

Cuidar a quienes cuidan:

La propuesta de Nuna Kasikay para líderes y docentes

Entrevista con Walter Fernández Ulloa



Walter Fernández Ulloa es psicólogo clínico, mediador, magíster en Políticas Públicas para la niñez y adolescencia; en Salud Mental, y en Psicología Clínica; consejero regente del Instituto Universitario Tecnológico Superior CEMLAD, docente de postgrados de la Universidad Tecnológica Indoamérica de Ecuador y embajador por Ecuador del Foro Internacional de Mediadores Profesionales FIMEP.

¿Es posible educar para el bienestar en territorios donde la vida cotidiana está marcada por la amenaza y el miedo?

La respuesta es sí, y ahora es urgente y necesario generar pro-

cesos educativos de bienestar emocional y mental, particularmente es los territorios en los que se ha asentado la violencia delictiva y criminal a través del miedo.

Más allá de generar espacios para hablar del *bien-estar*, debemos enfocarnos en la promoción de la *educación para el bien-estar* y *la paz*. Esta expresión nos lleva a cuestionarnos y reflexionar sobre los enfoques (enfoque de la necesidad o irregularidad o el enfoque de derechos o la protección integral), sobre nuestra praxis profesional y humana, o bajo qué paradigma estamos o queremos intervenir en esos territorios.

En este contexto, educar en el bien-estar implica reconocer

al otro como un sujeto con voz propia, capaz de transformar su realidad a partir de las oportunidades, destrezas y habilidades que el Estado, mediante políticas públicas de seguridad humana, pueda garantizar.

En territorios marcados por el miedo y la violencia, el bien-estar no se entiende como la mera ausencia de conflicto, sino como la posibilidad de encontrarse en diálogo consigo mismo y con los demás para construir, desde la longanimidad y la resiliencia colectiva, nuevas oportunidades para una vida digna y en paz.

¿Qué necesidad identificaron en líderes y docentes que los motivó a desarrollar su propuesta Nuna Kasikay?

La propuesta *Nuna kasikay* o *Espíritu de paz* fue un grito de auxilio que emergió de la ruptura del silencio por parte de mujeres que ejercían el liderazgo y la docencia en territorios vulnerados por la violencia, en particular de las ciudades de Guayaquil, Portoviejo y Esmeraldas. A este pedido respondimos seis profesionales



La propuesta Nuna kasikay o Espíritu de paz fue un grito de auxilio que emergió de la ruptura del silencio por parte de mujeres que ejercían el liderazgo y la docencia.



de la psicología de varias ciudades del país, quienes por un año y de manera voluntaria dimos apoyo en técnicas y estrategias de salud mental y manejo de la ansiedad.

El proyecto inició con un diagnóstico situacional que reveló una realidad alarmante: el 83 % de los líderes comunitarios reporta síntomas de estrés crónico y el 71 % padece ansiedad significativa debido a amenazas directas (63%) y la ausencia de apoyo estatal. Del total, el 87 % manifestó no haber tenido apoyo psicológico previo.

Se evidenció, una vez más, la falta de presencia del Estado en los territorios, lo que ha derivado en un proceso de desinstitucionalización que deja vacíos de poder ocupados por el crimen organizado.

Esta situación provoca un desgaste emocional severo en quienes sostienen el tejido social, especialmente en las mujeres.

¿Puede la educación para el bienestar reconstruir el tejido social desde la escuela y la comunidad?

La respuesta es compleja debido al proceso sistemático de desinstitucionalización del Estado y a al proceso de desvinculación de la participación comunitaria y familiar en el sistema educativo.

Esto ha generado sensaciones de abandono y desamparo ante la toma de los territorios por parte del crimen organizado.

De allí la urgencia de generar procesos de participación, integración y cogestión de estos actores (escuela, comunidad y familia), a fin de que la escuela y



Nuna Kasikay se planteó como una iniciativa de bien-estar y salud mental que promovía un proceso colectivo de sanación en espiral.

la organización barrial vuelvan a convertirse en refugios del tejido social.

Educar para el bien-estar implica transformar nuestro enfoque de intervención. Se trata de que la comunidad comprenda que, más allá de la lógica de la necesidad – que clama por mayor seguridad–, es preciso adoptar un enfoque de derechos.

Desde esta perspectiva, se aprende a hacer espacio al miedo, aceptándolo como una realidad presente, pero sin permitir que gobiernen las acciones. Se trata, en definitiva, de promover una vida digna, capaz de sostenerse en la adversidad.

En territorios donde los grupos de delincuencia organizada controlan la narrativa vital, la educación debe operar como un mecanismo de cohesión y fortalecimiento del tejido social.

Su propósito es devolver a la dirigencia comunitaria y a la dirigencia escolar la capacidad de

elegir sus acciones con base en sus valores –esto es, definir hacia qué vida quieren construir– y no solo desde la evitación experiencial, entendida como la huida del miedo.

Entre las estrategias para la implementación de *Nuna Kasikay* se encuentran la creación o el fortalecimiento de redes de apoyo entre pares, así como la generación de escenarios de paz que disputen el control simbólico al miedo, restituyendo a la comunidad su condición de sujeto colectivo de derechos.

¿En qué consiste Nuna Kasikay? ¿Cómo trabajan con los docentes y líderes?

Durante 2024 y 2015, *Nuna Kasikay* se planteó como una iniciativa de bien-estar y salud mental que promovía un proceso colectivo de sanación en espiral, dado que, al fortalecer la salud mental de los docentes y líderes, se protegen los entornos de los niños, jóvenes y familias, previniendo que la narcocultura sea la única opción de sentido de vida.

Por otro lado, la virtualidad fue un gran aliado para burlar las fronteras invisibles impuestas por el crimen, lo que facilitó un encuentro más franco y seguro. La propuesta de acompañamiento psicosocial virtual utilizó una metodología andragógica, constructivista y experiencial, en la que se trabajó con herramientas concretas como:

- Técnicas de centramiento: respiración diafragmática, mindfulness y relajación muscular progresiva para calmar el sistema nervioso y bajar la

activación de la respuesta de lucha-huida constante.

- Liderazgo biófilo: promoción de entornos saludables y relaciones basadas en la confianza y el cuidado mutuo.
- Estrategias cognitivas: reestructuración de pensamientos negativos y fomento de narrativas resilientes, que ayuda a transformar el relato de “víctima indefensa a sujeto activo de derechos y de cuidado”.

¿Pudieron evidenciar algún cambio o impacto significativo en las personas o comunidades que han participado en Nuna Kasikay?

Se ha observado una reducción significativa de la sintomatología ansiosa y una mejora en la capacidad de mediación de conflictos.

El impacto más profundo es que, tras la intervención, los líderes decidieron no abandonar su rol, sino ejercerlo con nuevas pautas de seguridad y autocuidado, así como promover redes de apoyo mutuo (70 % de participación) que funcionan como un amortiguador emocional.

Los líderes y docentes ya no se sienten solos en la sombra, sino



Entre las estrategias para la implementación de Nuna Kasikay se encuentran la creación o el fortalecimiento de redes de apoyo entre pares, así como la generación de escenarios de paz que disputen el control simbólico al miedo.

que hacen parte de un colectivo que valida su sufrimiento y potencia su esperanza, pese al contexto hostil.

¿Cuáles son los principales obstáculos que enfrentan al implementar este tipo de iniciativas en el ámbito educativo y comunitario?

Los mayores desafíos son la brecha digital (falta de dispositivos o conectividad estable en zonas rurales o muy marginales), el estigma asociado a la salud mental (el temor a represalias por “hablar con extraños” y el prejuicio de que buscar ayuda psicológica es “para locos”) y, fundamentalmente, un déficit de políticas públicas integradas e integrales que consideren el enfoque de derechos, la interoperatividad y la interseccionalidad en su implementación local y, finalmente, los obstáculos económicos.

¿Cómo visualizan el futuro de Nuna Kasikay? ¿Qué proyecciones tienen para seguir contribuyendo al bienestar de quienes educan y lideran procesos sociales?

Nuna Kasikay funcionó hasta 2025, pero la visualizamos como un modelo escalable de salud mental, comunitaria, virtual, itinerante y semipresencial, capaz de institucionalizarse como un espacio de contención en los gobiernos locales, comunitarios y barriales, con posibilidad de fortalecer la formación de formadores, de manera que el bien-estar deje de ser un privilegio y se convierta en una práctica cotidiana de perseverancia, resistencia y paz en cada barrio del país.