



EL PODER DE LA IMAGEN

Una aproximación
a la salud emocional
de adolescentes
a través de la fotografía

Araya-Tessini, M., A., Arias-Schreiber Muñoz, A.,
Anigstein, M. S., Jacques-Aviñó, C.



El poder de la imagen

Una aproximación a la salud emocional
de adolescentes a través de la fotografía

Araya-Tessini, M., A., Arias-Schreiber Muñoz, A.,
Anigstein, M. S., Jacques-Aviñó, C.



Equipo de investigación

Constanza Jacques Aviñó

(coordinadora)
Fundació Institut Universitari per a la recerca a l'Atenció Primària de Salut Jordi Gol i Gurina (IDIAPJGol), Barcelona, España.
cjacques@idiapjgol.info

Alicia Arias-Schreiber Muñoz

Departamento de Atención Primaria y Salud Familiar, Universidad de Chile, Santiago de Chile.
aariasschreiber@uchile.cl

María Sol Anigstein Vidal

Escuela de Salud Pública y Departamento de Antropología, Universidad de Chile, Santiago de Chile.
msanigste@uchile.cl

Matías Araya Tessini

Departamento de Antropología, Universidad de Chile, Santiago de Chile.

Nina Salvador San Martín

Realizadora audiovisual independiente, Santiago de Chile.

Pablo Alvarado Alviña

Universidad Abierta de Recoleta, Santiago de Chile.

Jorge Ribet Barahona

Universidad Abierta de Recoleta, Santiago de Chile.

Universidad Abierta de Recoleta

<https://www.uar.cl/>
info@uar.cl

Cita recomendada

Araya-Tessini, M., A., Arias-Schreiber Muñoz, A., Anigstein, M. S., Jacques-Aviñó, C. (2023). El Poder de la Imagen. Una aproximación a la salud emocional de adolescentes a través de la fotografía. Departamento De Atención Primaria y Salud Familiar, Universidad de Chile.

I. Introducción

Este fotolibro¹ recoge la experiencia de un fotovoz realizado sobre la salud emocional de 11 adolescentes identificadas la mayoría como mujeres y otras como no binarias. El contacto y el trabajo de campo se realizó en el Liceo Paula Jaraquemada, una escuela pública de mujeres ubicada en la comuna² de Recoleta, zona centro-norte de la ciudad de Santiago de Chile.

El desarrollo de este estudio se enmarca dentro de un proyecto internacional sobre el impacto de la sindemia de la COVID-19 que se realiza en España (coordinado por el IDIAPJGol) y otros países de Latinoamérica, representados por instituciones académicas como FIOCRUZ Brasília, Brasil; la Escuela de Salud Pública Dr. Salvador Allende de la Universidad de Chile; el Instituto de Salud Pública de la Universidad Católica del Ecuador; la Universidad Peruana Cayetano Heredia; y la Universidad Veracruzana de México.

Entre los resultados de este proyecto internacional se observó que las mujeres, las personas procedentes de barrios socioeconómicamente más desfavorecidos y la población joven han tenido más problemas en salud mental y malestar emocional tanto en España como en Latinoamérica (Jacques-Aviñó, 2020; Salas-Quijada et. al, 2023). Es decir, las medidas implementadas para contener y controlar la COVID-19 tuvieron un impacto desigual, agudizando determinadas inequidades existentes antes de esta crisis sanitaria y social (Salas-Quijada et. al, 2023).

© Araya-Tessini, M., A., Arias-Schreiber Muñoz, A., Anigstein, M. S., Jacques-Aviñó, C. / 1ª edición impresa en papel por Palabra Editorial noviembre de 2023 en Santiago de Chile. Edición y diseño: Eugenia Prado Bassi / ISBN: 978-956-6085-35-5

1 En este estudio participaron personas con diversas identidades de género, sin embargo, se referirá a las adolescentes participantes por pronombre femenino, en tanto mencionaron indiferencia ante el pronombre a utilizar y con fines de facilitar la lectura del fotolibro”.

2 Las comunas corresponden a la unidad básica de la administración del Estado de Chile, poseen un territorio definido y corresponden a áreas urbanas, rurales o mixtas.

Por este motivo se propuso realizar este estudio exploratorio en una población de mujeres adolescentes de una comuna de Santiago de Chile. Se seleccionó Recoleta, ya que es un barrio que se caracteriza por su contexto intercultural y por ser un territorio con las rentas más bajas de la ciudad (Casen, 2017). También, se ha considerado esencial realizar esta investigación considerando el punto de vista de las personas participantes; es así, que este proyecto ha tenido por objetivo explorar a través de la representación visual las experiencias relacionadas con la salud emocional y el bienestar en un grupo de adolescentes de Recoleta, como estrategia de empoderamiento y orientación de políticas de salud³.

3 Este proyecto fue aprobado por el Comité de Ética de la Facultad de Ciencias Sociales con el número N° 45-60/2022.

II. Metodología

Fotovoz

El fotovoz plantea que las personas son capaces de transformar su realidad mediante la experiencia, la participación y la acción valiéndose de la fotografía, que ellas mismas realizan, fomentando así el diálogo crítico. Este método ha demostrado contribuir al compromiso y al empoderamiento de la población y generar también un impacto social, empezando por la estimulación de la conciencia crítica y la comprensión de las necesidades y recursos de la comunidad hasta la acción colectiva (Wang y Burris, 1997).

Además de poner en un lugar central la perspectiva de las propias personas, el fotovoz permite que los/as investigadores/as describan contextos generalmente inaccesibles y perciban el mundo desde una mirada diferente. La flexibilidad de este método facilita que esta se adecúe a diferentes objetivos de investigación, grupos y comunidades, y redefinir el diseño durante el trabajo de campo. La adherencia a la investigación es otra de las fortalezas descritas de este método, dada la capacidad para motivar a la población al promover la participación y el uso de las cámaras (Wang y Burris, 1997; Catalani y Minkler, 2010).

Desde el campo de la salud pública, el fotovoz ha mostrado beneficios para la comunidad, como el hecho de estimular conversaciones abiertas y honestas entre las personas y fortalecer las redes entre diferentes colectivos (Catalani y Minkler, 2010). La forma de acción colectiva más común derivada de un fotovoz es mediante la organización de exposiciones fotográficas para alcanzar a un público más amplio. Entre la población joven, también es común la creación de posters con las imágenes tomadas como forma de protesta o la redacción de cartas dirigidas a actores clave (Catalani y Minkler, 2010). Además, algunos estudios de fotovoz han reportado cambios transformadores a nivel local, inducidos por la acción colectiva, como son la aprobación de una ley estatal de estacionamiento más accesible (Newman, 2010) o la renovación de un parque y la mejora de la oferta de alimentación saludable en varias comunidades (Kramer et al., 2010).

Por esta razón, este proyecto contempló la producción de un video y este fotolibro como uno de los productos a desarrollar, a través del que se expone la visión de un grupo de adolescentes sobre la situación de su salud emocional en un contexto de post confinamiento y disminución de las medidas de restricción social para el control de la COVID-19.



Video “El poder de la imagen (Investigación Acción Participativa)”.

La crisis sociosanitaria por la COVID-19 tuvo como consecuencia el retroceso de medidas de inclusión de grupos invisibilizados por las instituciones, como son los y las adolescentes y las personas migrantes. Es importante destacar que durante este período los establecimientos escolares limitaron las clases presenciales durante dos años, debido a una medida excepcional adoptada por el Estado chileno. Según algunos estudios, este tipo de restricciones provocó un deterioro en la participación social (Retamal, 2020), calidad de vida y salud mental (Unicef, 2022; Ochoa-Fuentes et al., 2022) de la población adolescente. Además de la crisis sanitaria, Chile desde octubre del 2019 ha estado condicionado por importantes acontecimientos sociopolíticos que han puesto sobre el debate público una serie de demandas por los derechos sociales.

Con este fotolibro ponemos a disposición un material de difusión a la comunidad escolar, a las familias y profesionales de la salud y de la educación para visibilizar la importancia de la salud emocional en este periodo de la vida desde el punto de vista de quienes lo viven.

Contexto del proyecto: Liceo Paula Jaraquemada, Recoleta

El Liceo⁴ Paula Jaraquemada fue creado en el año 1902 bajo el nombre de Liceo de Niñas N.º4 y actualmente continúa siendo un establecimiento de enseñanza media⁵ pública exclusivamente para mujeres. Está ubicado en la zona norte de la ciudad de Santiago de Chile, específicamente en la comuna de Recoleta, que se caracteriza por ser un territorio multicultural desde tiempos de la colonia (Márquez y Truffello, 2013).

En la actualidad, Recoleta es una de las 10 comunas con mayor proporción de población migrada y diversidad étnica en Chile; el 16% de sus residentes son personas migrantes internacionales y otro 11% corresponde a personas pertenecientes a pueblos originarios (INE, 2017). Con relación a la población de estudio, en Recoleta residen 157.851 adolescentes, correspondiendo esta cifra al 21,7% de su población (INE, 2017), situándose de forma similar al contexto regional y nacional.

Durante los últimos años, la comuna ha desplegado numerosas iniciativas de inclusión a la vida social de las nuevas poblaciones migradas, involucrando entre otros al sector de la salud.

4 En Chile existen dos tipos de escuelas secundarias, liceos y colegios. Los liceos son instituciones públicas gratuitas o en ocasiones con un bajo costo subvencionado por el Estado. Los liceos imparten Enseñanza Media Técnico-Profesional (EMTP) y también Enseñanza Media Científico-Humanista (EMCH). Mientras que los colegios son generalmente instituciones privadas, particulares o particulares-subvencionados por el Estado, e imparten en su mayoría la Enseñanza Media Científico-Humanista (EMCH).

5 Educación Media se denomina al nivel de educación secundaria en Chile, que se imparte en los liceos y colegios. Está enfocada a estudiantes de 14 a 18 años. Primero medio corresponde al primer curso luego de haber finalizado la educación primaria en octavo año básico.



Frontis Liceo Paula Jaraquemada. Autoría: Constanza Jacques Aviñó.

III. La experiencia

La primera fase del proyecto de fotovoz se desarrolló durante la primera semana de diciembre de 2022, esto es, la última semana de clases del año escolar. Participaron del proceso once estudiantes de entre 14 y 15 años que cursaban el primer año de enseñanza media, provenientes de distintos países, entre ellos Chile, Perú, Ecuador, Bolivia y Venezuela, y con diversos tiempos de residencia en este territorio (Tabla 1). Las personas participantes ingresaron a primer año de enseñanza media durante el periodo escolar que se inició en marzo del 2022, después de dos años de suspensión de clases presenciales por las restricciones sanitarias implementadas en Chile a propósito de la crisis de la COVID-19.

Tabla 1.

Pseudónimos	Edad (años)	Comuna	Familia de origen
Niig	14	Recoleta	Peruana
YR	15	Independencia	Ecuatoriana
Belu	14	Independencia	Chilena
Nuri	14	Maipú	Chilena
Virgo	14	Independencia	Chilena
Massinnie	14	Independencia	Peruana
Aiko	14	Recoleta	Chilena
Jhalieta	14	Recoleta	Bolivia
Nazareth	15	La Cisterna	Venezuela
Yén	15	P.Aguirre C.	Chilena
Nana	15	Conchalí	Chilena

Personas participantes del fotovoz según pseudónimo, edad, comuna de residencia y país de origen de su familia.

Para las personas participantes, el retorno a las clases presenciales estuvo marcado por el paso abrupto de la enseñanza básica hacia la enseñanza media, lo que implicó enfrentarse a una nueva etapa de la escolaridad, en un colegio que además era nuevo para ellas, con compañeras desconocidas y con un mayor nivel de exigencia y responsabilidad respecto al rendimiento escolar.

Las sesiones de trabajo se llevaron a cabo principalmente en la biblioteca del establecimiento. Dimos inicio al trabajo con una dinámica de presentación individual en un semicírculo, en la que nos identificamos con nuestros nombres con una etiqueta autoadhesiva, y planteamos las siguientes tres preguntas de reconocimiento grupal: ¿cuál es mi nombre?; ¿cuál es mi pronombre?; ¿qué actividades/hobbies me gustan hacer? Esta dinámica permitió conocer que el grupo de adolescentes se identificaba con diversos géneros, siendo que en la mayoría de los casos sus pronombres fueron “ella”, seguido de “elle”, “él”, y otras a los cuales les fue indiferente el pronombre.

Posteriormente, discutimos a través de una lluvia de ideas qué entendemos por salud emocional, para esto nos referimos a las emociones básicas utilizando el marco del acrónimo MARTA (miedo, alegría, rabia, temor y amor)⁶ con el objetivo de incitar al debate. La discusión estuvo guiada por una concepción amplia de las emociones que buscó no clasificar ni diferenciar las emociones en negativas o positivas. Al finalizar la sesión, la encargada audiovisual impartió un taller de introducción a la fotografía, en donde abordó las principales técnicas y dio algunos consejos a las personas participantes para la toma de las fotos que traerían a la siguiente sesión. La instrucción para desarrollar el trabajo fue tomar fotografías sobre lugares, situaciones, personas o cosas que les hubieran ayudado a tener una buena salud emocional.

6 Si bien existen diferentes modelos tipológicos de las emociones en la teoría psicológica, se optó por el uso de MARTA únicamente por su facilidad pedagógica.

En las siguientes sesiones, cada una de las personas participantes trajo entre una y tres fotos, las cuales mostraron lugares, situaciones, personas o cosas que les habían ayudado a tener bienestar emocional. A continuación, nos dividimos en dos grupos, cada uno conformado por cinco/seis participantes y dos facilitadoras, en los cuales se presentaron las fotografías una por una, para luego realizar una discusión temática acerca de sus características y contenido a partir de la técnica de análisis SHOWED propuesta por Wang (1999):

S (See) ¿Qué ves aquí?

H (Happening) ¿Qué está pasando realmente?

O (Our lives) ¿Cómo se relaciona esto con nuestras vidas?

W (Why) ¿Por qué existe este problema?

E (Educate) ¿Podemos usar la foto para educar o transformar? ¿Por qué existe este problema o fortaleza?

D (Do) ¿Qué podemos hacer al respecto?

De esta discusión grupal surgieron diferentes temas y problemas asociados a las fotos de las personas participantes y su vínculo con su salud emocional, lo que sirvió para desarrollar una discusión colectiva junto a ellas acerca de su contenido. Esta fase permitió realizar un análisis en conjunto, identificar emociones y crear cohesión de grupo. Posteriormente, a través de un diálogo crítico, se clasificaron las imágenes en ámbitos temáticos que se vincularon entre sí. Una vez agrupadas las fotografías por temáticas, las personas participantes redactaron un escrito que expresaba su estado emocional respecto a los momentos que reflejan las imágenes.

IV. Las fotos y sus relatos¹

A continuación, se presentan las fotografías y relatos que emergieron durante las sesiones de trabajo. Estas fueron agrupadas en siete categorías temáticas creadas de forma colectiva entre las adolescentes y el equipo investigador, en función del contenido, las conexiones halladas entre las fotografías y lo que cada una de estas buscaba expresar sobre su bienestar emocional.

Cada fotografía cuenta con un título, autoría y una descripción del contexto en el que se tomó, escrita por cada participante. Al final de cada categoría, se incluye un relato que resume el contenido y el propósito general de la temática desde la perspectiva de una de las adolescentes.

El valor de la amistad

La amistad surgió como una categoría relacionada con el bienestar emocional. El encuentro y la compañía entre pares fueron comprendidos principalmente como experiencias de relax, entretenimiento y aventura. Las y los amigos –tanto dentro como fuera de la escuela– son vínculos significativos en la vida de las personas participantes. Aunque en el contexto de retorno a clases presenciales la construcción de nuevos lazos sociales estuvo relacionada inicialmente con sentimientos como la ansiedad por lo desconocido, se comentó que con el paso del tiempo establecer nuevas amistades a través del reconocimiento mutuo trajo satisfacción y espacios de comodidad.

¹ Los relatos escritos por las participantes se encuentran entre comillas, respetándose en cada uno la redacción original.

"Esta foto la tomé cuando estaba pasando un momento bonito con una amiga, estábamos charlando de la vida tiradas en el suelo mientras jugábamos con nuestras manos."



Foto N°1. Tranquilidad y cariño, Belu



Foto N°2. Mis amigas en el liceo, Nazareth

"En esta foto estoy con mis amigas jugando y tomándonos fotos, ellas me generan seguridad y comodidad. Son importantes porque nos apoyamos mutuamente en nuestros problemas y cómo nos sentimos emocionalmente."

"La amistad mostrada por los individuos para un corazón nuevo, reflejado en el árbol".



Foto N°3. Amistad en un corazón nuevo, Virgo

"La foto (Amistad en un corazón nuevo) representa un momento de amistad, tal vez un comienzo nuevo, feliz, representa alegría, compañía, relación, libertad, cariño, corazón, un momento de paz, risas, buenos recuerdos, energía, amor.

El recuerdo que tiene la foto, solo haber ido con mis amigos a sacar la foto al árbol para este taller y casi asaltarnos, trayéndome una sonrisa, y sintiendo dulzura otra vez en mí, dejando un momento oscuro de mi vida y renovando un corazón nuevo, y valioso". Virgo

Demandas colectivas

Las dos fotografías que componen el apartado de demandas colectivas hacen referencia a la participación en manifestaciones sociales, una en el contexto de la Marcha del Orgullo LGBTQIA+ y otra en una protesta estudiantil en Santiago de Chile.

Ambas experiencias expresaron la importancia de las colectividades en la búsqueda del bienestar emocional y desbordar las perspectivas individualistas para pensarse en comunidad, al reflejarse en el otro y sentirse parte de un grupo que tiene necesidades, búsquedas y luchas similares. En este ámbito fue especialmente relevante el compartir espacios e ideas comunes tradicionalmente estigmatizadas. Sensaciones como la libertad y el encuentro fueron clave.



Foto N°4. Mi libertad sin juicio, Nuri

"Yo saque esta foto porque ese día era y es muy importante para mi vida, estaba lleno de alegría y me sentía libre, estaba en un lugar donde me sentía seguro y sin ser juzgado".



"Si las marchas estudiantiles no existieran nada de lo que pasa dentro de los liceos cambiaría".

Foto N°5. Juntos por un bien mayor, Aiko

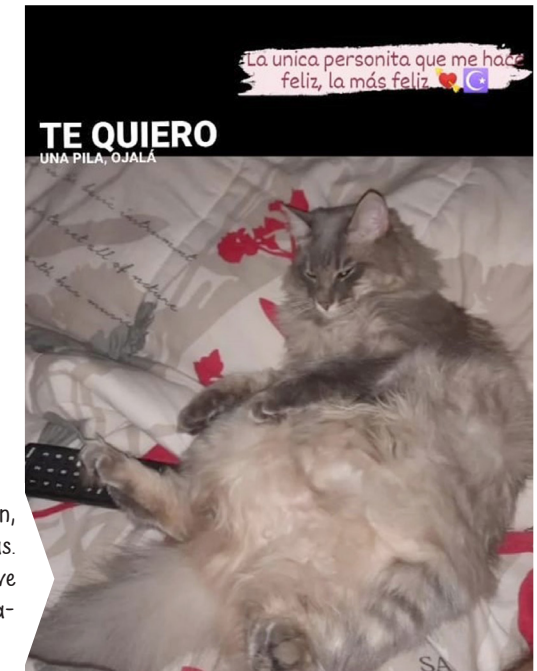
"Yo saqué esta foto (Mi libertad sin juicio) porque ese día era y es muy importante para mi vida, estaba lleno de alegría y me sentía libre.

Recuerdo ese día como si fuese ayer, el ambiente era distinto, como me sentía era distinto, me sentía seguro y apoyado por gente que no conocía y nunca en mi vida había visto, también compartir este sentimiento con mi mejor amiga de felicidad y aceptación, supongo que cuando tomas una foto es para tener ese recuerdo de cómo te sentía en ese momento." Nuri

Afectos en cuatro patas

Las relaciones con los animales de compañía surgieron espontáneamente como relaciones que generaban gran bienestar y compañía. Este vínculo afectivo con los animales está marcado por emociones como la tranquilidad, el juego, el cuidado mutuo y el cariño.

Las figuras de los gatos y perros en la vida diaria de las adolescentes aparecieron vinculadas con un tipo de amistad particular, una amistad incondicional que acompaña sobre todo en los momentos difíciles. Se aprecia especialmente que en esta relación no exista juicio social.



"Mi gata es mi compañía y entretenimiento, siempre que llego del liceo jugamos juntas. Cuando tardo en llegar a casa se vuelve muy cercana a mí, es como si me extrañara mucho".

Foto N°6. Mi gatita, Nazareth

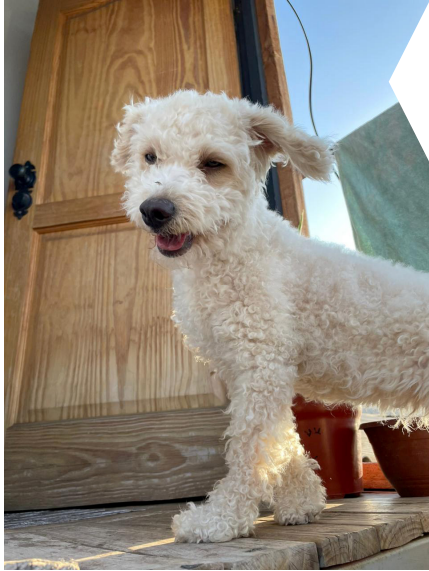


Foto N°7. Amor, paz y tranquilidad, Belu

"Esta foto, es de mi perrita Linda, la saqué para tener un recuerdo de ella ya que se que los perritos no duran para siempre, además en la fotografía se ve como le llega el sol y se ve muy linda".



Foto N°8. Compañía, Yén

"Tomé esta foto para tener un recuerdo de alguien que siempre me acompaña en los momentos malos y buenos de mi vida".

"Saqué esta foto de Linda, mi perrita, porque ella, aunque sea una mascota, para mí es como mi mejor amiga, me hace compañía y me hace sentirme tranquila al estar con ella. Le saqué esta foto a Linda porque sé que no me durará toda la vida, entonces la foto es como un recuerdo para mí para cuando ella ya no esté conmigo." *Belu*

Atesorando los recuerdos familiares

La familia surgió como uno de los aspectos de la vida más relevantes en el bienestar emocional de las adolescentes participantes. Las fotografías sobre todo se situaban en el recuerdo, tanto de personas significativas como de momentos excepcionales vividos con la familia, como paseos, vacaciones u otros eventos. Es decir, no se identificaron momentos cotidianos, sino aquellos que tuvieron que ver con el esparcimiento y el ocio.

"Esta foto la tomé en Melipilla en Chile, estaba haciendo un picnic con mi familia al aire libre, la estaba pasando muy bien, había chistes, risas, anécdotas, pero sobre todo Amor. Sentí que era necesario guardar ese momento tan especial en una fotografía así que tomé mi celular pero no le tome la foto a mi familia, si no que al paisaje, ese paisaje que me transmitía tanta paz y calidez, tome estas fotos para que cuando las viera pudiera recordar ese momento tan bonito y especial".

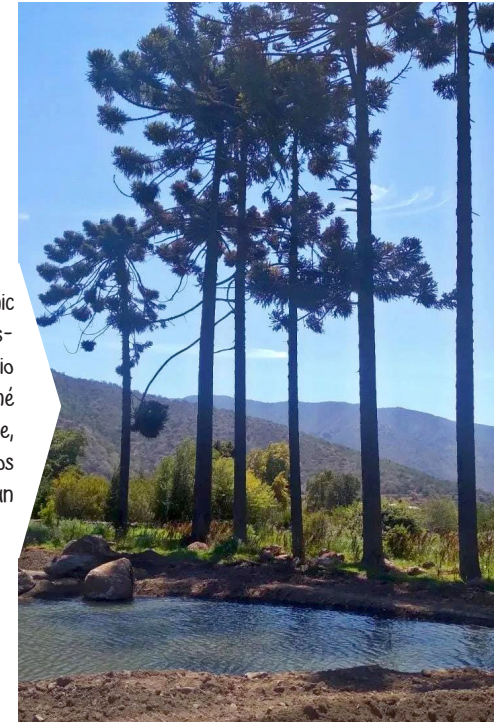


Foto N°9. Melipilla, lugar de paz y tranquilidad, Massinnie

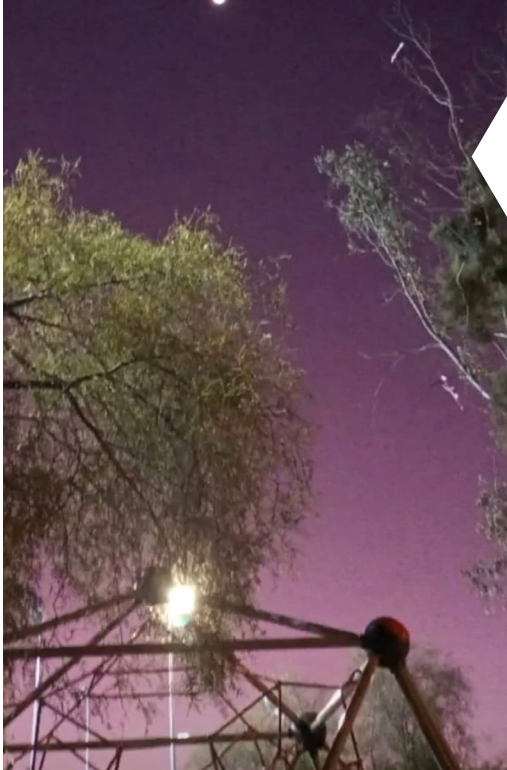


Foto N°10. Compañía, Yén

"Esta foto la tomé en la plaza que me recuerda a alguien que ya no está conmigo y la tomé hacia el cielo porque le gustaba la luna y siento que me acompaña desde ahí".

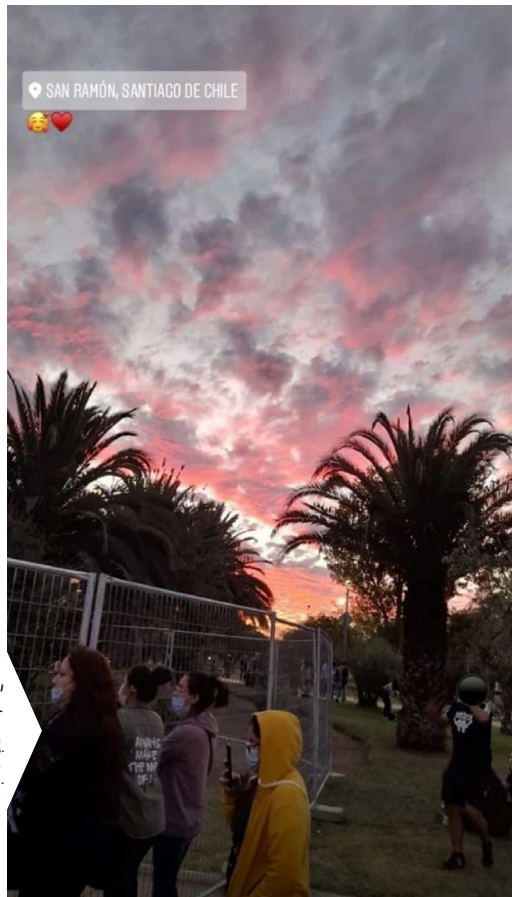


Foto N°11. En el concierto de Princesa Alba, Nazareth

"Esta foto me recuerda al concierto de Princesa Alba, me trae mucha felicidad porque fue mi primer concierto y además estuve acompañada de mi familia. Para mí rememora una nueva experiencia en la vida".



Foto N°12. Momentos en familia, YR

"Esta imagen me recuerda a un paseo inolvidable que compartí con personas que quiero y cada vez que la veo, siento que viajé a ese momento increíble que viví".



Foto N°13. Amor y Seguridad, YR

"Esta foto la escogí porque está mi abuela, que es un ser que me transmite paz, amor, alegría y me hace sentir bien ya que es la que siempre está a mi lado".

"En estas fotos lo que tienen en relación son momentos que pasamos en familia y capturamos en una imagen para que cuando lo miremos podamos recordar las risas y las personas con las que estábamos en ese momento, mi imagen la capturé en un lugar llamado Melipilla donde pasaba un momento en familia y estábamos haciendo un picnic, ese día lo pasé muy bien y quedará capturado en esta imagen para el resto de mi vida. En las demás imágenes también son de momentos con familiares o amigos." *Massinnie*

El liceo como un lugar seguro

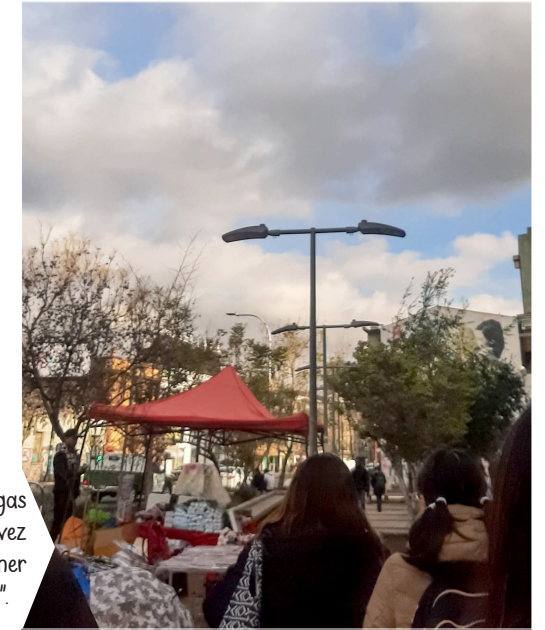
El Liceo Paula Jaraquemada fue significado a través de fotografías como un espacio de tranquilidad, seguridad y buena convivencia. El retorno a clases post pandemia generó, en muchas de las adolescentes, sentimientos de inseguridad, temor y ansiedad por lo desconocido y nuevo; sin embargo, el buen ambiente escolar que ellas percibieron fue fundamental para establecer lazos de amistad sentidos como sanos.

Se reconoció la importancia de los espacios de seguridad, recreación y esparcimiento, las áreas verdes, la relación con la comunidad educativa y el respeto por la diversidad (como proceder de diferentes países), como características que hacen del liceo un lugar que fomenta el bienestar emocional. Encontrarse en un espacio exclusivo de mujeres fue identificado como un factor protector, sobre todo, por recordar experiencias de violencias experimentadas en colegios con alumnado mixto.

"La foto para mi representa paz, tranquilidad y armonía ya que fue tomada en un lugar que me hizo sentir de esa manera que es la plaza de mi colegio y lo que me hizo sentir así es más el colegio que la plaza pero no pude encontrar lugar más perfecto que representará como me sentí cuando llegué al colegio".



Foto N°14. Lugar cómodo - Niig



"Tomé esta foto cuando estaba con mis amigas después de clase, teniendo en mente la primera vez que llegué al liceo creyendo que jamás iba a tener amistades, pero resultó siendo todo lo contrario".

Foto N°15. Nuevo comienzo, Nana

"Tomé la foto (Lugar cómodo) porque me transmitía paz porque fue tomada en la plaza del liceo que es un lugar que me hace sentir cómoda ya que yo venía de un colegio en el que había mucho maltrato y no me sentía segura, así que quise transmitir cómo me siento en este lugar." Niig

Naturaleza: reflejo de las emociones

Las fotografías de la naturaleza permitieron a las adolescentes expresar de forma simbólica sentimientos íntimos y reflexiones sociales sobre problemas que les son relevantes y les preocupan. Se realizó una analogía entre las emociones y los cambios del entorno. El medioambiente, el cambio climático, la conducta humana y el autoconocimiento aparecieron en esta categoría como la manifestación de inquietudes personales que se ven reflejadas en la diversidad de la naturaleza y las formas de expresión que esta adopta: colores, texturas, objetos y animales. Es decir, el medio ambiente como un entorno protector pero a la vez degradado por el cambio climático.



Foto N°16. La línea entre la tierra y el cielo, Jhalieta

"El cielo y la Tierra se separaron por una línea y esto también las puede unir de cierta manera puede representar la sociedad que es separada por estereotipos, arquetipos, etc. que nosotros mismos creamos".

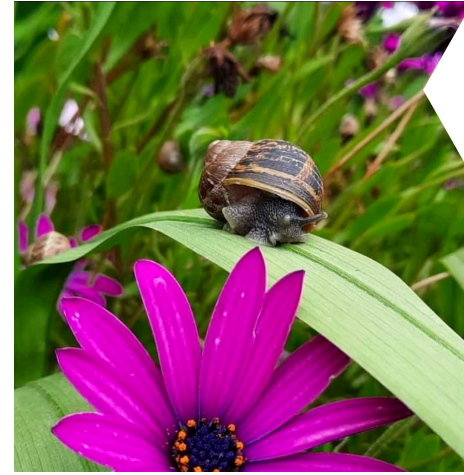


Foto N°17. La vida y sus colores, Jhalieta

"Aquí podemos ver un ecosistema entero con el color verde, morado, los colores del caracol y es hermoso porque básicamente es la vida, y sus colores son un ecosistema que podemos observar sin ir más a lejos, lo podemos ver todos los días en cada rincón de la Tierra, pero a veces es opacado por el ser humano o lo destruimos".

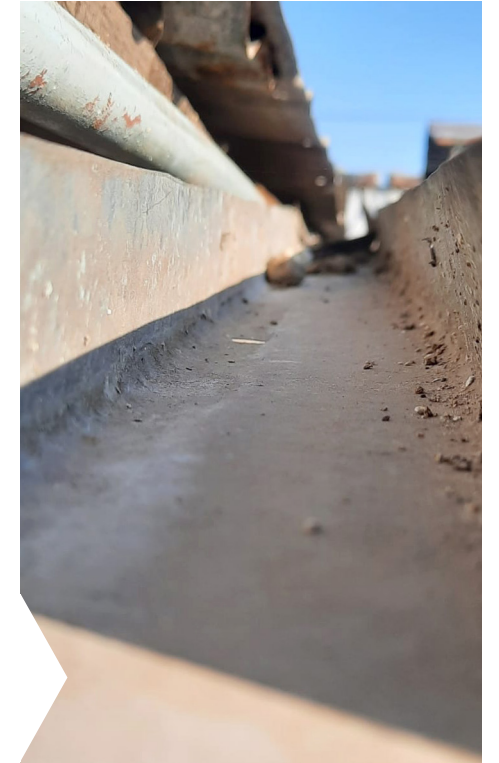


Foto N°18. Esperando la lluvia, Jhalieta

"Esta foto fue tomada en mi casa, representa la escasez de agua y el calentamiento global y por eso es una canaleta en un día caluroso y de sequía en Chile porque básicamente sin lluvia la canaleta no cumple su función".

"Quizás para muchos esta imagen sea solo una simple playa, pero para mí está llena de sentimientos y emociones las cuales aún viven en mí".



Foto N°19. Mis sentimientos en la playa, Aiko

"Quizás para muchos esta imagen sea solo una simple playa, pero para mí está llena de sentimientos y emociones.

De primera este fue un cambio de clima super rápido, porque primero hubo mucho sol y de la nada vinieron nubes, para mí esos cambios son como puedo vivir mis emociones, a veces puedo cambiar muy rápido mi estado de ánimo y no lo puedo controlar, puedo estar bien pero de un momento para otro mal.

Las nubes tapaban toda la playa, ese día las olas reventaban super fuerte, pasaban gaviotas y aves super cerca, habían conchas tiradas por toda la playa y al fondo al fondo se veían todas las casas, para mí tiene como un significado detrás super profundo, como que puedo ver mi emociones y experiencias detrás de eso, puede ser que a veces lo malo tapa lo bueno de mi vida, a veces mis emociones me revientan por completo y yo no puedo hacer nada, las gaviotas y aves son como personas, que me intentan ayudar y podrían ser mi única salvación, las conchas son malos y buenos recuerdos de mi vida que están por ahí y el fondo es solo el final o destino que voy a llegar.

O solo a la vez esta imagen me da mucha paz, recuerdo el momento que tomé esta foto y todo era muy tranquilo, solo se escuchaba el mar y los pasos que daba por la arena, las gaviotas y aves haciendo su respectivo sonido, no podría explicar más sobre lo que me transmite esta foto, solo muchos recuerdos, paz y tranquilidad." Aiko.

Desolación

Este apartado recoge fotografías que reflejan distintas emociones vinculadas con la incertidumbre y el vacío desde una perspectiva reflexiva de la vida cotidiana. Si bien el objetivo del proyecto buscó explorar experiencias de bienestar emocional, surgió de forma natural desde las personas participantes exponer situaciones displacenteras que encarnan la complejidad de la salud emocional. No obstante, estas experiencias fueron entendidas como parte de un proceso de autoconocimiento, de aprendizaje y sanación emocional.

Los espacios, objetos y lugares que se aprecian en las imágenes, simbolizan momentos o periodos de angustia marcados por momentos difíciles, como la ruptura de una pareja o situaciones de precariedad económica, que han llevado a la introspección. La pérdida de lazos afectivos importantes, la espera y la búsqueda de tiempos más alegres, fueron vistos como tránsitos incómodos pero necesarios.



Foto N°20. Metro cuadrado de migrantes, Jhalieta

"En cada pieza existe una historia distinta de personas que buscan una mejor vida para ellos y sus familias, pero para ello tienen que trabajar y soportar estos espacios que en un principio fueron oficinas y luego fueron divididas para vivir en ellas".



Foto N°21. Dejando libre el amor, Virgo

"La desesperación de no perder a alguien pero tú siendo decapitada en el proceso".

"El miedo a conocer tu lado más oscuro de ti, pero seguir avanzando a un lugar mejor".



Foto N°21. Sin Retorno, Virgo

"No sólo lo llamé así porque era invierno sino también porque el árbol se quedó desolado sin sus hojas verdes dejándolo sin color y sin vida, haciendo que espere el verano para tener de nuevo lo que llena sus espacios vacíos, de este modo convirtiendo este hermoso cambio en un ciclo de todos los años".



Foto N°22. Crudo invierno y desolado, Jhalieta

"Las caras [contenidos] de las fotos tienen trasfondos tristes, soledad, malos recuerdos, la foto que representa el grupo (Dejando libre el amor) tiene un significado de alejamiento crudo y difícil, alejarse de alguien que cambió por acciones, traumas, dejando melancolía y depresión en un corazón de chocolate, para solo ser un iceberg solitario, intentando volver a ser dulce como alguna vez fue, rompiendo y rasgando, recuerdos bellos como una rosa, marchita, por falta de amor, solo dejando libre el amor que alguna vez fue mi primer amor". Virgo

V. Reflexiones y conclusiones finales

Las adolescentes expresaron reflexiones profundas y sólidas sobre qué consideraron como salud emocional y qué factores les generaban bienestar. Es importante destacar que muchas adolescentes iniciaron el año 2022 en un clima de incertidumbre y aprehensiones, ya que habían retornado a las clases presenciales tras un período de dos años de clases virtuales, y todas habían ingresado a un Liceo nuevo.

Entre los factores relacionados con el bienestar emocional destacaron la presencia de personas, el vínculo con los animales de compañía, la importancia del medioambiente y la seguridad de la institución escolar. En primer lugar, emergieron situaciones no cotidianas, como tener la posibilidad de pasar tiempo de distensión con las familias, momentos que atesoraban a través de fotografías en las que mostraron los lugares o actividades que habían compartido con ellos. Además, las adolescentes reconocieron que sus familias se preocupaban por su bienestar y desempeño escolar, sin embargo, expresaron no sentirse realmente escuchadas por estas, percibiendo un reconocimiento limitado sobre sus sentimientos y procesos personales, manifestando el deseo de sentirse más escuchadas y validadas, sobre todo por su madres y padres. Este factor también se relaciona con el tiempo y la disponibilidad de las familias de poder crear estos espacios tanto a nivel cotidiano como a través de actividades nuevas debido a, por ejemplo, situaciones laborales muy demandantes.

En segundo lugar, cobró especial importancia la relación con sus animales de compañía, como perros/as y gatos/as con quienes conviven diariamente, por lo tanto, emergió como un aspecto muy relevante en su bienestar emocional cotidiano. Se destacó que fueran referentes afectivos del espacio íntimo, y se les vinculaba con la amistad incondicional, la compañía, la entretención y la tranquilidad. De hecho, en algunos casos se habló que sus animales de compañía era su mejor amigo/a y se valoraba que no tuvieran (pre)juicios sociales. En esa misma línea, la diversidad de la naturaleza y los paisajes fueron representados como una fuente de expresión y tranquilidad que permite a las ado-

lescentes participantes reflexionar, por medio de imágenes cargadas de simbolismos, sobre las problemáticas sociales y ambientales contingentes que les generan inquietudes. Es decir, el medioambiente generaba doble lectura: un anhelo y una preocupación.

En tercer lugar, se valoró la importancia que ha tenido el establecimiento escolar, el propio Liceo Paula Jaraquemada para su bienestar emocional. Se mencionó que se conformaba como un espacio público seguro, promotor de relaciones y formas de vinculación sanas y armoniosas. Se destacó el rol de sus profesoras y profesores como mediadores en la comunicación y tensiones de la comunidad, y también relacionaron los atributos positivos del Liceo con que este fuera un espacio educativo exclusivo para mujeres. Este relato se explica porque se enmarca dentro de experiencias previas. Se comentó que en otros colegios hubo situaciones de violencia por parte de compañeros, sobre todo, varones. También, se comentó que las aulas de clase estaban conformadas por muchos alumnos, lo que generaba sensación de poco control, relaciones

abusivas y dificultad para el aprendizaje.

Además, queremos destacar dos importantes reflexiones abordadas en las discusiones colectivas que no llegaron a aparecer de forma explícita en los resultados de la investigación. La primera, respecto a la interculturalidad, se observó que no existieron diferencias en el bienestar emocional de las estudiantes según su país de origen, tanto al interior del espacio educativo como fuera de él. No obstante, la percepción sobre el choque cultural y las diferencias con el país de destino sí emergió en los espacios de discusión vinculada a sensaciones displacenteras, las cuales se expresaban en emociones como temor y vergüenza, fundamentalmente, por diferencias en acentos e idiosincrasia. Por el contrario, las adolescentes participantes también destacaron algunos factores de integración social que aportaron a mejorar su bienestar emocional en el país de destino, tales como los espacios convivencia en el Liceo, las actividades festivas organizadas en el Liceo que visibilizan la herencia cultural de los países de origen de la comunidad educativa y forjar lazos de amistad con personas del mismo país.

La segunda reflexión, se relaciona con las instancias de diálogo, ya que las adolescentes señalaron no contar con suficientes espacios en las que puedan compartir estas (u otras) reflexiones. Hicieron una especial valoración el haber tenido un espacio donde fueran escuchadas por personas adultas, lo cual surgió como una situación excepcional. También comentaron que este intercambio les permitió escucharse mutuamente entre compañeras, encontrar puntos en común, mayor conocimiento entre ellas y posibilidades de acercamiento entre sus vivencias, promoviendo así, el apoyo social.

En conclusión, observamos que el bienestar emocional de las adolescentes se expresó tanto en escenarios de soledad y privacidad, como también, al estar junto a amistades, familia y animales de compañía. El entorno social y la naturaleza son ámbitos que representan deseos e inquietud debido a la crisis climática. Finalmente, respecto al bienestar emocional, es importante mencionar que las experiencias displacenteras que emergieron durante las sesiones fueron entendidas como procesos necesarios para el

aprendizaje, el crecimiento personal y la sanación emocional. Resulta imprescindible crear y potenciar espacios de escucha y diálogo donde las adolescentes puedan expresarse de manera libre y respetuosa, lejos del juicio social, para fomentar la salud emocional actual y futura.

VI. Referencias bibliográficas

Catalani, C., & Minkler, M. (2010). Photovoice: A review of the literature in health and public health. *Health education & behavior*, 37(3), 424-451.

Instituto Nacional de Estadísticas (2017). Resultados Censo 2017. Por país, regiones y comunas. <http://resultados.censo2017.cl/Region?R=R13>

Jacques-Aviñó, C., López-Jiménez, T., Medina-Perucha, L., De Bont, J., Gonçalves, A. Q., Duarte-Salles, T., & Berenguera, A. (2020). Gender-based approach on the social impact and mental health in Spain during COVID-19 lockdown: a cross-sectional study. *BMJ open*, 10(11), e044617.

Kramer, L., Schwartz, P., Cheadle, A., Borton, J. E., Wright, M., Chase, C., & Lindley, C. (2010). Promoting policy and environmental change using photovoice in the Kaiser Permanent Community Health Initiative. *Health Promotion Practice*, 11(3), 332-339.

Márquez, F., & Truffello, R. (2013). Geografías de un territorio de frontera: La Chimba, Santiago de Chile. Siglo XVII-XXI. *Revista de Geografía Norte Grande*, (56), 75-96.

Ministerio de Desarrollo Social. (2017). Pobreza por Ingreso. Encuesta Casen 2017. <http://observatorio.ministeriodesarrollo-social.gob.cl/encuesta-casen-2017>

Newman, S. D. (2010). Evidence-based advocacy: Using photovoice to identify barriers and facilitators to community participation after spinal cord injury. *Rehabilitation Nursing*, 35(2), 47-59.

Ochoa-Fuentes, D. A., Gutiérrez-Chablé, L. E., Méndez-Martínez, S., García-Flores, M. A., & Ayón-Aguilar, J. (2022). Confinamiento y distanciamiento social: estrés, ansiedad, depresión en niños y adolescentes. *Rev Med Inst Mex Seguro Soc*, 60(3), 338-44.

Retamal, C. M. (2020). Salud mental de los niños, niñas y adolescentes en situación de confinamiento. En *Anales de la Universidad de Chile* (No. 17, pp. 303-318).

Salas Quijada, C., López-Contreras, N., López-Jiménez, T., Medina-Perucha, L., León-Gómez, B. B., Peralta, A., ... & Jacques-Aviñó, C. (2023). Social Inequalities in Mental Health and Self-Perceived Health in the First Wave of COVID-19 Lockdown in Latin

America and Spain: Results of an Online Observational Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(9), 5722.

Unicef. (2022). Encuesta de salud mental: Análisis cualitativo. <https://www.unicef.org/lac/media/34676/file/Informe-analisis-cualitativo-encuesta-salud-mental-Ureport.pdf>

Wang, C., & Burris, M. A. (1997). Photovoice: Concept, methodology, and use for participatory needs assessment. *Health education & behavior*, 24(3), 369-387.

Wang, C. C. (1999). Photovoice: A participatory action research strategy applied to women's health. *Journal of women's health*, 8(2), 185-192.

Agradecimientos

Las personas que integramos el equipo de este proyecto, queremos agradecer especialmente a Inyari, Yelena, Camila, Baitiare, Pía, Massiel, Fernanda, Hanny, Victoria, Rayén y Danitza, estudiantes del 1° año de educación media del Liceo Paula Jaraquemada durante el año 2022, quienes nos convidaron generosamente de su fresca sabiduría y nos inspiraron con sus múltiples talentos, a pesar del cansancio acumulado durante un año que fue intenso para toda la comunidad escolar.

Agradecemos también a Carlos Quezada, jefe de la Unidad Técnico Pedagógica (UTP) y a Miguel Herrera, Orientador, respectivamente, así como a todas las trabajadoras del Liceo y en especial a su bibliotecaria Juana Cruz, que nos recibieron gentilmente en las postrimerías del año e hicieron todo cuanto estaba en sus manos para facilitar el desarrollo del proyecto.

Nuestro agradecimiento va también a Thania Medina, encargada de UTP del Departamento de Administración de Educación Municipal de la comuna de Recoleta, quien aprobó originalmente la pertinencia del proyecto y gestionó los contactos con el Liceo.

Contenidos

I. Introducción	3
II. Metodología	5
III. La experiencia	9
IV. Las fotos y sus relatos	12
El valor de la amistad	12
Demandas colectivas	15
Afectos en cuatro patas	17
Atesorando los recuerdos familiares	19
El liceo como un lugar seguro	22
Naturaleza: reflejo de las emociones	24
Desolación	27
V. Reflexiones y conclusiones finales	30
VI. Referencias bibliográficas	33
Agradecimientos	34



La imagen que ilustra la portada de este fotolibro forma parte de una serie de afiches distribuidos al interior del Liceo Paula Jaraquemada de Recoleta, cuyo contenido busca difundir palabras en otros idiomas que explican sensaciones o situaciones específicas que carecen de traducción directa al castellano.

Este proyecto ha sido financiado por el Departamento de Atención Primaria y Salud Familiar de la Universidad de Chile y la Fundació Institut Universitari per a la recerca a l'Atenció Primària de Salut Jordi Gol i Gurina (IDIAPJGol), Barcelona, España, y contó además con el apoyo de la Universidad Abierta de Recoleta (UAR).



UNIVERSIDAD
DE CHILE

