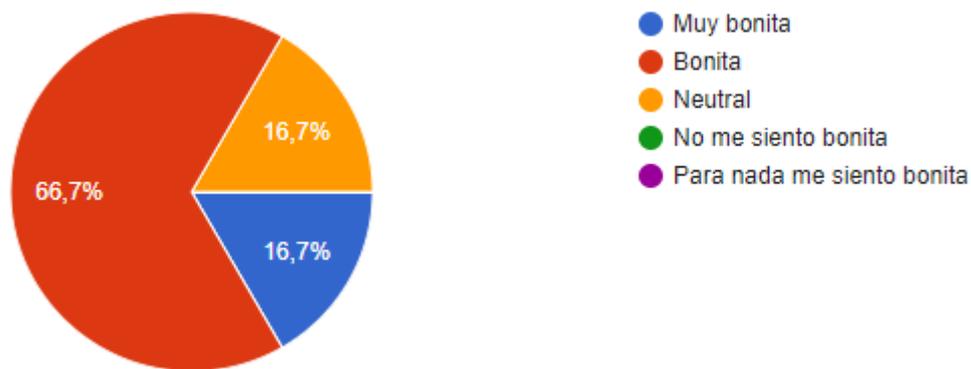


Nota. Intento mejorar mis hábitos de vida por unos más saludables,

elaboración propia, 2022.

A diferencia de la figura 15, las madres tienen mayor tendencia a reconocer el deseo de mejorar hábitos, refutando las respuestas de no presentar hábitos negativos y en lugar refuerza la interpretación de que poseen aspectos que desean mejorar, pero que no se menciona de manera explícita en las respuestas en la figura 15.

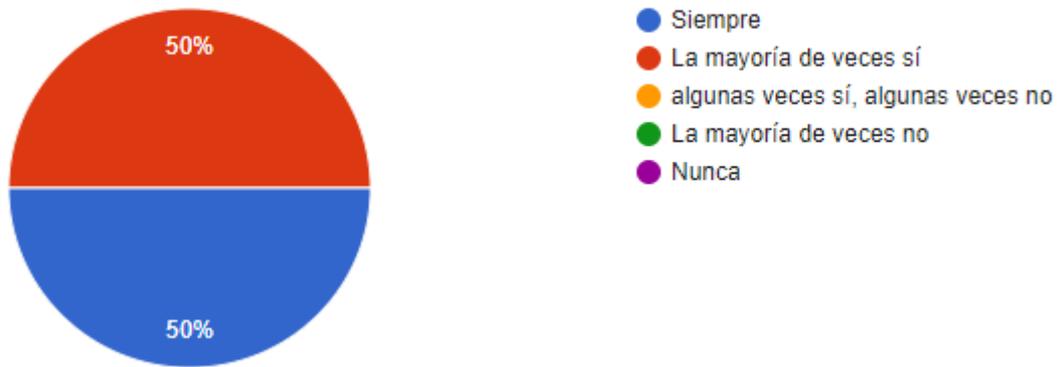
Figura 17, Cuando me Miro en el Espejo me Siento.



Nota. Cuando me miro en el espejo me siento, elaboración propia, 2022.

La figura 18 y 19 refuerza la descripción de la figura 16 y se apoya de la postura de Nathaniel (1995) al decir que “el vivir de manera consciente es vivir siendo responsable hacia la realidad. No es necesario que nos tenga que gustar lo que vemos, pero reconocemos que lo que existe, existe, y que lo que no existe, no existe” (p. 91)

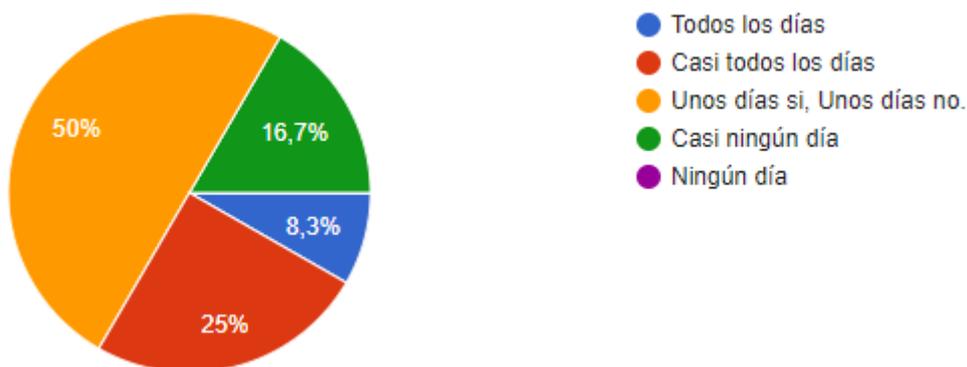
Figura 18, Acepto y Amo lo que Veo al Mirarme al Espejo.



Nota. Acepto y amo lo que veo al mirarme al espejo, elaboración propia, 2022.

De la figura 19, se puede mencionar que su mundo interior de las mujeres madres demuestran una relación saludable y emocionalmente que se refleja en el mundo exterior, en palabras Nathaniel (1995) “esto significa tanto los hechos de nuestro mundo interior (necesidades, deseos, emociones) como del mundo exterior” (..) sin que “los deseos, o temores, o negaciones no modifican los hechos” (p. 91)

Figura 19, ¿Con qué Frecuencia me Arreglo, me Maquillo o Hago lo Posible para Mejorar mi Apariencia?

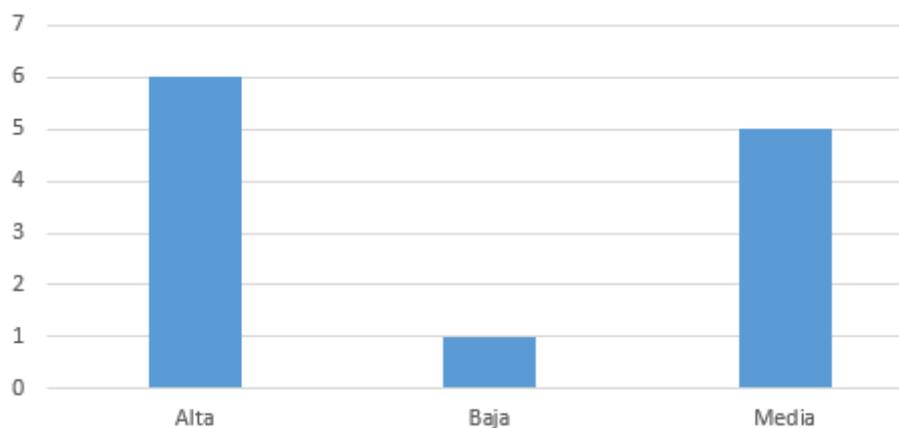


Nota. ¿Con qué frecuencia me arreglo, me maquillo o hago lo posible para mejorar mi apariencia?, elaboración propia, 2022.

De la figura 19, se logra evidenciar que para la mayoría de ellas el arreglarse o mejorar su apariencia física no es relevante para sus vidas y mantienen “la práctica de la integridad consiste en tener principios de conducta y ser fiel a ellos” (p. 308) y esta “afirmación de uno mismo es la práctica de respetar las propias necesidades, deseos, valores y juicios, y de buscar las formas adecuadas de expresión en la realidad (Branden, 1995, p. 306)

4.1.3. Escala de Autoestima de Rosenberg

Figura 20, Nivel de Autoestima.



Nota. Nivel de Autoestima, elaboración propia, 2022.

4.1.4. Resultados Catoriales

Tabla 5

Resultados Catoriales

Categoría de Análisis	Narrativas	Interpretación
Autoestima	<p>Mama 1</p> <p><i>“me gustaba peinarme y arreglarme las uñas y desde que soy mama la verdad se ha quedado en planes, porque no tengo el tiempo, no tengo la plata o pasa algo, pero si me gustaría que hubiera más campañas para las mujeres de belleza”</i></p> <p><i>“las subidas y bajadas de la maternidad son un caso que no le pintan a uno desde el principio”</i></p> <p>Mama 7 <i>“ Que en que me ha cambiado, o sea digamos en el momento, o sea los hijos para uno siempre van hacer lo más importante cierto, pero a veces el tener hijos también le trae a uno digamos un cambio mental, un</i></p>	<p>La mayoría coincide con que la maternidad ha generado ciertos cambios tanto físicos y emocionales, que de una u otra manera han afectado su estado emocional, manifiestan que dejaron actividades de lado para dedicarse completamente a sus hijos, pero todas coinciden con que es la mejor decisión, no dejando de lado el cuidado por ellas cuando tienen la posibilidad de hacerlo.</p>

	<p><i>cambio de todo, o sea decir uno que tener un hijo es color de rosa y que es lo más lindo, es lo más lindo en el sentido que sii., pero es una responsabilidad que usted dice “yo en qué momento me metí en esto</i></p>	
Rol Materno	<p>Mamá 1 <i>“Era súper anhelada, duramos 8 años buscando bebe, llegó la pandemia y llegó el niño, fue la felicidad más grande, estamos en esa etapa de aprovechar, disfrutar, experimentar y de investigar, porque es algo nuevo para nosotros”</i></p> <p><i>“Siento que muchas veces es maquillada, le pintan a uno, hay no ser mamá es lo mejor del mundo, pero a uno no le dicen puede sentir dolor con la lactancia, yo sufrí con la lactancia un montón, lloré lágrimas de sangre todo”</i></p>	<p>Las madres refieren que la maternidad es maravillosa, para algunas demasiado anhelada y para otras una sorpresa total, refieren que antes de vivirla es muy maquillada por los relatos de las personas que las rodean, pues no hay como una advertencia frente a las diferentes dificultades que se pueden presentar en términos de parto, lactancia, crianza y manutención y tiempo para sí mismas; de igual manera refieren que con la llegada de sus hijos, las prioridades cambian y ellos pasan a ser el centro de todo.</p>

	<p><i>“Que uno no iba a dormir derecho por muchos años”</i></p> <p><i>“uno puede preguntar y le pueden... cada una tiene una experiencia distinta, pero uno solo la vive a su manera y como tiene que ser, yo tenía el control y me decían: Desayuno hoy y yo sí porque, mañana cesaría 6am y yo pero porque si yo estaba preparada para parto, yo hice cursos de respiración, no tiene que parto mañana si o si cesárea obligada y todo el mundo que la cesárea es peor no sé qué y yo no sentí, o sea si a mí me dicen cesárea yo digo re bien, a mí se me curo rápido, no me dolió, porque todo el dolor se me paso a los senos por el tema de la lactancia, entonces yo les puedo decir a mí me fue re bien con la cesárea, pero llega otra uy no yo no me podía parar, se me descosió, se me</i></p>	<p>De igual manera señalan que en algunas ocasiones extrañan la vida que tenían antes de ser madres, en especial a sus padres y las actividades que realizaban como salir a bailar o a encontrarse con amigos.</p> <p>Una de ellas refiere que se siente fracasada como madre y que su hijo se le salió de las manos, es desobediente y no quien estudiar y siente temor por cómo serán sus hijos más pequeños.</p>
--	---	---

infecto, se me.. o sea, las experiencias dependen.

“déjenme tomar las decisiones de mi hijo, denme a mí la oportunidad de criar a mi hijo como yo quiero, esto cuando puedo hablar y expresar lo que siento cuando hay gente que definitivamente se mete en que mejor dicho yo soy la peor porque me va a demandar, les digo ah bueno si peleen ustedes solos, o sea para pelear se necesitan dos y yo no quiero entrar en esta discusión.

Mamá 2 *“Fue una sorpresa, pensaba seguir preparándome, seguir estudiando, pero bueno no fue imposible, termine mi carrera y tuve que venir para acá (Colombia) y luego llegó “Lian” (segundo bebe) fue algo nuevo pero chévere” “mi hijo no toma casi teta pero come de todo, yo lo siento, eso si hace un desastre, pero por ejemplo mi primer hijo*

*era todo lo contrario para comer
“Lian” es todo lo contrario él ve
todo tapado y lo quiere agarrar y
comer” “ a mi medio mastitis con
mi primer hijo y por eso mi hijo no
agarro la teta, yo compre saca
leche, me sacaba la leche le daba
tetero pero no le gustaba “Lian”
fue lo contrario “Lian” tomo teta
con o dos o tres meses, después de
eso nada, pero yo le doy a él su
fórmula no lo llenaba pero es
totalmente sano” “a veces uno
está tan cansado de hacer todo en
el día y uno quiere que duerman
toda la noche y no esta noche me
tocó pararme cada 5 minutos y
entonces uno respira”*

Mamá 3 *“Ella fue planeada, dure
como 3 meses buscando, buscando
y como que no, no quería, pero ya
lo último sí, me gradué con ella,
termine pero bien, aunque no ha
sido fácil pero me ha gustado”
“hay cosas que no hubiera*

*querido, tenerla en plan canguro,
que haya nacido bajita de peso,
pero de resto si” “uno siente como
si saliera un tampón”*

Mamá 4 *“La maternidad es muy
bonita a pesar de todas las cosas,
problemas, dificultades,
enfermedades, los dolores, yo tuve
mi primera hija a mis 17 años, uno
en un principio, cuando uno es
madre primeriza, que es lo que
uno va ser, como uno les va a dar
un remedio, cómo llevarlos uno al
médico, eso es muy difícil.” “uno
como madre tiene que aprender,
primero a cuidar a nuestros hijos,
segundo a saberlos alimentar,
saberlos cuidar, si les da fiebre, si
le da tos, todo eso uno tiene que
aprender como mamá o cuando
uno está embarazada, uno no sabe
las dificultades, hay dios mío viene
un niño y uno tiene uno o tiene dos
o tiene tres o es mi primer hijo, ay!
que felicidad, pero bueno donde*

	<p><i>come uno comen dos como dicen, pero después uno dice cómo serán los dolores, Dios mío uno le pregunta a otra mamá pero como son los dolores, yo digo que mi dolor más grande de parto fue el (niño)”</i></p> <p>Mamá 5 <i>En la mayoría de las preguntas no dio su punto de vista a diferentes preguntas.</i></p> <p>Mamá 6 <i>Todo era color rosa, muy lindo y todo Yo he dejado de hacer el ejercicio, antes practicaba el ejercicio, porque las otras actividades pues la sigo practicando, lo que es viajar, sigo viajando, ir a la iglesia sigo yendo a la iglesia, normal, dormir no porque no he sido muy dormilona inclusive tengo trastorno con el sueño, al contrario, yo estoy programada con pastillas para poder dormir</i></p> <p><i>mi proyecto son muchos</i></p>	
--	---	--

Mamá 7 Ya uno valora más a sus papás, sobre todo a la mamá, digamos en una ocasión uno escuchaba una noticia en la tv de que un niño se perdía, que a un niño le hacían y a uno le dolía porque pues uno es un ser humano, pero hoy en día es como si a uno le partieran el corazón, se siente más.

“digamos yo digo que pues eso, con todo respeto es un proceso, pero digamos yo fui mamá muy adolescente yo digo que, en esta etapa de mi vida, ya le toca... o sea, yo estoy viviendo 3 etapas, tengo un niño de 16 años y tengo un niño que va a cumplir 5 años que está en la etapa también de rebeldía, porque todo lo que él mira lo va captando y tengo otro proceso con la bebe, soy mamá cabeza de hogar y me toca trabajar, me toca todo, entonces es un proceso. yo tenía un niño de 11

años, yo vivía una vida relajada como dice ella, me iba para fiestas porque mi mamá me cuidaba el niño, ya era un pelao que pues ya.. ya cuando tuve mi otro hijo, me dio duro porque me tocó lidiar con el niño todos los gastos y todo y con ella no esperaba más bebés, pero más sin embargo yo digo que Dios tiene preparado para cada uno lo que le va a dar. Yo a veces siento que fracasé como mamá, porque mi hijo digamos yo digo si a él se le ha dado todo, él está en once pero ahorita precisamente venía de reunión allá y él va perdiendo muchas materias y el toda la vida ha estado en colegio privado, digamos la actitud que él tiene, digamos yo a veces digo como un niño puede ver a la mama sufriendo digamos sacrificándose, yo digamos tengo un puesto de arepas y yo a veces le digo: Juan vaya y tráigame que se

me quedaron los chorizos y pasa una hora, hora y media y no llega no le importa, entonces yo digo yo fracase como mamá, digamos la pieza de él la mantiene en un despelote.

Mamá 8 *A uno le pintaban colores de rosa, mejor dicho, todo era.. muy lindo y todo*

Mamá 9 *Ya cuando uno es mamá uno siente todo eso en realidad*

Mamá 10 *Uy para mí artísimo, porque yo digamos era la que salía a fiesta todos los días, yo no me esperaba mi hija y de un momento a me entere que estaba quedé embarazada, pero entonces todo me cambió como para bien, porque yo perdí una niña hace 8 años, una bebe de 3 meses, entonces después de 8 años yo decía, yo no voy a volver a tener hijos, cuando nació Luciana como que hizo un giro a mi vida porque ahorita todo se enfoca es hacia mi*

hija, entonces yo ya deje a un lado las fiestas, ya solo es primero mi hija mi hija mi hija que desde que tenga todo mi hija y deje digamos todo mi pasado como atrás, ahorita solo es focalizada es en mi hija, entonces a mi si me cambió muchísimo la vida Yo digo que desde ellos estén bien y no les falte nada ya uno no se preocupa por uno, o sea uno pasó al segundo plano Yo digamos en el momento no trabajo porque me dedico mucho a mi hija y yo me creo una mamá sobreprotectora, entonces yo no confié mucho en las personas que me cuiden a mi hija, o sea por todos los casos que he visto no

Mamá 11 *Pensábamos que es fácil amamantar, que solo es ponerle el pecho y ya y no la verdad. Al principio duele demasiado y durar de dos años tres años no es fácil, el trabajo y llegar del trabajo y*

	<p><i>darle pecho no es fácil, eso desgasta mucho</i></p> <p><i>Yo antes dormía mucho, cosa que no volví hacer ya después de que fui mama</i></p> <p><i>Estar pendiente de las actitudes de ellos,</i></p> <p><i>Mamá 12</i></p> <p><i>Ay no eso duele tanto</i></p> <p><i>Yo tampoco es que sea rumbera, pero a veces los sábados por ahí, uno salía, siempre era como en la casa, a veces salía, pero ya no, ya mejor dicho ni a la esquina, ahora todas las veces se hace es en la casa y en familia.</i></p> <p><i>Lo que pasa es que nosotras somos mamás ehh... ay unas que trabajan, por ejemplo mi hermana, ella tiene dos niños, ella trabaja para que a los hijos no les haga falta nada pero le hace falta ella, o sea no la ven todo el día hasta la noche que llega, pero ella dice que</i></p>	
--	---	--

	<p><i>a ellos no les hace falta nada peor le hace falta ella que es la mama.</i></p> <p>Mujer / Madre:</p> <p>Mamá 1 <i>“yo lo que me repito es: son etapas, va a pasar”</i></p> <p><i>“no es que uno no pueda es que las prioridades cambian y como que todo se enfoca en ellos, aunque uno de verdad como dice ella, somos mujeres antes de ser mamás, la energía uno se enfoca en ellos y quieren que ellos estén bien, que tengan todo lo que necesitan, o sea el pensamiento ay si como dicen, nace uno madre también y o sea algo da vuelta aquí (cabeza) atrás y uno pasa a segundo plano por dejarlo en el primer plano a ellos, pero igual no significa que esté mal porque uno quiere lo mejor para ellos”</i></p> <p><i>“trabajar, tener su dinero propio o uno se enamora de algo y uno tener que esperar dos días a ver si la plata alcanza”</i></p>	
--	---	--

“la maternidad es un revuelto de hormonas y de cosas que uno está bien y de un momento a otro quiere llorar y después quiere ser la más feliz del mundo son tantas subidas y bajadas que hay creo que uno aprende a identificarlas un poco más hacer más palpables esas emociones y lo principal aprender a gestionarlas, creo yo que hay es la clave para uno no volverse loca

Mamá 2 *“después de ser mamá cambia para todo, porque cuando uno ya tiene hijos ya uno no es ayy me voy para la esquina hablar con mi amiga, me voy a ir a dar una vuelta, me voy ir a bailar”*

Mamá 3 *Todo para mis hijos, ya yo agarro una moneda y todo es para mis hijos*

Es que por eso Dios trajo a la mujer en esta vida pues para, es que yo digo uno es una obra mejor dicha encantado con tan solo uno

	<p><i>traer hijos a este mundo, lo más lindo, yo como le digo a mi esposo usted no sirve jaja pero para nada, nosotras somos, mejor dicho, criamos en la barriga, es que nueve meses en la barriga y no tras la crianza y la parida no.</i></p> <p>Mamá 4 <i>Yo digo que uno de mujer es la que forma el hogar</i></p>	
<p>Desarrollo Humano</p>	<p>Mamá 1 <i>“yo no lo veo tan mal porque obviamente yo quisiera ser profesional, tener un título profesional, pero pues también llevo mucho tiempo buscando ser mamá y ahorita que lo estoy siendo digamos que ya ahorita mis planes de vida esta es en ellos, entonces no me siento como ayy no! pues si se da la oportunidad de estudiar, buscaría la manera de una persona obviamente confiable con quien dejar mi hijo o refugiarme con el papa y poderlo hacer, cumplir de pronto esos sueños que de pronto no se dieron</i></p>	<p>Refieren que quieren estudiar, ser profesionales o poder iniciar un emprendimiento; en el caso de las madres cabeza de familia, su necesidad inicial es cubrir las necesidades económicas de su familia seguido de la superación personal que implica poder ser profesionales o tener una solvencia económica de forma independiente; por otro lado, en el caso de las madres que cuentan con su esposo, sienten la necesidad de independencia económica, con el fin de reducir la jerarquía que recae en ellas</p>

	<p><i>antes de que el llegara, pero pues por ahora quiero disfrutarlo y lo demás no sé hasta cuándo me va a tener...”</i></p> <p>Mamá 2 <i>“mi proyecto de vida es trabajar” “trabajar, yo siento que en la casa estoy. bueno no es que me guste trabajar, pero ya trabajando puede tener mis cosas”</i></p> <p>Mamá 3 <i>“me gustaría trabajar, tener mi plata porque a veces toca esperar con lo que llega uno ahorrar y comprarlo”</i></p> <p>Mamá 4 <i>trabaja!</i></p> <p>Mamá 5 <i>“que mis hijos sigan estudiando, con mi pareja más adelante matrimonio, yo tengo, yo dejo y quiero aprovechar más adelante tener mi local”</i></p> <p>Mamá 6 <i>mi proyecto eh primero montar un negocio en mi casa también, trabajar en mi casa para apoyar a mi esposo, tenemos el proyecto de comprarnos la casa, comprarnos el carro, tenemos el</i></p>	<p>por parte de sus esposos, de igual manera consideran que son mujeres que pueden apoyar en el sustento del hogar cuando sus esposos no cuentan con empleo o su salario es muy bajo; finalmente refieren que uno de sus sueños es tener casa propia.</p>
--	--	---

proyecto de tener el niño porque yo quiero un niño, ya tengo la niña, entonces han sido muchos los proyectos que tenemos juntos, pero estamos organizándonos a medida que se den las cosas orando a Dios que se den.

***Mamá 7** pero si me gustaría entrar a trabajar pero así digamos desde la casa o algo, o sea a mí me gusta lo del call center, todo lo de archivo todo eso yo me lo se pero digamos ahorita que salen muchos trabajos así por fuera no, o sea yo no soy capaz de dejar a mi hija todo el tiempo sola, no, por lo que yo también no, o sea mis papás también a nosotros con mi hermano, ellos preferían irse a trabajar y nosotros solo los veíamos hasta por la noche y eso, a veces, porque ellos trabajaban todo el día para darnos todo a nosotros, entonces yo tampoco voy con ese pensamiento de trabajar*

	<p><i>todo un día y dejar a un lado a los hijos, o sea por darles toda la cosas uno también se cohíbe entonces no.</i></p> <p><i>A mi si es que el estudio no me gusta</i></p> <p>Mamá 8 <i>Pues mi proyecto es terminar de estudiar, para así tener pues conseguir algo administrativo, para poder conseguir la casa ya y pues ahorita tengo un proyecto que pues que ya se va a cumplir.</i></p> <p>Mamá 9 <i>Yo pues ahí voy iniciando, si hacer un técnico si Dios quiere ya cuando el cumpla los seis meses, pues así mismo para dar un ejemplo, de que por más de que soy mamá tengo dos hijos, mi hija también me dice mami póngase a estudiar, mi esposo también está esperando, pero la meta es ya el otro empezar a estudiar, pues primero yo y luego el</i></p>	
--	--	--

	<p><i>Yo por lo menos en un futuro me veo con mi niño gateando, caminando, en montar mi propio negocio trabajar en mi casa porque es de máquinas de coser, amo eso me encanta me fascina y yo digo para el futuro de mi hija y mi futuro porque uno también tiene que pensar en la vejez de uno, qué más posible que eso, en la casa tu puedes trabajar, puedes cuidar a tus hijos, estás pendiente de tus hijos, no los dejas con más nadie, que hay que dejé allá mi hija con alguien, o sea uno hoy en día no puede dejar a los hijos con cualquiera, entonces ese es mi emprendimiento con mi esposo, es mi meta la verdad.</i></p> <p>Mamá 10 <i>Mi proyecto de vida es ser mamá.</i></p>	
<p>Interseccionalidad Y enfoque de género</p>	<p>Mamá 1 <i>“La presión social, o dar teta, ahorita la lactancia es lo mejor, pero son: ¡Todavía toma teta no sé qué! no ha cumplido ni</i></p>	<p>Todas coinciden con la discriminación en diferentes aspectos, resaltando que en la actualidad ha venido cambiando,</p>

	<p><i>los dos años son: ¡todavía toma teta! o sea que le impronta son mis tetas y es mi hijo”</i></p> <p><i>“como uno se reconoce ante una sociedad”</i></p> <p><i>“cuando se es rechazadas por querer o por mostrar lo que ellos</i></p> <p><i>“no a mí me pasó un día en Transmilenio que yo iba con el niño así cargado (en el canguro) y como lo ven cómodamente pues pensarán que uno no necesita la silla, que no pesa y la espalda no duele y un señor hizo un comentario de: quien las mandó, nadie las mandó abrir las patas cuando los hacen y yo me sentí tan vulnerable y yo por dentro digo yo ni estoy pidiendo la silla y muchas yo nunca la pido y si realmente la quieren dar listo muchas gracias y me siento, pero si a mí me ha tocado muchas veces irme de pie en Transmilenio con mi bebe y yo</i></p>	<p>algunas de ellas se enfrentan a este fenómeno, ya bien sea por el número de hijos, al momento de buscar vivienda y el 17% de ellas por ser venezolanas no las aceptan, adicional en el ámbito laboral, afirman que siempre hay más oportunidades para los hombres, situación por la cual se ven en desventaja e igualmente por el hecho de ser madres.</p>
--	--	---

	<p><i>no soy de las que está ay por favor me da la silla, que no sé qué..</i></p> <p><i>“digamos en un trabajo, tú vas y: cuántos hijos tienes y son no ella va poner problema que la cita que no sé qué y dicen ay no después la llamó”</i></p> <p><i>“siendo papás, tienen el título de papas igual, pero no les ponen tanta cosa como uno que es mamá, que obviamente nos toca más pesado a nosotras, yo gracias a Dios di con un buen hombre y es un buen papá, yo no me puedo quejar, pero le toca a uno la mayoría, uno es el que carga más” pero generacionalmente si viene una carga de machismo, que se ha ido cortando poco a poco, ya no es como antes”</i></p> <p><i>“mujer cocina y hombre trabaja”</i></p> <p>“Genero: sexo”</p> <p>Mamá 2 <i>“por ejemplo a nosotros los venezolanos, no sé si les ha pasado aquí alguna, nos</i></p>	
--	--	--

discriminan mucho cuando vamos arrendar, en la parte del arriendo, son: cuántos niños son ah no es que no puedo, o sea el núcleo familiar de nosotros somos 5 porque soy yo mi esposo, la hijastra de mi esposo y mis dos hijos, como hago yo, muchos colombianos, muchos peruanos, muchos ecuatorianos, muchas personas de toda la extranjería de aquí a ido a Venezuela y nosotros nunca los venezolanos y lo digo porque mi familia arrendado allá en Venezuela les arriendan y no están preguntando ay cuántos niños tienen ayyy cuantos niños no ayy es que con niños no acepto, que yo sepa todo el mundo tienen su núcleo familiar y ninguno tiene porque estar discriminando a los niños, prefieren a los mascotas y no a los niños

“son unos machistas, uno la mala costumbre, que estoy cansado, uno

también está cansada y también tengo que pararme mañana a cocinar, barrer, limpiar, fregar, hacer lo mismo que tú haces todo el día en tu trabajo”

“la gente de antes, de que la mamá era la esclava y que el papa el que trabaja

“antes no tenían derecho a la palabra, al voto, hacer valer lo que expresaban t el hombre era el fuerte, el macho el que tomaba las decisiones, pues creo que por ser grande”

“a mí me han dicho porque lo regañas así, porque a él lo parí yo y él no va a venir hacerme pataleta”

Mamá 3 *“o a veces a uno lo acomplejan mucho, que porque este niño no come bien, por ejemplo por decirlo a mí, ella para comer es cosa seria, toca estar uno pulle y pulle para que coma, pero uno ve niños que se come todo y*

uno! o a veces hay personas que son tan imprudentes que dicen: ay no pero es que esta niña es solo hueso, es tan flaca” “la paciencia, la tolerancia” “o a veces uno está tan estresado que ellos hacen algo que lo llenan a uno, como que se le quita a uno el estrés, se le quitó a uno absolutamente todo”

“o sea que le gusta los hombres, las mujeres y eso, pues género femenino y masculino” “ayy es que usted es muy marimacha”

“o a veces uno viene así cansado y lo pueden ver a uno así y jóvenes y lo miran a uno con los celulares y no son capaces de darle la silla a uno, son como para que se pusieron a tener hijos” “usted tan joven y con hijos”

“en desventaja porque los hombres pueden conseguir trabajo más rápido que nosotras”

	<p><i>“uno es la que se trasnocha, el que se tiene que aguantar los derechos de ellos”</i></p> <p><i>“uno de mujer los malacostumbrar”</i></p> <p><i>“porque ellos no tienen la misma paciencia que uno de mujer, el papa de la niña tiene paciencia, pero llega hasta cierto punto de que ya me dice es suya y mire que hace, yo me considero que tengo mucha paciencia”</i></p> <p><i>“porque tuvo un hijo a tan temprana edad, pero para mí es la mejor edad, es mejor uno tener un hijo joven que uno, pues uno de joven lo aprovecha más el tiempo con ellos igual cuando ellos están más grandes, uno no es tan sumiso”</i></p> <p><i>“mi mamá a mí a veces me dice algo y yo le digo a mi mamá, usted ya crió sus hijos, yo crío a mi hija como yo quiera, usted puede ser la</i></p>	
--	--	--

	<p><i>abuela, pero yo la crio como yo quiera</i></p> <p><i>“trabajar”</i></p> <p>Mamá 4 <i>“o que vienen y te dicen y no le diste teta, pero ay tu si eres mala” “el amor, el respeto”</i></p> <p><i>“ahorita ahorita mi proyecto de vida es llevar a mis hijos que están más grandes que él, que ellos estudien, de que ellos echen pa lante y para mi trabajar, uno a la edad que uno tenga tiene tiempo de estudiar de ser profesional, lo que venga.</i></p> <p><i>“yo si pido la silla, la pido cuando en verdad uno, cuando lleva el niño aquí y uno se sostiene, pero cuando viene el niño en brazos, yo si la pido, las sillas azules son para las mujeres embarazadas no para persona que tienen las habilidades de levantarse y agarrarse en el Transmilenio”</i></p> <p><i>“yo soy mujer y siento que yo puede echar para adelante y he</i></p>	
--	---	--

	<p><i>aprendido a defenderme no con golpes ni nada de eso”</i></p> <p><i>“A mí me dicen, por ejemplo, yo tengo cuatro hijos y me dicen ayy porque tuvo tanto chino, porque son mi familia y la mantengo soy yo y mi esposo, usted me los va a mantener”</i></p> <p><i>“mi esposo si es muy si es un hombre, él llega agarra la escoba, barre trapea, no se queja su mama le enseñó a eso, le ponía obligaciones</i></p> <p><i>“trabajar”</i></p> <p>Mamá 5 <i>“o también se puede el lgtbi, gay, homosexual”</i></p> <p><i>“cuando no está de acuerdo con la sexualidad de otra persona, cuando van a contarles a sus papás como mamá papá soy gay o no se”</i></p> <p><i>“yo si he visto los letreros de que no se aceptan venezolanos con niños”</i></p> <p><i>“por los papas”</i></p>	
--	---	--

	<p>Mamá 6 Desventaja en el trabajo</p> <p>Mamá 7 Si y mi mama también me inculca ayy pero es que usted también tuvo la culpa porque tal cosa, entonces por querer hacer más hace menos.</p> <p>En el sentido de digamos hoy en día, uno que no tiene casa propia y usted dice voy a buscar un apartamento y a veces le recriminan por ser mamá de tres hijos, por lo menos yo, estoy en ese proceso, llamé y para quienes son y le dije para mí y mis tres hijos y me dijeron son adultos y me dijeron no no señora con niños no.</p> <p>Es que hoy en día el hecho de haber sido mamá por segunda y tercera vez eso ya es un escándalo porque la situación hoy en día, es que ya no sé, es que las mujeres ya se quieren operar, es respetable pero también tienen que respetar a las mamás que ya tenemos</p>	
--	---	--

nuestros hijos porque es que no son errores, es que a uno siempre le dicen: es que usted cometió el error, es que no es un error.

Es que como les decía si usted queda embarazada esa mujer tan boba, pero entonces al tipo no le dicen nada, el tipo si feliz, o sea la culpa la tuvo la muchacha por no cuidarse.

Desventaja de una mujer cuando es mama, el tipo puede ver el bebe llorando y gritando y entonces a nosotras nos toca, si el bebe está llorando sale y se va si el bebe está enfermo a usted le toca trasnochar porque la gente va a hablar mal de usted

Un hombre tiene 10 hijos y se ve el papi, ellos se sienten lo más lindo, pero uno ya se siente con la autoestima más baja porque le quedo el gordo

Lo que pasa es que los hombres quieren que uno trabaje y ayude en

	<p><i>la casa y que uno haga los quehaceres de la casa cuide los niños, o sea como si uno fuera supermama y lo somos porque nadie va decir que no somos supermamas, más que todo yo por eso deje el papa de los niños fue por eso, porque él era un tipo que, digamos él pensaba que yo que porque uno demuestra lo dice reprocha, yo soy mujer, me considero mujer pero también me tiro hacer como un hombre porque si me toca ir a vender lo que sea voy yo lo hago, yo no soy delicada, yo no soy de estar en el salón de belleza, sí me gusta muy debes en cuando</i></p> <p><i>Es que eso si es un equipo, pero hay hombres que no quieren ser equipo, un hijo varón que ve al papa ayudando en la casa nunca va tener pena de ayudar en la casa a su esposa.</i></p>	
--	--	--

	<p><i>Desde el inicio Adán era la cabeza, que él trabajaba y eso fue lo que nos vendieron.</i></p> <p><i>Yo por lo menos quisiera un hombre que me mantuviera y yo poder estar con mis hijos, se lo juro que sí, yo me siento cansada y en un momento uno dice ay pero entonces si uno quiere ir a trabajar no lo dejan, yo digo ojalá consiguiera un hombre que me mantenga a mí y a mis hijos para yo poder estar 100% con mis hijos</i></p> <p><i>Yo también les digo a las mamás: ay que rico que usted tenga su esposo que le colabore, yo que daría por estar con mi hija, mi hijo y mi bebe.</i></p> <p><i>A mí me duele (pregunta de cómo toma los comentarios de las demás personas)</i></p> <p><i>Yo he entendido algo en el trayecto de mi vida, digamos si usted hace algo malo, usted es mala y usted hace algo bueno y</i></p>	
--	--	--

*también va hacer mala, o sea uno
nunca va tener contento a la gente,
entonces si usted se pone a pensar
en lo que piense los demás su vida
va hacer un desastre, digamos mi
mama, mi mama me critica mucho,
me dice que yo soy mala madre
por lo que le comentaba de Juan
mi hijo mayor todo, entonces si yo
me pongo a ver uno por eso es que
los hijos, todo es una cadena, o
sea a mí me toco una niñez terrible
y yo a veces le digo y yo un día le
dije y yo sé que ante Dios es
pecado porque uno nunca debe
recriminar a sus papás porque hay
que amar a sus papás y hay que
honrarlos para un obtener larga
vida, lo dice la biblia bueno
entonces digamos yo a veces le
digo cuando me saca de casillas
pero mi mama porque me
recrimina que yo soy mala madre
si yo estoy con mis hijos sí, estoy
trabajando no tengo tiempo*

porque me toca trabajar y digamos ella con que faltas de pronto más grandes hay si ella dice que no hay problema

Mamá 8 *Por ejemplo, cuando yo fui mama joven, cuando fui mamá a los 16 años, la mayoría por parte de familia de mi mama me decían usted tan niña, usted en vez d estar estudiando, como se vino a tirar la vida, va terminar como su mama*

Cuando estaba en el colegio, éramos un grupito y nos gustaba mucho jugar futbol y no la montan por eso, porque jugábamos y peleamos y nos dicen que hay las marimachas

Hay hombres de que o sea lo digo por mi si, digamos hay hombres que salen solos y piensan que uno es un objeto, lo dejan a uno ahí y ellos si pueden salir a tomar a un parque solos, a comer solos.. si uno sale a un parque sola estaba con el mozo

	<p>Mamá 10 Género femenino y masculino</p> <p><i>Ventajas, que somos más fuertes que ellos</i></p> <p><i>Digamos algunos hombres piensan que las mujeres ya después de uno ser mamás no se pueden arreglar porque entonces ya van a ir a conseguir otro y esa también es como una desventaja que también tiene las mujeres que de pronto se consideran menos que los hombres.</i></p> <p><i>Dejarán los hombres de ser tan machistas, hay muchos hombres que son machistas pero también yo creo que es porque los crían así, que el hombre es el que manda, entonces si digamos el hombre dice no se arregla entonces la mujer que es sumisa a un hombre es la primera que corre ayy no no me puedo arreglar, o sea yo creo que cuando uno se vuelve mamá uno no tiene que perder la esencia</i></p>	
--	---	--

de mujer, uno se tiene que arreglar y hasta se tiene que arreglar más porque es que un hijo no lo hace menos a uno.

Pues a mí si no me ayudan a mantener mis hijos, o sea yo también soy mama soltera porque el papa nunca se hizo cargo dijo que no era la hija y digamos yo soy de las que piensa, la gente no puede opinar yo como crio mi hija porque a mí nadie me está ayudando, ni a levantarla, porque yo siempre soy la que está ahí cuando ella se enferma y todo eso, nadie puede venir acá juzgar

Mamá 11 *Cuando discriminan a una persona que se siente, digamos es hombre y se siente como mujer, discriminan a esas personas que se sienten así.*

Así también fue discriminada mi hermana, tuvo el bebe a los 15 años y me tocó apoyar muchísimo, yo prácticamente crié a mi sobrino

*para no abandonarla a ella, a ella
la echaron de la casa, me fui con
ella, fue un proceso muy difícil,
ella quedo traumada cuando tuvo
al bebe, psicológicamente estaba
traumada*

Ventaja, somos más pensantes

Mamá 12 *En cuestión de trabajo
al hombre le piden menos
requisitos y les dan más
oportunidades*

*En mi caso yo opino, cambiar es
como difícil, yo no sé, pero por
ejemplo como le digo yo a mi
esposo, la maternidad es de los
dos, el a veces si por ahí si quiere
salir el sale y eso yo no soy de
pararle bolas a eso y él no es de
salir, así como le digo una reunión
en la casa con toda la familia, si se
toma se toma, pero si no somos
como de salir.*

*Uno es mujer, mas no sirvienta de
nadie ni esclava de nadie, el
hombre ayuda y la mujer también,*

	<p><i>o sea los dos, en mi casa es así, yo le digo a él yo intento ser la súper mamá pero a veces no puedo, hay días que me molesta tanto, los sábados hacemos aseo los dos el barre él hace esto limpia acá, arreglá acá, si eso si el me colabora</i></p> <p><i>El hombre hace a la mujer y la mujer hace al hombre</i></p> <p><i>Yo gracias a Dios mi esposo trabaja y yo estoy en mi casa pero yo me siento como si no estoy aportando nada como que, o sea yo me siento así</i></p>	
--	--	--

Durante el proceso de análisis de resultados de las entrevistas realizadas con las madres hubo presencia de diferentes categorías emergentes, dentro de sus narrativas como lo son el parto, la lactancia, el número de hijos, el trabajo y la crianza compartida, entre otras, incluyéndose dentro de la triangulación y análisis de los resultados que se encuentran a continuación

Categorías Emergentes grupo 1 y 2		
Estereotipos		
Xenofobia	<i>"a nosotros los venezolanos, no sé si les ha pasado aquí alguna, nos discriminan mucho cuando vamos a arrendar" "yo si he visto los letreros de que no se aceptan venezolanos con niños"</i>	En el caso de las madres de nacionalidad venezolana, se han tenido que enfrentar al rechazo de los arrendatarios, de forma tan directa que incluso en los avisos de arrendamiento, se especifica que no se arrienda a población de nacionalidad venezolana, éste tipo de situaciones, hace que sea más difícil el acceso a vivienda en arrendamiento.
Violencia Económica	<i>"trabajar, tener su dinero propio" "Yo por lo menos quisiera un hombre que me mantuviera y yo poder estar con mis hijos, se lo juro que sí, yo me siento cansada y en un momento uno dice ay pero entonces si uno quiere ir a trabajar no lo dejan"</i>	Las madres refieren que en ocasiones se sienten mal al ver que deben pedirle dinero a sus esposos para comprar algo que quieren o que en ocasiones necesitan, por otro lado en el caso de las madres solteras, se sienten agotadas de la carga que implica ser madres y trabajar, al punto de "querer un hombre que las mantenga" con el fin de poder tranquilamente dedicarse de lleno a sus hijos.

<p>Violencia de Género</p>	<p><i>"déjenme tomar las decisiones de mi hijo" "La presión social, o dar teta" "¡Todavía toma teta no sé qué!" "o sea que le impronta son mis tetas y es mi hijo" "como uno se reconoce ante una sociedad" "cuando se es rechazadas por querer o por mostrar lo que ellos" "no a mí me paso un día en Transmilenio que yo iba con el niño así cargado (en el canguro) y como lo ven cómodamente pues pensarán que uno no necesita la silla, que no pesa y la espalda no duele y un señor hizo un comentario de: quien las mandó, nadie las mandó abrir las patas cuando los hacen y yo me sentí tan vulnerable y yo por dentro digo yo ni estoy pidiendo la silla" "muchas veces irme de pie en Transmilenio con mi bebe y yo no soy de las que está ay por favor me da la silla" "digamos en un trabajo, tú vas y: cuántos hijos tienes y son no ella va poner problema" "siendo papás, tienen el título de papas igual, pero no les ponen tanta</i></p>	<p>En éste sentido, las madres relatan que se sienten señaladas y juzgadas al momento de amamantar a sus hijos en espacios públicos, por otro lado señalan sentirse juzgadas por el hecho de ser mamás, con comentarios como “nadie las mandó a abrir las patas”, resaltan que las mujeres son las que reciben la mayoría de críticas en torno a la maternidad, la lactancia, la crianza, el número de hijos que cada una tiene o cualquier tipo de conducta que no esté acorde con la cultura con relación al estereotipo de una buena madre, en este último punto resalta que no pueden arreglarse “demasiado” porque seguramente es para conseguir “mozo”, en cambio, comparan su rol con el de los hombres, que de acuerdo con sus narrativas, son “más hombres” cuando tienen varios hijos, no se les señala cuando abandonan a los</p>
----------------------------	--	--

<p><i>cosa como uno que es mamá, que obviamente nos toca más pesado a nosotras" "no me puedo quejar, pero le toca a uno la mayoría, uno es el que carga más" "pero generacionalmente si viene una carga de machismo, que se ha ido cortando poco a poco, ya no es como antes" "mujer cocina y hombre trabaja" "en la parte del arriendo, son: cuántos niños son ah no es que no puedo, o sea el núcleo familiar de nosotros somos 5"</i></p> <p><i>"ninguno tiene porque estar discriminando a los niños, prefieren a los mascotas y no a los niños" ""son unos machistas, uno la mala costumbre, que estoy cansado, uno también está cansada y también tengo que pararme mañana a cocinar, barrer, limpiar, fregar, hacer lo mismo que tú haces todo el día en tu trabajo" "antes no tenían derecho a la palabra, al voto, hacer valer lo que expresaban t el hombre era el fuerte, el macho el que tomaba las decisiones,</i></p>	<p>mismos y no hay ningún problema si están a altas horas en la calles, tampoco se les cree igualmente responsables de la crianza o el cuidado en comparación a ellas.</p>
---	--

	<p><i>pues creo que por ser grande” “antes no tenían derecho a la palabra, al voto, hacer valer lo que expresaban t el hombre era el fuerte, el macho el que tomaba las decisiones, pues creo que por ser grande”</i></p>	
El Parto	<p><i>“yo estaba preparada para parto, yo hice cursos de respiración, no tiene que parto mañana si o si cesárea obligada y todo el mundo que la cesárea es peor no sé qué y yo no sentí, o sea si a mí me dicen cesárea yo digo re bien, a mí se me curo rápido, no me dolió, porque todo el dolor se me paso a los senos por el tema de la lactancia, entonces yo les puedo decir a mí me fue re bien con la cesárea, pero llega otra uy no yo no me podía parar, se me descosió, se me infecto, se me.. o sea, las experiencias dependen.” “Dios mío uno le pregunta a otra mamá pero como son los dolores, yo digo que mi dolor más grande de parto fue el (niño)”</i></p>	<p>Frente a esta categoría, las participantes llegan a la conclusión, que es una de las etapas más difíciles, señalando que “no todo es como lo pintan” para algunas más que otras se les dificulto el parto y con relación a la lactancia primeriza, otras expusieron sus casos de cesárea o su parto natural; además de las emociones que este suceso les generaba, ansiedad, felicidad, desespero, entre otras, todas llegando a la conclusión que “solo el que lo vive es quien lo sabe”.</p>

<p>La Lactancia</p>	<p><i>"ser mamá es lo mejor del mundo" " pero a uno no le dicen puede sentir dolor con la lactancia, yo sufrí con la lactancia un montón"</i></p>	<p>Para algunas de ellas el proceso o etapa de lactancia fue difícil, unas sufrieron de mastitis y se les dificultó darles pecho a sus niños, sin embargo para otras esta etapa no fue compleja.</p> <p>Por otro lado en sus relatos afirman que han sido juzgadas por lactar a sus niños en lugares públicos además de ser juzgadas por darles pecho y ser sus bebés "tan grandes"</p>
<p>El Número de Hijos</p>	<p><i>"yo si he visto los letreros de que no se aceptan venezolanos con niños"</i></p>	<p>De acuerdo a lo que exponen, se evidencia que la discriminación por ser madres de uno o varios niños es constante no solo en la parte de conseguir vivienda, si no en trabajos, dicen que en algunas oportunidades no las aceptaban por ser madres; por otro lado refieren sentir presión y señalamiento social.</p>
<p>El Trabajo</p>	<p><i>"En cuestión de trabajo al hombre le piden menos requisitos y les dan más oportunidades" "digamos en un</i></p>	<p>En términos de empleo, relatan que es más difícil para una madre acceder al campo laboral que para</p>

	<i>trabajo, tú vas y: cuántos hijos tienes y son no ella va poner problema que la cita que no sé qué y dicen ay no después la llamó”</i>	un padre, para ellas el rol materno representa una barrera ante los empresarios, ya sea por el número de hijos que tienen o por la duda de cómo maneja su rol de madre y empleada.
Crianza Compartida	<i>“Uno es mujer, mas no sirvienta de nadie ni esclava de nadie, el hombre ayuda y la mujer también, o sea los dos, en mi casa es así, yo le digo a él yo intento ser la súper mamá pero a veces no puedo, hay días que me molesta tanto, los sábados hacemos aseo los dos el barre él hace esto limpia acá, arreglá acá, si eso si el me colabora”</i>	Ante la presente categoría, unas madres refieren contar con el apoyo de sus esposos en algunas labores del hogar o en ocasiones con la crianza y cuidado de sus hijos, de igual manera refieren que si para ellos es una opción, para ellas no, teniendo que asumir el rol de “super mamá” para lo cual en ocasiones se sienten agotadas.

4.2. Producto Resultados de Investigación

La presente investigación se abordó desde un diseño transformativo concurrente, ya que según Hernández Sampieri (2014) este parte del análisis de la estructura teórica enlazada desde los resultados de los cuestionarios y la entrevista semiestructurada, permitiendo así la triangulación concurrente, lo cual refiere al análisis de datos cruzados, simultáneos de lado a

lado y posibilitan que los datos se comparen, integren y convergen en la interpretación y elaboración del reporte de estudio, con soporte en el paradigma naturalista; con el fin de facilitar este análisis se elaboró una matriz en la que convergen las bases teóricas puestas en categorías, subcategorías y emergentes con los resultados y el análisis de las mismas.

4.2.1. Autoestima

El objetivo de esta categoría de análisis es comprender desde una perspectiva interseccional, la visión de las mujeres madres, entre el rol materno y como se ve afectada en su autoestima, entendida como autoconciencia, consiste tanto en una práctica, como en una actitud mental orientada hacia la vida; reflexionar sobre las diferentes áreas de nuestra vida, como la conciencia de nuestro cuerpo físico y organismo, la conciencia sobre el significado de nuestras emociones, la conciencia sobre los valores y fortalezas que nos mueven y la conciencia de los actos que nos llevan a nuestra autodestrucción. (Branden, 1995)

A partir de los resultados se puede ver que la autoestima de las madres es saludable, a pesar de que se logra evidenciar que para la mayoría de ellas el arreglarse o mejorar su apariencia física no es relevante para sus vidas y mantienen “la práctica de la integridad consiste en tener principios de conducta y ser fiel a ellos” (p. 308) y esta “afirmación de uno mismo es la práctica de respetar las propias necesidades, deseos, valores y juicios, y de buscar las formas adecuadas de expresión en la realidad (Branden, 1995, p. 306) de que no se arreglen todos los días, sean madres caa de hogar o no tengan trabajo; pero si se evidencia de acuerdo con la figura 14, las madres se proponen a ser mejores cada día, partiendo de la gráfica 13 en donde se demuestra una tendencia a aceptar sus equivocaciones, dando un buen manejo a las diferentes situaciones que se les presentan, basado en la teoría de Nathaniel Branden la autoaceptación, no se construye sin la aceptación de equivocaciones y por ende no habría progreso alguno.

4.2.2. Autoconciencia

Las madres mencionan que tienen que enfrentar todo tipo de situaciones, lo hacen con mucha calma y tranquilidad, controlando su actitud más positiva para así sentirme mejor conmigo misma. En donde hacen uso del habla y diálogo para aclarar todo en busca de soluciones. Una de ellas comenta deprimirse y tomar decisiones por impulso y otra madre siente la necesidad de ayuda.

Dentro de los hábitos que no son tan buenos para la vida, las madres hablaron sobre: No cuidar la alimentación consumiendo comida chatarra y bebidas alcohólicas; No asistir a controles médicos, no tener horarios establecidos para la alimentación y para dormir y no compartir con más gente, por lo cual se evidencia autoconciencia sobre los actos que en palabras de Branden (1995), nos conducen a nuestra autodestrucción.

Las madres desean mejorar en diferentes ámbitos de sus vidas, algunas de ellas aceptan que pueden mejorar en diferentes aspectos como su salud física y emocional, construyéndose desde los buenos hábitos y así siendo un ejemplo para sus hijos, lo cual para muchas de ellas se considera un grado de valor significativo, desde la teoría planteada se resalta que el reflexionar sobre sus diferentes áreas, dando paso a la conciencia sobre los valores y fortalezas que las mueve a cada una de ellas. De igual manera se evidencia mayor tendencia al control de emociones, lo que quiere decir que poseen conciencia sobre sus emociones.

Cuatro madres mencionan no tener malos hábitos en mi vida, dificultando un poco la autoconciencia de sí mismas. Mientras otras madres si mencionan hacer cosas no tan buenas pero que, si les gustan como la comida chatarra, mal carácter y consumen mucho dulce, y una madre dice tomar agua todos los días

Con relación a la autoconciencia de las necesidades físicas y emocionales, las madres relataron que reconocen las prácticas necesarias para su bienestar, sus narrativas se centraron en hacer ejercicio y consumir alimentos saludables como frutas y verduras y beber agua todos los días, lo cual de acuerdo con Branden (1995), representa una reflexión sobre sí mismas orientada hacia el cuidado de la salud física.

4.2.3. Autoaceptación

Basado en las entrevistas, se logró evidenciar que todas las madres llegan a la misma conclusión de que luego de convertirse en madres, pasan a ser un segundo plano, su prioridad siempre son sus bebés, lo cual resaltan que no está mal.

Con relación a la práctica de la aceptación de sí mismo. (Autoaceptación), las madres reconocen que en ocasiones se equivocan, dueño de su reflexión, narran que tratan de no repetirlas y ofrecer disculpas a la persona afectada, pese ser muy difícil, consideran que es un aprendizaje para la vida, lo cual indica desde la teoría de Branden (1995), que se encuentran orientadas a la valoración de sí mismas, reconociendo, perdonando y aceptándose a sí mismas.

Todas mencionan que pueden mejorar ya sea en relación a metas, corrección de fallas, aprendizaje y sus proyectos como ser la mejor mamá y esposa.

Todas mencionan aceptarse, amarse, gustarse y verse bonitas y solo una cree que los efectos fisiológicos como las hormonas alteran el estado.

Ser menos negativa, sonreír más, mal genio, sentirse triste, mal genio, indecisa, pereza, arrogancia, perfeccionista, no tener lo que quiero y arreglarme como antes.

De acuerdo con el autoconcepto físico, Las madres refieren que se aceptan tal y como son, que, si bien la apariencia física puede mejorar, no sienten necesidad de cambiarla, se

sienten cómodas, por tanto, coincide con la descripción de Branden en el segundo pilar de la autoestima, en donde se expone que "La aceptación de sí mismo conlleva la idea de compasión, de ser amigo de mí mismo" (1995, p.114)

4.2.4. Autoconcepto

Desde la teoría de Rosenberg, seis de las madres poseen una autoestima alta, cinco poseen una autoestima media y una de ellas posee autoestima baja, por lo cual se deduce que a excepción de una madre, las otras once no presentan dificultades representativas en términos de autoestima. Basado en el análisis de resultados, los cuales responden a los objetivos que se tiene con la investigación, se identifica evidencia desde el rol materno que las madres tienen un nivel de autoestima alto.

5. Discusión y Conclusiones

5.1. Discusión

De acuerdo a los antecedentes, donde la mayoría de estos aciertan de una u otra manera, por medio del presente estudio se logró identificar que el autoestima es de vital importancia para garantizar el bienestar humano, con relación al rol materno, no se esperaba que aumentara de forma significativa el autoestima de las madres y se evidenció que es la presencia de interseccionalidad la que interviene de forma negativa en el autoestima de las mujeres y aún más cuando asumen el rol materno, generando repercusiones o dificultades en un adecuado desarrollo humano en términos de acceso al campo académico y laboral y demás necesidades que contribuyan en su bienestar, dando en ellas una sensación de poco valor y utilidad.

5.2. Conclusiones

Respondiendo a la pregunta de investigación, se identificaron efectos tanto positivos y negativos. Los efectos que se evidencian desde el rol materno son tanto positivos como negativos, desde lo positivo se concluye por medio del análisis de la triangulación de datos que existen muchos aspectos relevantes entre estos, la satisfacción de ser madres independientemente si estaba dentro de su proyecto de vida el ser madres, ellas describen sentir orgullo y gran valor por el rol que han ido construyendo con sus hijos, es importante tener presente que al lado de este orgullo existen muchas inseguridades frente al desempeño de su rol como consecuencia de los estereotipos u opiniones sociales.

Frente a los efectos negativos, se evidencia que en torno al rol de mujer se genera discriminación desde un enfoque de género, desde el rol de madre los juzgamientos inician desde el embarazo con comentarios como “si usted queda embarazada, es una mejor boba, pero si es el hombre que tiene 10 hijos se ve el papi, ellos se sienten lo más lindo pero uno ya se siente con autoestima baja” entre otros, en este punto se empieza a evidenciar discriminación interseccional, sumando señalamientos por la cantidad de hijos, por ejemplo, en el entorno laboral de acuerdo a las narraciones de una madre de la muestra, se enfrentan a situaciones como “Si tu vas a un trabajo, te preguntan cuántos hijos tienes y dicen ella va poner problema por la cita de no sé qué... y te dicen, después la llamo” entre otros.

Con relación al nivel académico, cuenta con título de tecnólogo, dos de técnico y la gran mayoría son bachilleres, lo cual puede indicar que la maternidad, pausó sus planes de formación profesional, de acuerdo con Juliana Andrade (2022), la maternidad representa una pausa o un alto en el contexto educativo y social; por otro lado, de acuerdo con las narrativas de las madres, si bien algunas tienen planeado avanzar con su formación académica otra se orientan solo en trabajar sea como empleadas o cómo dar inicio a un emprendimiento.

En términos de desarrollo humano, se evidencia y soporta desde la teoría de Juliana Andrade (2022) y las narrativas de algunas madres, que la maternidad ha pausado, sus proyectos de vida en términos de educación y empleo pues narran que “yo quisiera tener un título profesional” o “mi proyecto de vida es trabajar” “mi proyecto de vida es montar un negocio”

Desde el autoestima y las teorías que se plantean en la investigación se puede ver una autoestima saludable, puesto que la mayoría no presentan dificultades representativas en términos de autoestima, desde el autoconcepto físico, las madres demuestran que se aceptan tal y como son, que, si bien la apariencia física puede mejorar, no sienten necesidad de cambiarla, se sienten cómodas, por tanto, coincide con la descripción de Branden en el segundo pilar, dando fuerza a lo anterior los resultados de la escala de autoestima de Rosenberg donde puntúan la mayoría de ellas a una autoestima alta, basado a lo anterior se contribuyó a la comprensión crítica de la maternidad.

Referencias

- Acuña, R., & Hernandez, L. (2005). Programa vision humana para el desarrollo de la autoestima en jóvenes embarazadas y lactantes entre los 16 y 20 años de edad, que asisten a la fundacion Gotas de Amor.
- Anadolu Agency. (09 de 09 de 2020). *Bogotá y su periferia, los receptores de los desplazados y los migrantes*. Obtenido de <https://www.aa.com.tr/es/mundo/bogot%C3%A1-y-su-periferia-los-receptores-de-los-desplazados-y-los-migrantes-/1968354>
- Andrade, A. (2022). *El fuero de maternidad como barrera de acceso al mercado laboral para las mujeres en Colombia*. Editorial Pontificia Universidad Javeriana.
- Baquero Bustos, L. C. (2017). Para mamá. Una guía de experiencia maternal. *Universidad de los Andes*.
- Barrantes Valverde, K., & Cubero cubero, M. F. (2014). La Maternidad como un constructo social determinante en el rol de la feminidad. *Revista Wimblu*.
- Bouza, F. (2002). Xenofobia. *Glosario para una Sociedad Intelectual*.
- Branden, N. (1995). *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós.
- Castañeda Banda, A. A., & Vega Tavera, A. (2019). Satisfacción con la pareja y Autoestima materna en madres de Lima. *Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas*.
- Castrillon, G. M., & Ricaute, J. C. (2008). Caracterización de la mujer emprendedora en Colombia. *Fundación Universitaria del Norte Barranquilla*.
- Castro Herran, D. C. (2009). *Orientación del proyecto de vida en 10 adolescentes gestantes y lactantes de la localidad tunjuelito en la ciudad de bogota*. Bogotá: Uniminuto.

- Castro Sanchez, M. (2015). Mision educativa familiar y desarrollo humano. *Revista de Artes y Humanidades A&H*.
- Colanzi, I. (2016). "No trabajo: soy ama de casa" El derecho al cuidado: tiempo para sí y tiempo para otro. *Universidad Nacional de la Plata*.
- Colombia, A. c. (1991). *Constitución Política de Colombia*.
- Criado, E. M. (2004). El valor de la buena madre. Oficio de ama de casa, alimentación y salud entre las mujeres de clases populares. *Universidad de Sevilla*.
- Del Olmo, M. (2005). Prejuicios y estereotipos: un replanteamiento de su uso y utilidad como mecanismos sociales. *Departamento de Antropología*.
- El Pais. (24 de 02 de 2016). *La baja autoestima y la soledad también son indicadores de pobreza*. Obtenido de https://elpais.com/economia/2016/02/23/actualidad/1456266634_217188.html
- Elizalde Hecia, A., Martí Volar, M., & Martínez Salvá, F. A. (2006). Una revisión crítica del debate sobre las necesidades humanas desde el Enfoque Centrado en la Persona. *Polis*.
- Fundación Nutrydar. (2022). *Programa Gestar Paz*. Obtenido de <https://www.nutrydar.org/>
- Gómez Lugo, M., Espada, J. P., Morales, A., Marchal Bertrand, L., Soler, F., & Vallejo Medina, P. (2016). *Adaptation, Validation, Reliability and Factorial Equivalence of the Rosenberg Self-Esteem Scale in Colombian and Spanish Population*. Madrid: Universidad Complutense de Madrid and Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.
- Hernandes Sampieri, R., Fernandez Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. Mexico D.F.: McGRAW-HILL.

- Hinostroza Ballon, A. J. (2010). Autoestima materna y calidad de la relación de pareja en madres de nivel socioeconómico medio-alto de Lima Metropolitana. *PPontificia Universidad Catolica del Peru*.
- Jubeto Ruiz, Y., & Larrañaga Serriegi, M. (2014). El Desarrollo Humano Local desde la equidad de genero: Un proceso en construcción. *Hegoa*.
- Navarro Suanes, M. (2009). Autoconocimiento y Autoestima. *Temas para la educación*.
- Ordaz Leal, K. M., & Bennet Vidales, M. (2019). 1. Integración De La Terapia Cognitivo Conductual Y Terapia Centrada En Soluciones En Un Taller Para El Aumento De La Autoestima Y Asertividad. *Revista Electronica de Psicologia Iztacala*.
- Panesso]Giraldo, K., & Arango Holguin, M. J. (2017). La Autoestima, proceso humano. *Psyconex*.
- Papalia, D., & Martorell, G. (2017). *Desarrollo Humano*. Mexico D.F.: Mc Graw-Hill.
- Perez Villalobos, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito. *Alternativas Psicologicas*.
- Plazas Ramirez, B. P., & Rovida Aragon, A. (2001). Autoestima y Liderazgo en Madres Comunitarias. *Universidad de la Sabana*.
- Prevert, A., Navarro, O., & Bogolska , E. (2012). La discriminación social desde una perspectiva psicológica. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*.
- Quispe Castañeda, J. A. (2019). 1. *Autoestima En Madres Gestantes Atendidas En El Centro De Salud Catalina Huanca, Lima, 2019*. Chimbote: ULADECH Catolica.
- Ramos Range, Y., & Borges Caballero, D. (2016). Autoestima global y autoestima materna en madres adolescentes. *Revista Cubana de Medicina Integral*.

- Ramos Range, Y., & Borges Caballero, D. (2016). Autoestima global y autoestima materna en madres adolescentes. *Revista Cubana de Medicina General Integral*.
- Raznoszczyk , C., Lapidus, A., Vardy, I., Leonardelli, E., Silver, R., Umansky Eleonora, . . . Zucchi, A. (2005). STUDY OF EMOTIONAL EXPRESSIVITY AND AFFECTIVE REGULATION IN MOTHER-INFANT DYADS. *Anuario de Investigaciones*.
- Rey Cordoba, N., & Velázquez Fernandez, A. R. (2019). Las variables de investigacion. *San Martin de Porres*.
- Rosales, M. (2017). El Desarrollo Human: Una Propuesta para su Medición. *Aldea Mundo*.
- Sahuí, A. (2014). La igualdad en el discurso del desarrollo humano. *Andamios. Revista de investigación social*.
- Sociedad Venezolana de Puericultura y Pediatría. (2011). Lactancia Materna en el siglo XXI. *Archivos Venezolanos de Puericultura y Pediatría*.
- Sordo ruiz, T. (2017). Violencias en contra de las mujeres en base al género en el estado mexicano. Un análisis interseccional. *Universidad Autonoma de Madrid*.
- van Scheppingen, M. D. (2018). Self-esteem and relationship satisfaction during the transition to motherhood. *Journal of Personality and Social Psychology. Personality and Social Psychology*.
- Varela , N. (2008). *Feminismo para prncipiantes*. Barcelona: Ediciones B, S, A.

Anexos

9.1. Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Investigadoras a cargo: Ingrid Johanna Ibarra, Karen Lorena Castellanos
Correos: iibarrarive@uniminuto.edu.co, kcastella13@uniminuto.edu.co

Has sido invitada a participar en el proyecto de investigación “Una perspectiva interseccional del rol materno como aporte para el fortalecimiento del desarrollo humano y autoestima con las madres del programa Gestar Paz de la Fundación Nutrydar 2022”, la presente investigación hace parte del trabajo de grado vinculado a la Corporación Universitaria Minuto de Dios, Centro Regional Soacha.

Para su desarrollo, se emplea una ficha de datos sociodemográficos, una entrevista semiestructurada sobre autoestima en mujeres madres de la fundación Nutrydar, la cual requiere ser grabada por medio de audio, instrumento de autoestima en mujeres madres de la fundación Nutrydar y la escala de autoestima de Rosemberg.

Fuiste seleccionada como participante porque consideramos importante tu experiencia como mujer y como madre. Te invitamos a leer este documento en dónde se aclara que eres libre de hacer las preguntas necesarias antes de hacer parte de esta investigación, Si decides participar, también tienes la oportunidad de desistir del proceso sin que esto represente algún tipo de afectación.

Los documentos contestados serán confidenciales y privados. En el caso de que los resultados de la investigación sean publicados, no se incluirá ninguna información de identificación personal.

Acuerdo del participante

He leído la información proporcionada previamente. Voluntariamente acepto participar en esta investigación. En constancia, firmo este documento de consentimiento informado

Nombre _____ Firma _____

Cedula de Ciudadanía #: _____ De:

9.2. Cuestionario de Autoestima en Mujeres Madres de la Fundación Nutrydar

MANUAL

FICHA TÉCNICA

Nombre de la prueba	<p>Autoestima en mujeres madres de la Fundación Nutrydar</p> <p>El objetivo del presente instrumento consiste en una serie de preguntas orientadas a identificar el nivel de autoconcepto y autoestima desde la Psicología de Nathaniel Branden.</p> <p>Desde la práctica de vivir conscientemente, se elaboraron preguntas orientadas a la salud física y emocional, así como al reconocimiento de fortalezas y debilidades, las últimas preguntas se enfocaron desde el rol de mujeres y madres.</p> <p>Desde la práctica de la aceptación de sí mismo, se diseñaron preguntas orientadas al reconocimiento de conductas fallidas y aceptación física.</p>
Autor	Ingrid Johanna Ibarra, Karen Lorena Castellanos Rodríguez
Enumeración de los materiales	<p>- Hoja con 12 preguntas tipo Likert</p> <p>-Hoja con 8 preguntas abiertas</p> <p>Todas las anteriores, clasificadas de la siguiente manera:</p> <ul style="list-style-type: none">- 1. La práctica de vivir conscientemente- 2. La práctica de aceptación de sí misma.- Enunciados explicativos que explican el tema de las preguntas
Tiempo estimado de aplicación	Entre 20 - 30 minutos

Número de preguntas	20 preguntas.
Objeto para estudiar	<p>La autoestima a partir de las dos primeras dimensiones de la autoestima según Nathaniel Branden (1995)</p> <p>La práctica de vivir conscientemente o autoconocimiento</p> <p>La práctica de aceptación de sí mismo o autoaceptación.</p>
Población objetivo	20 Mujeres madres de 18 a 38 años de la Fundación Nutrydar
Descripción del instrumento	<p>El cuestionario cuenta con preguntas mixtas, en donde 12 preguntas son tipo Likert, y consisten en dar varias opciones de respuesta de acuerdo a un grado de intensidad o aceptación.</p> <p>la forma de calificación consiste en dar un valor numérico a cada opción de respuesta, es importante tener presente que de acuerdo con Hernandez y Sampieri “Las afirmaciones pueden tener dirección: Favorable o positiva y desfavorable o negativa” (2014)</p> <p>La puntuación se obtiene luego de sumar los valores asignados a cada opción de respuesta, de donde se pueden obtener puntuaciones favorables o desfavorables.</p> <p>Por otro lado, las preguntas tipo Likert, van acompañadas de 8 preguntas abiertas, con el fin de obtener información más detallada.</p>

Cuestionario de Autoestima en mujeres madres de la fundación Nutrydar

Nombres y apellidos completos:			
Edad	_____Años	Estrato socio económico:	1
Nacionalidad:	Colombiana		2
	Venezolana		3
	Otro:		
Ocupación:	Estudiante	Nivel académico:	Primaria
	Ama de casa		Bachillerato
	Empleada		Técnico
	Emprendedora		Tecnólogo
	Otra		Universitario
			Otro:
Cual:		Cual:	
1 Me preocupo por el cuidado de mi salud física (Es decir el bienestar de mi cuerpo, con cuidados nutricionales, ejercicio y controles médicos)			
	Siempre		
	La mayoría de veces sí		
	Algunas veces sí, algunas veces no		
	La mayoría de veces no		
	Nunca		
Describe brevemente tu respuesta			
2 ¿Con qué frecuencia logras controlar tu emoción?			
	Siempre		
	La mayoría de veces sí		
	Algunas veces sí, algunas veces no		
	La mayoría de veces no		
	Nunca		
Describe brevemente tu respuesta			
¿Qué son las fortalezas y debilidades?			
<p>LAS FORTALEZAS son cualidades o actitudes que se destacan o sobresalen de nuestra forma de ser, actuar o pensar; estas fortalezas, nos hacen sobresalir entre los demás, o gracias a ellas, hemos favorecido nuestro bienestar, tomamos buenas decisiones o nos relacionamos de forma positiva con los demás.</p>			
<p>LAS DEBILIDADES son características de nuestra personalidad, que nos desfavorecen a la hora de actuar, puede ser al momento de cuidar de nosotras mismas, a la hora de tomar una decisión o en el momento en que nos relacionamos con los demás.</p>			

3.Considero que como mujer puedo mejorar	
	Totalmente de acuerdo
	De acuerdo
	Neutral
	En desacuerdo
	Totalmente en desacuerdo
Describe brevemente tu respuesta	
La práctica de la aceptación de sí misma	
Puede pasar que en ocasiones tengamos pensamientos negativos de nosotras mismas, posiblemente por que actuamos de una forma que creemos que es incorrecta, porque no fue aceptada por los demás o por que no obtuvimos el resultado esperado.	
4 Soy una persona que enfrenta todo tipo de situaciones?	
	Siempre
	La mayoría de veces sí
	algunas veces sí, algunas veces no
	La mayoría de veces no
	Nunca
Describe brevemente tu respuesta	
5. Soy capaz de aceptar mis equivocaciones.	
	Siempre
	La mayoría de veces sí
	algunas veces sí, algunas veces no
	La mayoría de veces no
	Nunca
Describe brevemente tu respuesta	
6. Me propongo ser mejor cada día	
	Siempre
	La mayoría de veces sí
	algunas veces sí, algunas veces no
	La mayoría de veces no
	Nunca
Describe brevemente tu respuesta	

7. Tengo hábitos que no son sanos para mi vida	
	Siempre
	La mayoría de veces sí
	algunas veces sí, algunas veces no
	La mayoría de veces no
	Nunca
Describe brevemente tu respuesta	
8. Con relación a mi apariencia física, me siento	
	Muy bonita
	Bonita
	Neutral
	No me siento bonita
	Para nada me siento bonita
Describe brevemente tu respuesta	
Con relación a la práctica de aceptación de sí misma...	
Nuestra apariencia física depende de la constitución genética, de nuestros hábitos de alimentación, de el/los embarazos que hemos tenido y de nuestros estilos de vida como el ejercicio, entonces...	
9. Intento mejorar mis hábitos de vida por unos más saludables	
	Siempre
	La mayoría de veces sí
	algunas veces sí, algunas veces no
	La mayoría de veces no
	Nunca
Describe brevemente tu respuesta	
10. Cuando me miro en el espejo me siento	
	Muy bonita
	Bonita
	Neutral
	No me siento bonita
	Para nada me siento bonita
Describe brevemente tu respuesta	

11. Acepto y amo lo que veo al mirarme al espejo	
	Siempre
	La mayoría de veces sí
	algunas veces sí, algunas veces no
	La mayoría de veces no
	Nunca
Describe brevemente tu respuesta	
12. ¿Con qué frecuencia me arreglo, me maquillo o hago lo posible para mejorar mi apariencia?	
	Todos los días
	Casi todos los días
	Unos días si, Unos días no.
	Casi ningún día
	Ningún día
Describe brevemente tu respuesta	
13. Describe cómo manejas tu salud física.	
14. Describe cómo manejas tu salud física.	
15. Escribe todas tus fortalezas como mujer	
16. Escribe todas tus debilidades como mujer	
17. Escribe todas tus fortalezas madre	
18. Escribe todas tus debilidades como madre	

19. Escribe por qué crees que podrías o no mejorar como mujer

20. Describe cuales son los hábitos que no crees sanos para tu vida

¡¡Muchas gracias por participar!! sí deseas, puedes dejarnos un comentario.

9.3. Entrevista semiestructurada sobre autoestima en Mujeres Madres de la Fundación

Nutrydar

**MANUAL
FICHA TÉCNICA**

Nombre de la prueba	<p>Entrevista semiestructurada sobre autoestima en mujeres madres de la fundación Nutrydar</p> <p>La presente entrevista consiste en una serie de preguntas abiertas, orientadas a la recolección de narrativas sobre el rol de madre. El objetivo de esta, es comprender desde una perspectiva interseccional, la visión de las mujeres madres, entre el rol materno y la autoestima dentro de su proyecto de vida, desde las siguientes categorías de análisis:</p> <ul style="list-style-type: none">- Rol materno y estereotipos- Mujer y mujer madre- Desarrollo humano: Autoconcepto y Autoestima desde la visión del proyecto de vida.- Enfoque de género y discriminación interseccional
Autor	<p>Ingrid Johanna Ibarra Rivera, Karen Lorena Castellanos Rodriguez</p>
Enumeración de los materiales	<p>Hoja con un total de 25 preguntas abiertas</p> <p>Poster de sentimientos y emociones</p> <p>Poster de glosario</p>
Tiempo estimado de aplicación	<p>Aproximadamente 1 Hora</p>
Número de preguntas	<p>25 preguntas.</p>
Objeto para estudiar	<p>Comprender la visión sobre autoestima desde una perspectiva interseccional, por parte de las madres de la fundación Nutrydar, formulando preguntas abiertas orientadas a categorías de análisis como como rol materno y estereotipos; mujer y mujer madre; desarrollo humano desde los conceptos</p>

	de autoestima, autoconcepto y proyecto de vida; enfoque de género y discriminación interseccional.
Población objetivo	Mujeres madres de 18 a 38 años de la Fundación Nutrydar
Descripción del instrumento	<p>Entrevista grupal semiestructurada, con 25 preguntas abiertas orientadas a la recolección de narrativas sobre el rol de madre desde las siguientes categorías de análisis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rol materno y estereotipos: La entrevista parte de preguntas orientadas al rol de la maternidad y los posibles estereotipos o concepciones de la misma, con el fin de identificarlos, partiendo de su verbalización. - Mujer y mujer madre: Luego, se aborda ésta categoría con el fin de identificar la forma en que las madres relacionan los dos roles. - Desarrollo humano: Seguido, se aborda el Autoconcepto y Autoestima, los cuales fundamentan la construcción del proyecto de vida. - Enfoque de género y discriminación interseccional: Finalmente, se formulan pregunta con enfoque de genero con la finalidad de evocar posibles situaciones de discriminación e identificar su interseccionalidad. <p>La creación y aplicación del instrumento, nace de la necesidad de comprender desde una perspectiva interseccional, la visión de las mujeres madres, entre el rol materno y la autoestima dentro de su proyecto de vida, las preguntas serán aplicadas en grupos de tres a cuatro madres.</p> <p>Este diseño de entrevista, va acompañado del cuestionario de Autoestima, por medio del cual se hará recolección de datos sociodemográficos con preguntas orientadas a la autoconciencia y autoaceptación.</p>

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS:

Ver Cuestionario Autoestima en mujeres Madres de la Fundación Nutrydar:
<https://forms.gle/9RpTXE3y6Sc8u62y5>

<i>1. Rol Materno y Estereotipos</i>

<p>Antes de comenzar el proceso de entrevista, se explica a las madres, que todo tipo de respuesta es válida así como lo son, los sentimientos y las emociones, ya que hacen parte de nosotros como seres humanos.</p>
<p>1. Antes de ser madre ¿de qué manera percibías la maternidad?</p>
<p>2. Y ahora que eres madre ¿cómo interpretas la maternidad?</p>
<p>3. ¿Cómo crees que el hecho de ser madre cambia o construye tu historia de vida?</p>
<p>4. ¿Cuáles son las emociones y sentimientos que más has sentido durante la maternidad? (se presenta una imagen con las emociones y con los sentimientos.)</p>
<p>5. ¿Cuáles son tus cualidades como mujer? ¿Quién es _____?</p>
<p>6. ¿Qué opinas de ti como mujer? (se explica que es importante reconocer que antes de ser madres, eran mujeres con gustos y necesidades independientes a sus hijos y esposo)</p>
<p>7. ¿Qué opinas de ti como madre?</p>
<p style="text-align: center;"><i>2. Mujer / Mujer Madre</i></p>
<p>8. ¿qué experiencias has tenido como madre?</p>
<p>9. ¿cómo te ves en el futuro? (madre, estudiante, profesional, emprendedora, otras)</p>
<p>10. ¿Cómo relacionas tu rol de mujer con el rol de madre?</p>
<p>11. ¿Qué planes tienes dentro de tu proyecto de vida a corto plazo?</p>
<p style="text-align: center;"><i>3. Desarrollo humano: Autoconcepto y Autoestima (proyecto de vida)</i></p>
<p>Se pregunta por actividades que no hacen desde que son madres comprendiendo que el rol de madre requiere de tiempo y energía.</p>
<p>12. ¿Consideras que desde que eres madre han cambiado tus prioridades? ¿Por qué?</p>
<p>13. ¿cambió tu estilo de vida? Si, la respuesta es afirmativa ¿de qué manera?</p>
<p>14. ¿cómo te has sentido con esos cambios?</p>

<p>15. ¿te gustaría retomar alguno de esas actividades?</p> <p>(Complementar con formulario de autoestima) https://forms.gle/9RpTXE3y6Sc8u62y5</p>
<p><i>4. Enfoque de género y discriminación interseccional</i></p>
<p>16. ¿Qué crees que es el género?</p> <p>El género es... (ver el glosario)</p>
<p>17. ¿Qué entiendes por discriminación de género?</p> <p>La discriminación es... (ver el glosario)</p>
<p>18. ¿Cuáles actos o eventos discriminatorios has evidenciado?</p> <p>Explicar si ha habido situaciones en donde hayan sentido rechazo por ser mujeres...</p>
<p>19. ¿Qué crees que es ser mujer?</p>
<p>20. ¿Cuál es el estereotipo social o cultural que has notado sobre el ser mujer?</p> <p>Estereotipo es... (ver el glosario)</p>
<p>21. ¿Qué te gustaría cambiar de los estereotipos de género?</p>
<p>22. ¿De dónde crees que viene la idea de que las mujeres se dediquen al hogar y a la crianza y los hombres al trabajo?</p> <p>Se explica la intención de la pregunta.</p>
<p>De acuerdo con la respuesta de las anteriores preguntas:</p> <p>23. ¿Cuáles ventajas o desventajas crees tener con relación a los hombres?</p>
<p>24. ¿Qué tipo de observaciones has recibido sobre tu maternidad?</p>
<p>25. ¿Cómo manejas las opiniones de los demás frente a tu maternidad?</p>

AUTOESTIMA

Amor y cuidado por sí mismo.

SEXO

Hombre o Mujer

SEXO

Es biológico

Función de reproducción

Diferencias orgánicas

No cambia

Depende de los cromosomas

Se transmite genéticamente

GÉNERO

Es cultural

Función de organización social

Desigualdad

La identidad de género puede cambiar con el desarrollo personal

Depende de la cultura y la sociedad

Se transmite socialmente

ESTEREOTIPO

Es la idea que nosotros tenemos sobre las cosas, esta idea está influida por lo que nos enseñaron o aprendimos de la sociedad.

DISCRIMINACIÓN

Rechazo a una persona por la raza, por ser hombre o mujer, por la nacionalidad, por la religión, por el estrato socioeconómico, por el pensamiento político.

MACHISMO

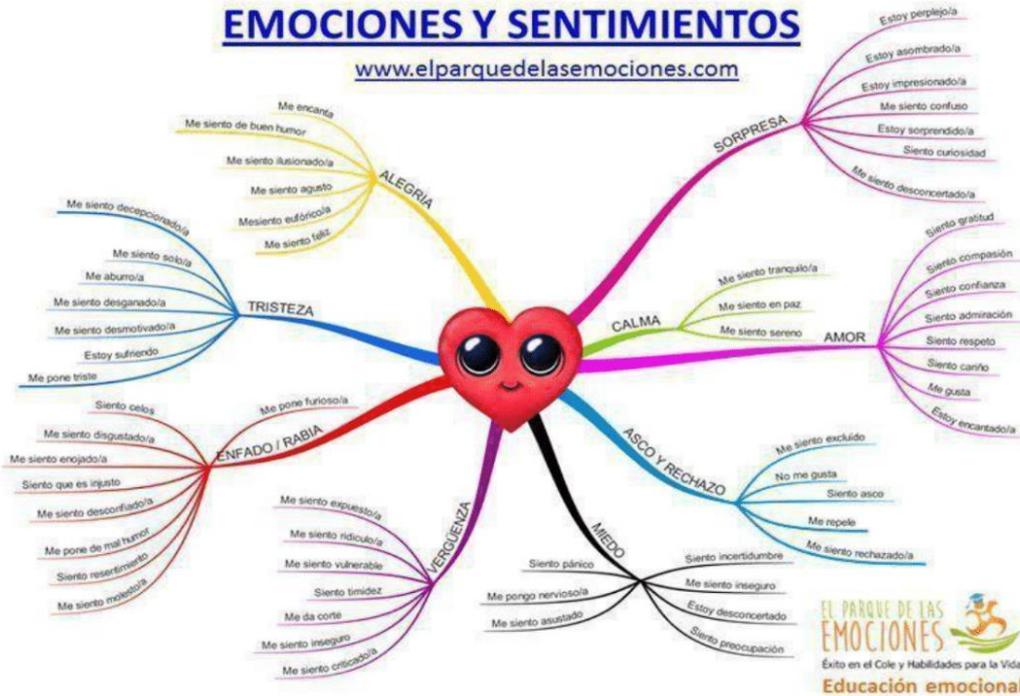
Manera de pensar de quien sostiene que el hombre es por naturaleza superior a la mujer

CULTURA

Tradiciones y costumbres que se caracterizan en un pueblo, ciudad o país

EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

www.elparquedelasemociones.com



EL PARQUE DE LAS EMOCIONES
Éxito en el Cole y Habilidades para la Vida
Educación emocional

9.4. Recolección y Análisis de Datos

Instrumento	Categorías	Base teórica	Subcategorías	Base teórica	Categorías emergentes	Base teórica	Resultados	Análisis
Rosenberg	Autoestima	enberg et al., 1995). La	Autoconcepto	e define como la forma	-	-	aja, por lo cual se deduce que a excepcio	toestima baja, por lo cual se dedu
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoconciencia	a las faltas que se com	-	-	estar bien físicamente para mí y para no er	
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoconciencia	po y organismo, la conc	-	-	son migo mismas. En donde hacen de us	mismas. En donde hacen de
Entrevista Semi	Autoestima	visión de las mujeres	Autoaceptación	a las faltas que se com	-	-	os se sienten lo más lindo, pero uno ya se	luego de convertirse en madre
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoconciencia	po y organismo, la conc	-	-	son migo mismas. En donde hacen de us	mismas. En donde hacen de
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoaceptación	a las faltas que se com	-	-	largo lo he hecho y lo acepto por muy dif	sona afectada, pese ser muy difíc
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Mujer	s; de acuerdo con ésta	-	-	Claro que si nada es imposible	
Entrevista Semi	Autoestima	visión de las mujeres	Autoconciencia	po y organismo, la conc	-	-	estar bien físicamente para mí y para no er	
Entrevista Semi	Mujer	s; de acuerdo con ésta	Mujer	s; de acuerdo con ésta	-	-	todas las veces se hace es en la casa y e	
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoaceptación	a las faltas que se com	-	-	Claro que si por que si se puede lograr	metas, corrición de fallas, aprend
Entrevista Semi	Mujer	s; de acuerdo con ésta	Madre	s maternos, sosteniend	-	-	La maternidad es muy bonita a pesar de t	
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoaceptación	a las faltas que se com	-	-	Nada como ser tan sencilla y humilde	modas, por tanto, coincide con la
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoconciencia	po y organismo, la conc	-	-	No tengo malos hábitos en mi vida	mencionan hacer cosas no tan b
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoaceptación	a las faltas que se com	-	-	me hizo así y hay que aceptarme tal y com	bonitas y sola una cree que los ef
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoaceptación	a las faltas que se com	-	-	En casos especiales	
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoaceptación	a las faltas que se com	-	-	Muy natural	
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoconciencia	a las faltas que se com	-	-	Con buena alimentación	
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoconciencia	a las faltas que se com	-	-	Seguir adelante y sobr todo por mis hijos	
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoaceptación	a las faltas que se com	-	-	os negativa, sonreir mas y arreglarme com	niado, indecisa, pereza, arroganc
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoaceptación	a las faltas que se com	-	-	rque puedo y por que si se puede lograr t	
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoaceptación	a las faltas que se com	-	-	Con buena alimentación	per ejercicio y consumir alimentos
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoconciencia	po y organismo, la conc	-	-	no hacer ejercicio, no tener aseguramier	tener horarios establecidos par
Branden	Autoestima	y a ser felices; sentim	Autoconciencia	po y organismo, la conc	-	-	do siempre he sido muy relajada respect	para sus hijos, lo cual para mucl
Entrevista Semi	Genero	«masculino» no son he	«masculino» no son he	Estereotipos	semejantes a los preju			
Entrevista Semi	Discriminación	portamiento negativo	Interseccionalidad	que hay más de dos fac	Xenofobia	contra las personas aje	discriminan mucho cuando vamos arrendar"	
Entrevista Semi	Discriminación	portamiento negativo	Interseccionalidad	que hay más de dos fac	Violencia economica	o patrimonial, es la ac	estar con mis hijos, se lo juro que sí, yo n	
Entrevista Semi	Discriminación	portamiento negativo	Interseccionalidad	que hay más de dos fac	Violencia de Genero	a de género quedó def	a nosotras" "no me puedo quejar, pero le	
Entrevista Semi	Discriminación	portamiento negativo	Interseccionalidad	que hay más de dos fac	El parto	curre al final del embara		
Entrevista Semi	Discriminación	portamiento negativo	Interseccionalidad	que hay más de dos fac	La lactancia	nadas: les proporciona	no le dicen puede sentir dolor con la le	
Entrevista Semi	Discriminación	portamiento negativo	Interseccionalidad	que hay más de dos fac	El numero de hijos	que hay más de dos fac	cos letreros de que no se aceptan venezola	
Entrevista Semi	Discriminación	portamiento negativo	Interseccionalidad	que hay más de dos fac	El trabajo	jado que históricamente		
--	-	-	-	-	Crianza compartida	género si bien se pued		
Branden	Discriminación	portamiento negativo	Interseccionalidad	que hay más de dos fac	Xenofobia	contra las personas aje		es decir que la mayor parte de las
Branden	Discriminación	portamiento negativo	Interseccionalidad	que hay más de dos fac				res desempleadas tienden a tener
Branden	Discriminación	portamiento negativo	Interseccionalidad	que hay más de dos fac				ados que engloban un antes y un

Recolección y Análisis de Datos