UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA
UNAN-MANAGUA

TESIS DE GRADO

Efectos psicosociales de la escasez de agua potable de la sobrecarga doméstica de mujeres madres de la comunidad La Lima, comarca Yasica Sur, San Ramón-Matagalpa: un análisis desde el enfoque del trabajo social, II semestre 2025

Trujillo, B.

Tutora

Mtra. Ana del Socorro Rizo Moreno

CENTRO UNIVERSITARIO REGIONAL DE ESTELÍ

¡Universidad del Pueblo y para el Pueblo!

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA
UNAN-MANAGUA

Centro Universitario Regional de Estelí

Recinto Universitario "Leonel Rugama Rugama"

Departamento de Ciencias de la Educación y Humanidades

Efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de mujeres madres de la comunidad La Lima, Yasica Sur, San Ramón-Matagalpa: un análisis desde el enfoque de Trabajo Social, II semestre 2025

Trabajo de investigación para optar al grado de

Licenciada en Trabajo Social

Autor

Beysling Larissa Trujillo Tinoco

Tutora

Mtra. Ana del Socorro Rizo Moreno

Diciembre, 2025

Dedicatoria

A mi hijo, mi razón más grande para seguir adelante. Que este logro le sirva como ejemplo de que, aunque la vida ponga obstáculos, con determinación, sacrificio y amor todo se puede alcanzar. Que vea en mí no solo a su madre, sino a una mujer que luchó por sus sueños y no se rindió.

A mis padres Viangnec Tinoco Molinares y Donaldo Sanchéz y a mi mita, Griseyda Molinares, con todo mi amor, admiración y gratitud. Este logro es tan suyo como mío. Gracias por creer en mí incluso cuando yo dudaba, por sus palabras de aliento en los días difíciles y por ese apoyo incondicional que solo mis padres y una abuela pueden dar. Ustedes fueron mi impulso, mi abrigo y mi guía en cada paso de este camino. Hoy les entrego este trabajo como una muestra del esfuerzo, la fe y el amor que sembraron en mí.

Agradecimiento

A Dios por darme esta oportunidad.

A mi mita, por darme inspiración.

A mis padres, el origen de mi resiliencia.

A doña Sady T. que se volvió mi familia y animadora.

A Jairo Talavera, mi escucha favorito.

A mi pequeña familia que esperaba esto más que yo.

A mis docentes de la carrera de Trabajo Social de UNAN-MANAGUA/CUR-ESTSELÍ

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA
UNAN-MANAGUA

CENTRO UNIVERSITARIO REGIONAL, ESTELÍ
"2025: Eficiencia y Calidad para seguir en victorias"
Departamento de Ciencias de la Educación y Humanidades

CARTA AVAL DEL TUTOR

Estelí, 15 de diciembre de 2025

Por medio de la presente, en calidad de tutor(a) del trabajo de modalidad de graduación titulado: ***"Efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de mujeres madres de la comunidad La Lima, Yasica Sur, San Ramón-Matagalpa: un análisis desde el enfoque de Trabajo Social, II semestre 2025"*** elaborado por:

Beysling Larissa Trujillo Tinoco **16061424**

Estudiante de la carrera **Licenciatura en Trabajo Social**, hago constar que he brindado el acompañamiento académico, científico y metodológico correspondiente durante el desarrollo de la Modalidad de Graduación, en estricto cumplimiento de las responsabilidades establecidas para los tutores en los **Artículos 14 al 20** de la Normativa de Graduación 2025 de la UNAN-Managua.

Asimismo, avaló que el presente trabajo cumple con los requisitos formales, científicos, éticos y metodológicos establecidos por la Universidad. El manuscrito fue revisado conforme al cronograma aprobado y cumple con lo dispuesto en el Artículo 22, literal d, referente a la entrega del informe final para la obtención de la presente carta aval.

En virtud de lo anterior, **autorizo la entrega formal del trabajo** ante la Biblioteca de este Centro, de conformidad con lo establecido en la normativa institucional vigente.

Atentamente,

_____

Ana del Socorro Rizo Moreno
Orcid:0009-0000-0576-1405
UNAN-Managua/CUR-Estelí

Resumen

La investigación se realizó en la comunidad La Lima, comarca Yasica Sur, municipio de San Ramón, Matagalpa, y aborda la sobrecarga doméstica que enfrentan las mujeres madres rurales ante la escasez del recurso hídrico. Este problema refleja una desigualdad estructural de género que limita el bienestar, la educación, el empleo y la participación social de las mujeres. Se justifica en la necesidad de visibilizar cómo la división sexual del trabajo perpetúa una carga de cuidado no remunerado y socialmente invisibilizada. El objetivo fue valorar los efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de las mujeres madres de la comunidad La Lima. La metodología tuvo un enfoque cualitativo, de tipo interpretativo utilizando entrevistas semiestructuradas, grupo focal y observación participante. El análisis se realizó mediante el Análisis Temático Reflexivo, con codificación categorial y triangulación de fuentes para asegurar la validez de los hallazgos. Los resultados evidenciaron que la escasez de agua aumenta el tiempo y esfuerzo dedicados a las labores domésticas, generando sobrecarga física y emocional. Esta situación está arraigada en patrones culturales que asignan a las mujeres la responsabilidad casi exclusiva del hogar y la gestión del agua. Se concluye que la sobrecarga doméstica constituye un problema de justicia social que requiere promover corresponsabilidad familiar, educación comunitaria y políticas que garanticen acceso equitativo al agua. El estudio reafirma el papel del Trabajo Social en la transformación comunitaria y la equidad de género.

Palabras clave: Escasez de agua, Sobrecarga doméstica, Mujeres rurales, Corresponsabilidad, Equidad de género

Abstract

The research was conducted in the La Lima community, Yasica Sur region, municipality of San Ramón, Matagalpa, and addresses the domestic overload faced by rural mother women due to the scarcity of water resources. This problem reflects a structural gender inequality that limits the well-being, education, employment, and social participation of women. It is justified by the need to make visible how the sexual division of labor perpetuates an unpaid and socially invisible care burden. The objective was to evaluate the psychosocial effects of the scarcity of drinking water on the domestic overload of mother women in the La Lima community. The methodology used a qualitative, interpretive approach utilizing semi-structured interviews, a focus group, and participant observation. The analysis was carried out using Reflexive Thematic Analysis, with categorical coding and triangulation of sources to ensure the validity of the findings. The results showed that water scarcity increases the time and effort dedicated to domestic work, generating physical and emotional overload. This situation is rooted in cultural patterns that assign women the almost exclusive responsibility for the home and water management. It is concluded that domestic overload constitutes a social justice problem that requires promoting family co-responsibility, community education, and policies that guarantee equitable access to water. The study reaffirms the role of Social Work in community transformation and gender equity.

Keywords: Water scarcity, Domestic overload, Rural women, Co-responsibility, Gender equity

Índice de contenido

1. Introducción 1

2. Justificación 3

3. Antecedentes 6

Antecedentes internacionales 6

Antecedentes nacionales 7

Antecedentes locales 8

5. Planteamiento del problema 10

6. Objetivos 12

6.1. Objetivo general 12

6.2. Objetivos específicos 12

7. Limitaciones de estudio 13

8. Supuesto de investigación 14

9. Categorías, temas patrones emergente de la investigación 15

10. Preguntas de investigación 19

11. Marco teórico 20

11.1. Escasez de agua como problemática social y comunitaria 20

11.1.1. Concepto de escasez de agua 20

11.1.2. Factores que determinan la escasez en contextos rurales nicaragüenses: clima, infraestructura, políticas públicas, desigualdad territorial 20

11.1.3. Vinculación con los objetivos de desarrollo sostenible (ODS 5,6,10)22

11.2. La sobrecarga doméstica y su relación con la equidad de genero 22

11.2.1. Teoría feminista del trabajo y del cuidado 23

11.2.2. La división sexual del trabajo en contextos rurales.....26

11.2.3. Corresponsabilidad familiar y equidad de género 28

11.3. Efectos psicosociales de la escasez de agua en la vida de las mujeres 30

11.3.1. Teoría de los sistemas ecológicos.....31

11.3.2. Modelo psicosocial comunitario 31

11.3.3. Dimensión psicosocial de la escasez de recursos básicos 32

11.3.4. Enfoque psicosocial: interacción entre factores individuales, familiares y comunitarios 33

11.3.5. Estrés, ansiedad y agotamiento emocional como resultado de la sobrecarga doméstica. 34

11.3.6. Impactos en las relaciones familiares y comunitarias 35

11.4. El Trabajo Social frente a las desigualdades de género y el desarrollo comunitario 37

11.4.1. Rol del Trabajo Social en el abordaje de problemas comunitarios ...37

11.4.2. Trabajo Social, equidad y justicia de género 40

11.4.3. El Trabajo Social en el desarrollo comunitario 41

11.4.4. Enfoque de desarrollo humano y sostenibilidad.....43

10.5. Marco legal del estudio 44

10.5.1. Legislación nacional e internacional vinculada al acceso al agua y la equidad de género 44

10.5.2. Instrumentos institucionales y comunitarios 48

12. Diseño metodológico 50

12.1. Métodos, técnicas e instrumentos para la recolección de datos. 53

12.2. Métodos, técnicas e instrumentos para el procesamiento y análisis de datos e información. 54

13. Análisis y discusión de resultados 60

13.1. Técnicas de recolección de datos 60

13.2. Resultados 61

14. Conclusiones 86

15. Recomendaciones 88

16. Referencias bibliográficas 90

17. Anexo 103

Índice de tablas

Tabla 1 Matriz de Categorías 18

Tabla 2 Caracterización de las mujeres con sobrecarga doméstica 52

Tabla 3 Codificación abierta 60

Índice de figuras

Figura 1 Codificación axial 61

1. Introducción

La investigación sobre la sobrecarga doméstica en mujeres madres de la comunidad La Lima, comarca Yasica Sur, se desarrolló en el marco de los estudios realizados en el Centro Universitario Regional de Estelí (CUR-Estelí), considerando el año 2025 como período de análisis. Este estudio partió del reconocimiento de que la escasez de agua en comunidades rurales constituyó un desafío ambiental, técnico y social que impactó de manera diferenciada a las mujeres, quienes históricamente asumieron la responsabilidad del abastecimiento, uso y gestión del recurso hídrico dentro de los hogares. La problemática se manifestó en la intensificación de las tareas domésticas y de cuidado, limitando el acceso de las mujeres a la educación, el empleo, la participación social y el bienestar integral de sus familias.

Se identificó que la sobrecarga doméstica femenina no solo respondió a la falta de acceso al agua, sino también a patrones culturales y estructurales de desigualdad de género, como la división sexual del trabajo y la invisibilización de las labores domésticas. Desde esta perspectiva, la investigación se centró en valorar los efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de las mujeres madres de la comunidad con el fin de diseñar un plan de sensibilización comunitaria orientado a promover la equidad de género, la corresponsabilidad familiar y el uso sostenible del agua en los hogares.

El objetivo general de la investigación valorar los efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de las mujeres madres de la comunidad La Lima, comarca Yasica Sur, municipio de San Ramón, departamento de Matagalpa, durante el II semestre de 2025.

El estudio se sustentó en marcos teóricos de las teorías de género, teoría del trabajo y del cuidado y del Trabajo social, incorporando conceptos sobre roles de género, división sexual del trabajo, participación comunitaria y gestión de recursos. Asimismo, se revisaron antecedentes internacionales, nacionales y locales que evidenciaron cómo la escasez de agua incrementó la

sobrecarga doméstica y perpetuó desigualdades estructurales, fortaleciendo la pertinencia y relevancia social de la investigación.

Se delimitó la investigación a mujeres madres de la comunidad La Lima durante el segundo semestre del 2025, considerando como variables principales la escasez de agua y la sobrecarga doméstica, y como dimensiones de análisis el tiempo, la salud física y emocional, la participación comunitaria y la equidad de género. El estudio permitió establecer categorías, subcategorías y patrones emergentes que guiaron la propuesta de un plan de sensibilización familiar.

La relevancia de esta investigación radicó en visibilizar una problemática estructural poco estudiada en el ámbito rural y en aportar evidencia útil para futuras intervenciones del Trabajo Social. El propósito del documento fue ofrecer un panorama integral que permitiera comprender las desigualdades estructurales que afectan a las mujeres rurales y proponer acciones concretas para fortalecer la corresponsabilidad intrafamiliar, mejorar el bienestar y promover la equidad de género. Los resultados de la investigación se proyectaron como un aporte directo a las familias de La Lima, así como a instituciones locales, organizaciones sociales y académicas, reafirmando al Trabajo Social como una disciplina comprometida con la justicia social y la transformación comunitaria.

2. Justificación

Con la realización del presente estudio investigativo se pretende resaltar la importancia de indagar sobre los efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de las mujeres madres de la comunidad La Lima, comarca Yasica Sur, municipio de San Ramón, departamento de Matagalpa. Esta problemática constituye uno de los principales desafíos sociales y ambientales que afectan la calidad de vida en las comunidades rurales. La escasez de agua no solo repercute en la salud física de las personas, sino que también genera una serie de efectos psicosociales que, por lo general, impactan de manera más profunda a las mujeres madres, quienes tradicionalmente asumen la mayor parte de las responsabilidades domésticas y del cuidado familiar.

El no tener acceso constante y seguro al agua potable intensifica las responsabilidades domésticas de las mujeres, obligándolas a invertir más tiempo y esfuerzo en las tareas del hogar. Esta situación puede generar estrés, ansiedad, agotamiento físico y emocional, además de limitar sus oportunidades de desarrollo integral. La falta de acceso adecuado al recurso hídrico permite comprender de manera más amplia cómo las desigualdades de género se convierten en una sobrecarga doméstica. Desde una perspectiva psicosocial, la escasez de agua potable no solo afecta el bienestar individual, sino también las relaciones familiares y comunitarias, al aumentar las tensiones domésticas, la percepción de injusticia social y la falta de apoyo, deteriorando la salud mental y emocional de las mujeres madres.

De acuerdo con García (2025), en su tesis Ansiedad, depresión y estrés relacionados con la inseguridad del agua en habitantes de la Ciudad de México, la falta de acceso seguro y constante al agua no solo representa un problema ambiental o de infraestructura, sino también un factor de riesgo para la salud mental. La autora evidencia que la inseguridad hídrica incrementa los niveles de ansiedad, depresión y estrés en los hogares, especialmente en aquellos donde las mujeres son las principales responsables del abastecimiento y las tareas domésticas. Este hallazgo respalda la relevancia del presente estudio, al demostrar que la escasez de agua

potable puede generar efectos psicosociales similares en contextos rurales como el de la comunidad La Lima, donde las mujeres madres enfrentan una sobrecarga doméstica intensificada por la falta del recurso hídrico.

De manera complementaria, Valderrama (2023) analiza cómo la falta de acceso al agua repercute directamente en la vida cotidiana de las mujeres rurales, generando una sobrecarga de tareas domésticas y de cuidado. Ante la escasez, las mujeres asumen la responsabilidad de garantizar el abastecimiento del hogar, lo cual incrementa su carga física, emocional y social. Además, se evidencia que esta situación refuerza las desigualdades de género, pues las mujeres destinan mayor tiempo y esfuerzo a actividades domésticas en comparación con los hombres, limitando así su participación en otros espacios comunitarios y laborales.

Este estudio permitirá comprender mejor las dinámicas sociales que se generan en torno a la escasez hídrica y su impacto en la salud integral y el bienestar de las mujeres, contribuyendo a la formulación de soluciones sostenibles con perspectiva de género. Asimismo, aporta conceptos de análisis desde las teorías de género y del Trabajo Social, que permiten visibilizar cómo la división sexual del trabajo perpetúa la sobrecarga femenina y refuerza la inequidad. De forma práctica, se busca generar evidencia local sobre los efectos psicosociales y las manifestaciones de sobrecarga doméstica en las mujeres madres frente a la escasez de agua potable, considerando su impacto en las relaciones familiares y comunitarias, así como caracterizar las condiciones sociales, económicas, culturales y ambientales que intervienen.

Los beneficios sociales se proyectan en dos niveles: por un lado, las mujeres y familias de la comunidad La Lima como beneficiarias directas, quienes podrán contar con herramientas que promuevan una vida más justa, saludable y equilibrada; y, por otro lado, las instituciones locales, organizaciones sociales y académicas como beneficiarias indirectas, al disponer de resultados que orienten políticas públicas y programas con enfoque de género. Desde la disciplina del Trabajo Social, la investigación representa un aporte significativo al fortalecer el campo de

intervención comunitaria y familiar, posicionando a la profesión como un agente de cambio frente a problemáticas rurales que afectan de manera diferenciada a las mujeres.

En suma, el estudio se justifica porque trasciende la descripción de la escasez de agua potable y se centra en el impacto psicosocial que esta tiene sobre la vida de las mujeres, al mismo tiempo que propone acciones de sensibilización que contribuyan al bienestar familiar y comunitario, promoviendo la construcción de comunidades más equitativas.

3. Antecedentes

En búsqueda de investigaciones relacionadas con la gestión de inventario, se consultaron distintas fuentes internacionales, nacionales y locales. A continuación, se detallan:

Antecedentes internacionales

Nuestro primer antecedente internacionales, es el estudio de Apatinga et al. (2024), que exploraron cualitativamente las experiencias de mujeres rurales en Ghana, muestran que el acarreo de agua afecta directamente la salud física, el bienestar emocional y reduce el tiempo para la educación y actividades productivas. Este antecedente conecta de manera directa la escasez de agua con la sobrecarga doméstica femenina, evidenciando que es un fenómeno recurrente en comunidades rurales de distintas regiones del mundo.

Asimismo, Tallman et al. (2022), en una revisión sistemática global sobre inseguridad hídrica y violencia de género, analizaron datos de más de 30 investigaciones en distintos continentes, concluyendo que la falta de acceso al agua incrementa no solo la sobrecarga doméstica, sino también la exposición de las mujeres a situaciones de violencia sino también su vulnerabilidad frente a situaciones de violencia. Este antecedente aporta un ángulo crítico al análisis de La Lima, al mostrar cómo la escasez de agua no se limita a aumentar tareas domésticas, sino que también expone a las mujeres a riesgos sociales adicionales.

En este mismo apartado Prado (2025)en su investigación cualitativa titulada Análisis del triple rol de las mujeres rurales, representantes de hogar, en la Comunidad San Gabriel de Chaucha, en Ecuador. Año 2024, se destacó 3 aspectos importantes existe una inequidad en la distribución del trabajo doméstico y de cuidados, que recae desproporcionadamente sobre las mujeres. Segundo, la feminización de las actividades que realizan las lleva a ser menos valoradas en comparación con otras labores. Tercero, prevalece la división sexual del trabajo, resultando en una subvaloración de su labor. Estas condiciones provocan una sobrecarga física, emocional y

económica, además de la desvalorización de los roles que asumen. En su procesamiento de datos se analizó el poder visibilizar los desafíos que enfrentan en su vida diaria, sino también identificar patrones significativos que aportan a la comprensión profunda de su realidad.

Antecedentes nacionales

De forma complementaria Moraga et al. (2023) desarrollaron su estudio cuantitativo, de corte transversal y de acuerdo a su nivel es descriptivo evalúa la sostenibilidad y calidad del agua en una comunidad de Estelí, este estudio demuestra que el inadecuado sistema de abastecimiento de agua potable que existe en la localidad trae consigo el desabastecimiento de agua a la población, contaminación, limitado desarrollo de actividades productivas y suspensiones periódicas del sistema, evidenciando la falta de buena planificación en la gestión, administración, operación y mantenimiento brindada a la infraestructura del sistema. Esto como consecuencia limita el recurso vital algo que sucede en la comunidad la lima.

En el plano nacional, Torres-Lira et al. (2024), en su investigación titulada Efectos de la doble carga laboral sobre la salud mental en mujeres trabajadoras de Managua, con un enfoque cuantitativo aportan una evidencia significativa sobre las consecuencias que la sobrecarga doméstica puede generar en la vida de las mujeres. El estudio demuestra que la combinación entre las responsabilidades laborales y las tareas domésticas intensifica los niveles de estrés, ansiedad, agotamiento emocional y síntomas depresivos, afectando directamente el bienestar psicológico y social de las mujeres. Aunque este estudio se desarrolla en un contexto urbano, su aporte resulta fundamental para comprender la dimensión psicosocial y de género que también atraviesa la vida de las mujeres rurales.

Desde una perspectiva social, este antecedente permite reconocer que la sobrecarga doméstica no es solo un asunto individual, sino una manifestación estructural de la desigualdad de género, que se expresa de distintas maneras según el entorno. En el caso de las comunidades rurales, como La Lima, estas cargas se agravan por la escasez de agua, que incrementa el tiempo

y esfuerzo dedicado a las tareas domésticas, especialmente las relacionadas con el acopio, transporte y uso del agua. En consecuencia, los hallazgos de Torres-Lira et al. refuerzan la problemática identificada en esta investigación, evidenciando cómo la sobrecarga doméstica impacta la salud mental y el bienestar social de las mujeres, y cómo la falta de recursos básicos, como el agua, profundiza su vulnerabilidad emocional y social.

Antecedentes locales

En el plano local, Kreimann (2023) analizó la gestión de los Comités de Agua Potable y Saneamiento (CAPS) en comunidades de Managua y Matagalpa, incluyendo el CAPS El Chompipe. Su estudio cualitativo destaca que la organización comunitaria desempeña un papel esencial para garantizar el acceso al agua, especialmente en territorios rurales donde el Estado tiene una presencia limitada. Sin embargo, también revela que las mujeres continúan asumiendo una carga desproporcionada en el mantenimiento doméstico y en la gestión cotidiana del recurso cuando el servicio es irregular o insuficiente. Esta desigualdad refleja la persistencia de roles de género tradicionales, que reproducen la idea de que el abastecimiento y uso del agua son responsabilidades femeninas. En este sentido, el estudio resulta especialmente relevante para el contexto de la comunidad La Lima, ya que evidencia cómo las limitaciones estructurales en el acceso al agua generan efectos psicosociales como el agotamiento, la ansiedad y el estrés en las mujeres rurales, producto de la sobrecarga doméstica.

Finalmente, Carruso et al. (2024) en una revisión sistemática de proyectos WASH (agua, saneamiento e higiene), evidenciaron que la participación de las mujeres en los espacios comunitarios vinculados al recurso hídrico suele ser instrumental más que decisoria, es decir, se limita a la ejecución de tareas sin incidir en la toma de decisiones. Este hallazgo resulta clave para la presente investigación, ya que pone en evidencia una forma de exclusión social y simbólica que contribuye a perpetuar la desigualdad de género y la sobrecarga doméstica en contextos rurales como La Lima. Desde la perspectiva del trabajo social, esta situación demanda promover

procesos participativos y de empoderamiento femenino en la gestión comunitaria del agua, reconociendo el valor social y emocional del trabajo doméstico invisibilizado.

Vivas y Rojas (2025) analizaron la vulnerabilidad global ante la sequía en tres municipios del departamento de Matagalpa, demostrando que la escasez de agua en las zonas rurales no solo responde a factores naturales, sino también a condiciones estructurales y sociales que incrementan la vulnerabilidad de las comunidades. Los autores destacan que la variabilidad climática, la deficiente infraestructura hídrica, la falta de planificación territorial y la débil aplicación de políticas públicas agravan los efectos de la sequía y limitan el acceso equitativo al agua en el ámbito rural. Estas condiciones generan desigualdad territorial y afectan de manera directa las condiciones de vida de la población. En este escenario, las mujeres rurales enfrentan una mayor carga doméstica, ya que son quienes asumen la responsabilidad del acopio, transporte y uso del agua dentro del hogar. Esta situación produce una sobrecarga física y emocional que evidencia los efectos psicosociales de la escasez de agua, reflejando cómo las desigualdades estructurales y de género se entrelazan en la gestión cotidiana del recurso hídrico.

5. Planteamiento del problema

La sobrecarga doméstica constituye una de las problemáticas más persistentes en los hogares rurales de Nicaragua, especialmente para las mujeres, han sido asignadas como principales responsables del trabajo doméstico y de cuidado. Este fenómeno se profundiza en contextos de pobreza y limitación de servicios básicos, donde las familias enfrentan no solo precariedad económica, sino también limitaciones en el acceso a recursos esenciales como el agua potable.

En la comunidad La Lima, comarca Yasica Sur, municipio de San Ramón, departamento de Matagalpa, la escasez de agua potable se ha convertido en un factor central que incrementa la carga cotidiana de las mujeres. Ellas deben destinar largas horas a recolectar, transportar y administrar el agua, lo que limita su tiempo para el descanso, la educación, el trabajo remunerado y la participación comunitaria. Esta situación provoca un desequilibrio en la dinámica intrafamiliar, donde las mujeres asumen responsabilidades de manera desproporcionada frente a los hombres, reforzando un esquema de desigualdad de género.

En este sentido, resulta pertinente enmarcar la problemática en las teorías de género, que permiten comprender cómo las desigualdades no son hechos naturales, sino construcciones sociales que asignan a las mujeres la responsabilidad casi exclusiva del trabajo doméstico y de cuidado Guzmán (2021), en su obra Teorías feministas, teorías de género. Una metateorización, señala que estas teorías constituyen herramientas analíticas fundamentales para cuestionar las estructuras patriarcales y visibilizar cómo la división sexual del trabajo perpetúa la subordinación femenina. Este marco teórico aporta al análisis de la realidad de La Lima, al evidenciar que la sobrecarga doméstica derivada de la escasez de agua no es solo un problema práctico de acceso a un recurso, sino también una expresión de desigualdad estructural basada en el género.

Este patrón de desigualdad es consistente con los hallazgos de Fernández (2024) quien confirman que las mujeres continúan siendo las principales responsables en la dinámica familiar, asumiendo tanto el cuidado infantil como la organización de la vida doméstica, lo que genera un

alto nivel de sobrecarga física, emocional y social. Estos hallazgos coinciden con la realidad de La Lima, donde la falta de acceso al agua agudiza este patrón estructural.

Las consecuencias de esta problemática son múltiples. En el plano de la salud, las mujeres experimentan fatiga, estrés y malestares físicos relacionados con la recolección del agua. En el ámbito social, la sobrecarga doméstica reduce sus oportunidades de inserción laboral y de participación en espacios comunitarios, debilitando su empoderamiento. A nivel familiar, el desequilibrio en la distribución de tareas refuerza estereotipos de género y limita el bienestar integral de la familia.

En este contexto, la presente investigación se propone analizar cómo la escasez de agua intensifica la sobrecarga doméstica en la vida de las mujeres de la comunidad La Lima. La investigación se delimita al segundo semestre del año 2025 y aborda las dimensiones sociales, familiares y de género vinculadas a esta problemática. Desde la perspectiva del Trabajo Social, este estudio permitirá no solo visibilizar las desigualdades estructurales, sino también diseñar una propuesta de sensibilización que fomente la corresponsabilidad familiar, la equidad de género y el bienestar comunitario.

Por lo ante mencionado se hace la siguiente pregunta general.

¿Cuáles son los efectos psicosociales de la escasez de agua en la sobrecarga doméstica en las mujeres madres de la comunidad La Lima, Matagalpa?

6. Objetivos

6.1. Objetivo general

Valorar los efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de las mujeres madres de la comunidad La Lima, comarca Yasica Sur, municipio de San Ramón, departamento de Matagalpa, durante el II semestre de 2025.

6.2. Objetivos específicos

Caracterizar las condiciones sociales, económicas, culturales y ambientales de la comunidad La Lima en relación con la escasez de agua potable y sus repercusiones en la vida cotidiana de las mujeres madres.

Analizar los efectos psicosociales y las manifestaciones de sobrecarga doméstica en las mujeres madres frente a la escasez de agua potable, considerando su impacto en las relaciones familiares y comunitarias.

Diseñar un plan de sensibilización comunitaria orientado a promover la equidad de género, la corresponsabilidad familiar y el uso sostenible del agua en los hogares.

7. Limitaciones de estudio

Este trabajo se desarrolló en la comunidad de La Lima, comarca Yasica Sur, municipio de San Ramón, lo que significa que los resultados estarán directamente relacionados con la realidad de esta comunidad y no necesariamente podrán generalizarse a otras zonas rurales de Nicaragua. Además, la investigación se centra en la voz y experiencia de las mujeres madres, por lo que no incluye en profundidad la percepción de los hombres ni de otros actores comunitarios que también podrían aportar al análisis.

Otra limitación tiene que ver con el tiempo disponible, ya que el estudio se realizará durante el segundo semestre del 2025, lo que reduce la posibilidad de analizar cambios a largo plazo o comparar distintas épocas del año, especialmente en lo referente a la variación climática que influye en la disponibilidad de agua.

También hay limitaciones en cuanto al acceso a datos estadísticos locales actualizados, pues la mayoría de la información oficial sobre agua y género se presenta a nivel nacional o regional. Por eso, este estudio dependerá en gran medida del trabajo de campo y de la información brindada por las propias mujeres, lo que enriquece la investigación, pero también acota la perspectiva a lo vivido en un contexto específico otra factora es que el trabajo depende de los tiempos, recursos técnicos y económicos del equipo, lo cual limita la aplicación de metodologías más amplias, como encuestas de gran escala.

Finalmente, al tratarse de un tema sensible relacionado con el rol de género y la vida familiar, existe la posibilidad de que algunas participantes no se sientan totalmente cómodas para expresar sus percepciones, lo cual puede influir en la amplitud de la información obtenida.

8. Supuesto de investigación

- La sobrecarga doméstica en la comunidad La Lima es un problema que afecta desproporcionada a las mujeres.
- La escasez de agua es el factor principal que intensifica la sobrecarga domestica de las mujeres en la comunidad La Lima.
- La responsabilidad principal de acarrear y administrar el agua recae en las mujeres, siguiendo patrones culturales tradicionales de división sexual del trabajo doméstico.
- La sobrecarga doméstica femenina tiene efectos directos en su bienestar físico, emocional y social, limitando su tiempo para la educación, el empleo y la participación comunitaria.
- Las mujeres madre de La Lima estarán dispuesta a participar en la investigación, aportando información veraz sobre sus experiencias sobre las condiciones de acceso al agua y sus dinámicas familiares.
- La sensibilización y la promoción de la corresponsabilidad familiar pueden contribuir a una distribución más equitativa de las tareas del hogar, incluso frente a las limitaciones del acceso del agua.

9. Categorías, temas patrones emergente de la investigación

El análisis de la información obtenida en el proceso de investigación permitió organizar los hallazgos en categorías y subcategorías, de acuerdo con los objetivos planteados. A partir de estas categorías se identificaron temas centrales que describen la realidad de las mujeres de la comunidad La Lima frente a la escasez de agua, y finalmente se reconocieron patrones emergentes, entendidos como regularidades que se repiten en los testimonios y experiencias recogidas.

- **Escasez de agua**

Subcategorías: disponibilidad, calidad, tiempo y distancia de recolección, fuentes de abastecimiento.

Temas:

Las mujeres señalan que el agua disponible no siempre es suficiente para cubrir las necesidades del hogar.

La calidad del agua en ocasiones es inadecuada para el consumo humano, obligando a usar fuentes inseguras.

La distancia y el tiempo que implica recolectar agua generan cansancio y afectan otras actividades.

Patrones emergentes:

El acceso limitado al agua es una constante que afecta a todos los hogares de la comunidad.

La tarea de recolección recae principalmente en mujeres y niñas.

La escasez del recurso incrementa tensiones familiares por la priorización de su uso.

- **Sobrecarga doméstica en mujeres**

Subcategorías: roles asignados, corresponsabilidad, distribución de tareas entre géneros, carga de trabajo, impacto en tiempo libre y oportunidades.

Temas:

Las mujeres cargan con la mayor parte de las labores domésticas y del abastecimiento de agua.

Se evidencian limitaciones en la corresponsabilidad de los hombres en las tareas del hogar.

La sobrecarga reduce el tiempo disponible para descansar, estudiar o trabajar.

Patrones emergentes:

La división sexual del trabajo se mantiene rígida y naturalizada en la comunidad.

La falta de corresponsabilidad genera frustración en las mujeres.

La sobrecarga doméstica es un obstáculo estructural para el desarrollo personal y colectivo.

- **Salud familiar y comunitaria**

Subcategorías: fatiga, enfermedades asociadas, estrés emocional y mental.

Temas:

La carga física de acarrear agua produce dolores musculares, cansancio y desgaste en las mujeres.

El uso de agua de fuentes inseguras está relacionado con enfermedades gastrointestinales en las familias.

El estrés por la escasez de agua afecta la salud mental y emocional de las mujeres,

Patrones emergentes:

Existe una relación directa entre la falta de agua y problemas de salud.

El esfuerzo cotidiano de acarrear agua impacta de manera diferenciada en mujeres, por ser ellas quienes lo realizan.

La salud mental se ve comprometida por la preocupación constante de garantizar agua para la familia.

- **Participación comunitaria**

Subcategorías: limitación de tiempo, restricción en actividades sociales, conflictos comunitarios.

Temas:

Las mujeres participan poco en espacios comunitarios por la sobrecarga de tareas en el hogar.

La escasez de agua genera conflictos en la comunidad, sobre todo en torno al acceso y uso del recurso.

Patrones emergentes:

La falta de tiempo disponible limita la organización comunitaria de las mujeres.

La escasez de agua no solo afecta al hogar, sino que también genera tensiones colectivas.

- **Equidad y bienestar familiar**

Subcategorías: estrategias de afrontamiento, resiliencia, cooperación intrafamiliar, redes de apoyo, promoción de equidad de género.

Temas:

Las familias desarrollan estrategias de afrontamiento para enfrentar la falta de agua, como almacenar o compartir con vecinos.

Algunas mujeres proponen mayor corresponsabilidad de los hombres en la distribución de tareas.

El bienestar físico y emocional se relaciona con la reducción de la sobrecarga doméstica.

Patrones emergentes:

La resiliencia comunitaria es una fortaleza, pero no sustituye la necesidad de políticas y soluciones estructurales.

Existe conciencia creciente sobre la importancia de redistribuir tareas y promover la equidad de género.

El bienestar integral de la familia depende en gran medida de mejorar el acceso al agua y disminuir la carga femenina.

Tabla 1 *Matriz de Categorías*

Objetivos específicos	Categorías	Subcategorías
1. Caracterizar las condiciones sociales, económicas, culturales y ambientales de la comunidad La Lima en relación con la escasez de agua potable y sus repercusiones en la vida cotidiana de las mujeres madres.	Contexto comunitario y condiciones de vida (sociales, económicas, culturales y ambientales)	- Condiciones socioeconómicas. - Infraestructura hídrica. - Acceso y disponibilidad del agua. - Prácticas culturales relacionadas con el uso del agua.
	Escasez de agua como problemática estructural.	- Factores determinantes (ambientales, institucionales, económicos) - Políticas locales y gestión comunitaria del agua.
2. Analizar los efectos psicosociales y las manifestaciones de sobrecarga doméstica en las mujeres madres frente a la escasez de agua potable, considerando su impacto en las relaciones familiares y comunitarias.	Efectos psicosociales de la escasez de agua.	- Estrés, ansiedad y carga emocional - Agotamiento físico y mental - Frustración y sentimientos de impotencia.
	Sobrecarga doméstica y desigualdad de género.	- División sexual del trabajo - Roles y estereotipos de género - Corresponsabilidad familiar.
	Impacto en las relaciones familiares y comunitarias.	- Comunicación y relaciones intrafamiliares. - Redes de apoyo y cooperación comunitaria. - Participación social de las mujeres.
3. Diseñar un plan de sensibilización comunitaria orientado a promover la equidad de género, la corresponsabilidad familiar y el uso sostenible del agua en los hogares.	Plan de sensibilización comunitaria	- Estrategias educativas y participativas - Formación en corresponsabilidad familiar - Educación ambiental y uso sostenible del agua
	Transformación social y equidad de género	- Promoción de derechos - Empoderamiento y liderazgo femenino - Fortalecimiento del tejido social

10. Preguntas de investigación

¿Cuáles son los efectos psicosociales de la escasez de agua en la sobrecarga doméstica en las mujeres madres de la comunidad La Lima, Matagalpa?

¿Como son las condiciones sociales, económicas, culturales y ambientales que caracterizan la comunidad La Lima en relación con la escasez de agua potable?

¿Qué efectos psicosociales experimentan las mujeres madres de la comunidad La Lima debido a la escasez de agua potable y cómo afecta su sobrecarga doméstica?

¿Qué estrategias de sensibilización comunitaria pueden ser efectivas para promover la equidad de género, la corresponsabilidad familiar y el uso sostenible del agua en los hogares de la comunidad La Lima?

11. Marco teórico

11.1. Escasez de agua como problemática social y comunitaria

El agua es un recurso esencial para la vida y el desarrollo de las comunidades, sin embargo, en muchos territorios rurales su acceso resulta limitado o desigual. La escasez de agua se ha convertido en una problemática social y comunitaria que impacta en la salud, la educación, la economía y la organización social. Este apartado aborda su conceptualización, los factores que la provocan y los principales efectos en la vida cotidiana de las poblaciones rurales.

11.1.1. Concepto de escasez de agua

Montaño (2025) refiere que el agua es esencial para la vida en la tierra, y, aunque este recurso representa el 70% del planeta, solo una pequeña proporción es apta para el consumo humano, la cual con el pasar del tiempo empieza a escasear. Tal como expresa Andrade (2024) que cada vez más países están experimentando estrés hídrico, y el aumento de las sequías y la desertificación ya está empeorando estas tendencias. Se estima que al menos una de cada cuatro personas verá afectada por escasez recurrente de agua para 2050.

11.1.2. Factores que determinan la escasez en contextos rurales nicaragüenses: clima, infraestructura, políticas públicas, desigualdad territorial

Según Roca-Servat y Botero (2020) plantean que la escasez de agua no puede entenderse únicamente desde causas naturales, sino también desde las estructuras sociales, económicas y políticas que generan desigualdad en el acceso y la gestión del recurso. En los contextos rurales, como ocurre en Nicaragua, los factores que determinan la escasez de agua se relacionan tanto con el impacto del cambio climático manifestado en sequías prolongadas o lluvias irregulares como con la falta de infraestructura adecuada para la captación, almacenamiento y distribución del agua.

A ello se suma la débil implementación de políticas públicas efectivas y la desigualdad territorial, que coloca a las comunidades rurales en condiciones de mayor vulnerabilidad. Desde esta perspectiva, la escasez hídrica no es solo un problema ambiental, sino una expresión de inequidad social que afecta de manera particular a las mujeres rurales, quienes enfrentan una sobrecarga en las tareas domésticas vinculadas al abastecimiento y uso del agua.

Schiaffini-Aponte et al. (2024) argumenta que "la insuficiente gobernanza del recurso hídrico provoca riesgos y conflictos que afectan a las poblaciones, aun cuando el derecho humano al agua potable y al saneamiento ha sido reconocido por la Asamblea General de las Naciones Unidas". Desde esta visión, la escasez de agua no solo obedece a fenómenos ambientales, sino también a la falta de políticas y mecanismos de gestión eficaces que garanticen un acceso equitativo. Esta carencia institucional incrementa las tensiones sociales en comunidades rurales, donde las mujeres asumen mayor responsabilidad en el abastecimiento del recurso, generando una sobrecarga doméstica que limita su bienestar y participación social (p. 26).

García (2024) sostiene que el uso no regulado, la contaminación y el cambio climático reducen cada vez más la disponibilidad de agua potable, mientras sectores como la agricultura representan el 72% de su extracción mundial. Por lo tanto, la escasez hídrica no solo es un problema ambiental, sino también político y económico, que requiere una gestión coordinada y eficaz.

Según Escobar (2023) expresa que hoy en día el derecho al agua es considerado como un derecho humano fundamental pues la vida del hombre depende de su suficiente abastecimiento, de las posibilidades de acceso en las cantidades requeridas y de su calidad para satisfacer todas las necesidades higiénicas y domesticas (preparación de bebidas, alimentos, lavado corporal, riego, electricidad, generación de valor etcétera).

La escasez de agua en zonas rurales está directamente vinculada al cambio climático, la degradación de fuentes naturales y la insuficiencia de infraestructura para su distribución según

Cahuapaza (2025), esto refleja que los problemas de acceso al agua no surgen de un solo factor, sino de una combinación de elementos ambientales y estructurales, donde el cambio climático y las limitaciones técnicas agravan las desigualdades ya existentes en comunidades rurales.

11.1.3. Vinculación con los objetivos de desarrollo sostenible (ODS 5,6,10)

La escasez de agua en comunidades rurales constituye un factor que profundiza la sobrecarga doméstica de las mujeres, quienes asumen la mayor parte del trabajo relacionado con el abastecimiento, almacenamiento y uso del recurso para el hogar. Esta situación se vincula directamente con varios Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). En primer lugar, él ODS 6: Agua limpia y saneamiento busca garantizar la disponibilidad y gestión sostenible del agua y el saneamiento para todos; la falta de acceso suficiente obliga a las mujeres a dedicar más tiempo y esfuerzo a tareas domésticas, afectando su bienestar y su participación en actividades educativas y económicas (United Nations, 2023).

En este mismo apartado, el ODS 5: Igualdad de género se ve directamente implicado, ya que la sobrecarga de trabajo doméstico limita la igualdad de oportunidades, refuerza roles tradicionales y reduce la participación social y laboral de las mujeres, Finalmente, el ODS 10: Reducción de las desigualdades refleja cómo las brechas territoriales y la falta de infraestructura incrementan la vulnerabilidad de estas comunidades, evidenciando desigualdades socioeconómicas que afectan el acceso equitativo al agua y los recursos básicos ,Así, la escasez de agua no solo constituye un desafío ambiental, sino un problema social que perpetúa la sobrecarga doméstica y limita la equidad de género y la inclusión social en contextos rurales (United Nations, 2023).

11.2. La sobrecarga doméstica y su relación con la equidad de genero

Por otro lado, Lagarde (1996) afirma que la sobrecarga doméstica es un pilar del orden patriarcal, donde el trabajo de cuidado y reproductivo se convierte en un cautiverio porque es

explotado, no asalariado y justificado ideológicamente "por amor". Esta asignación exclusiva a las mujeres perpetúa la desigualdad de género, ya que garantiza la disponibilidad de los hombres para la vida pública y económica, mientras obstaculiza la autonomía, el tiempo propio y la participación equitativa de las mujeres en todas las esferas de la sociedad.

11.2.1. Teoría feminista del trabajo y del cuidado

Según Lagarde (2005) las mujeres han sido históricamente responsables de las labores de cuidado, entendidas como actividades domésticas y de atención a la familia y comunidad, las cuales son invisibilizadas y no remuneradas. Esta sobrecarga se intensifica en contextos rurales donde las mujeres no solo realizan tareas domésticas, sino que además deben asegurar el acceso a recursos básicos, como el agua, afectando su bienestar, salud y oportunidades de participación social y económica.

La Teoría del Cuidado plantea que el cuidado es una actividad social fundamental para la reproducción de la vida, pero que está desigualmente distribuida, lo que genera inequidades estructurales. También, Lagarde (2005) sostiene que esta desigualdad no es accidental ni natural, sino que forma parte de un sistema patriarcal que asigna roles y responsabilidades de manera diferenciada por género.

En el contexto de comunidades rurales nicaragüenses, la escasez de agua se convierte en un factor que agrava la sobrecarga doméstica femenina, pues las mujeres deben dedicar más tiempo y esfuerzo a abastecer el hogar, dejando menos espacio para educación, trabajo remunerado o participación social. Por lo tanto, vincular la problemática de la escasez de agua con la Teoría Feminista y del Cuidado permite entender que la sobrecarga doméstica no es solo un asunto individual, sino una expresión de desigualdad social y de género estructura.

Concepto de carga doméstica y trabajo no remunerado

Elson (1998) define el trabajo doméstico y de cuidados no remunerado como “labor no remunerada que incluye servicios realizados dentro del hogar para sus miembros, como el cuidado de personas, las tareas domésticas y el trabajo voluntario comunitario”.

En esta definición, “trabajo” implica tiempo y esfuerzo; “cuidado” se refiere a proporcionar lo necesario para la salud, el bienestar, mantenimiento o protección de otra persona o cosa; y “no remunerado” indica que quien lo realiza no recibe una compensación monetaria.

Definiciones desde la economía feminista

La economía feminista conceptualizada por Reyes (2025)define el trabajo reproductivo como el conjunto de actividades necesarias para la reproducción de la vida (cuidado de personas, preparación de alimentos, limpieza, etcétera.) que, en su mayoría, no son remuneradas ni cuentan en las cuentas nacionales. Esta invisibilización implica que la aportación material y social de este trabajo queda fuera del reconocimiento público y de las políticas económicas, reforzando la naturalización de que “lo doméstico” es asunto privado y femenino.

En contextos rurales, esa invisibilidad se agrava: la falta de servicios y la insuficiencia de infraestructura (agua, saneamiento, transporte) amplifican la carga de trabajo de cuidados que recae sobre mujeres y niñas, limitando su tiempo para educación, participación comunitaria y trabajo remunerado.

Benería (1999) analiza la división sexual del trabajo como una construcción histórica que separa artificialmente la esfera de la producción asociada al empleo asalariado y al mercado de la esfera de la reproducción ligada a las tareas domésticas y de cuidado. Esta separación, sostiene la autora, ha permitido que el sistema capitalista se sustente en la explotación del trabajo reproductivo no remunerado, ejecutado principalmente por mujeres, el cual garantiza la reposición cotidiana de la fuerza laboral sin ningún costo económico para el mercado.

En este sentido Benería et al. (2015) argumenta que la sobrecarga doméstica de las mujeres madres rurales no responde únicamente a un patrón cultural, sino a una estructura económica que depende de su tiempo, energía y dedicación para sostener la economía familiar y comunitaria

Por su parte, Elson (1998) complementa este análisis al introducir el concepto del valor oculto del trabajo reproductivo. Según la autora, las tareas domésticas y de cuidado poseen un valor económico real al reducir los costos de reproducción de la fuerza laboral, aunque el mercado y los indicadores macroeconómicos como el PIB (Producto Interno Bruto) no lo reconozcan.

Desde su visión crítica Elson y Çağatay (2000) sugiere que las políticas económicas y de desarrollo tienden a transferir responsabilidades que antes correspondían al estado hacia los hogares, lo que incrementa la carga sobre las mujeres, especialmente en contextos rurales y empobrecidos. Así, la escasez de agua se convierte en un ejemplo concreto de esta transferencia de costos: el tiempo y el esfuerzo físico que las mujeres invierten en acarrear el recurso constituyen una forma de trabajo no remunerado que subsidia el funcionamiento del sistema productivo.

Invisibilización del trabajo reproductivo y desigual distribución de las tareas del hogar.

El trabajo reproductivo y doméstico no remunerado constituye un eje central en la reproducción de la vida social, aunque históricamente ha sido excluido de las categorías económicas y políticas de valor. Benería (2005) plantea que la economía capitalista se sostiene sobre una profunda asimetría entre la producción y la reproducción, al considerar únicamente el trabajo mercantil como generador de valor, mientras relega a la invisibilidad el trabajo de cuidados. En contextos rurales, esta dinámica se refleja en la sobrecarga de las mujeres, quienes deben combinar tareas domésticas, cuidado de personas y el abastecimiento de recursos como el agua, lo que incrementa el estrés, la fatiga física y los efectos psicosociales.

En esta misma línea, Estermann y Muro (2023) profundizan en la invisibilización del trabajo doméstico en donde identifican que la división sexual del trabajo es un mecanismo estructural de subordinación que ubica a las mujeres en la esfera privada, desligando su labor de la producción económica. Según las autoras, este proceso de invisibilización "opera sobre el valor del trabajo doméstico para la reproducción del sistema capitalista" reproduciendo desigualdades materiales y simbólicas. En las comunidades rurales, donde las mujeres asumen el abastecimiento de agua y otras tareas domésticas, esta división se intensifica, aumentando la vulnerabilidad psicosocial y reduciendo las oportunidades de participación social y económica (p. 27).

11.2.2. La división sexual del trabajo en contextos rurales

Teoría de la división sexual del trabajo

Estermann (2021) argumenta que la división sexual del trabajo constituye una estructura social que determina jerarquías y desigualdades, invisibilizando el aporte de las mujeres en la sostenibilidad de la vida. La teoría de la división sexual del trabajo sostiene que las tareas domésticas y de cuidado han sido históricamente asignadas a las mujeres, mientras que a los hombres se les ha vinculado con el trabajo productivo y remunerado. Esta separación no solo reproduce desigualdades económicas, sino también simbólicas y sociales, pues refuerza la idea de que lo femenino se asocia al espacio privado y lo masculino al espacio público.

Complementariamente, el enfoque de justicia de Fraser (2009)aporta una doble clave analítica: por un lado, la redistribución (reconocer y compensar recursos y tiempos); por otro, el reconocimiento (visibilizar y valorar socialmente el trabajo de cuidados). Esta combinación teórica permite sostener que la invisibilidad del trabajo reproductivo es tanto un problema de asignación material como de legitimación simbólica, lo que explica por qué medidas exclusivamente técnicas o de infraestructura resultan insuficientes si no van acompañadas de transformaciones en la valoración social del cuidado.

De igual forma, las críticas antirracistas y decoloniales han señalado que la división sexual del trabajo afecta de manera diferenciada a mujeres rurales, indígenas o afrodescendientes. Montenegro (2022) argumenta que el análisis del trabajo doméstico remunerado y no remunerado debe reconocer la intersección de clase, raza y género para comprender las múltiples formas de explotación. Esto resulta pertinente para el contexto.

Roles de género tradicionales en comunidades campesinas nicaragüenses

En las comunidades rurales nicaragüenses, los roles de género tradicionales determinan una asignación desigual de responsabilidades que excede el ámbito doméstico. La economista feminista Moser (1993) establece que las mujeres, a diferencia de los hombres, suelen ser responsables de tres tipos interconectados de trabajo, que a menudo son simultáneos y generan una sobrecarga.

Según Zabala-Murillo et al. (2023) el rol productivo incluye su participación en actividades laborales asalariad as, ya sean temporales o permanentes. El rol reproductivo comprende las tareas domésticas y el cuidado de los miembros de la familia. Finalmente, el rol comunitario se refleja en su involucramiento en formas de asociación y participación en la vida comunitaria.

En este mismo aspecto Moser (1989) refiere que el análisis se enmarca en la metodología de Planificación de Género en el Desarrollo desarrollada cuyo objetivo es visibilizar la subordinación de las mujeres y orientar las políticas hacia la equidad. Este marco se fundamenta en la noción de la Triple Carga y la distinción entre las necesidades de género. En este estudio destaca que los hombres se centran en un rol productivos mientras las mujeres tres roles, reforzando las barreras de géneros.

La relevancia de esta teoría para la sobrecarga domestica que se vive en la comunidad La lima es que el trabajo de acarreo de agua es una función directa y prioritaria del Rol Reproductivo.

Cuando el acceso al recurso es difícil o escaso, esta tarea se vuelve desproporcionadamente intensiva en tiempo y esfuerzo, generando la sobrecarga doméstica.

Este enfoque permite comprender cómo la escasez de agua intensifica las tres dimensiones del trabajo femenino: al incrementarse el tiempo destinado a la búsqueda y transporte del recurso, las mujeres reducen su disponibilidad para actividades económicas remuneradas y enfrentan mayores exigencias en la gestión comunitaria del agua. Así, la triple carga descrita por Moser continúa siendo una herramienta teórica clave para analizar la feminización de la gestión del agua y los efectos psicosociales derivados de la desigual distribución del trabajo en el ámbito rural.

Efectos de la carga hídrica en las mujeres y niñas rurales

La inseguridad hídrica tiene un impacto significativo en la vida diaria de las mujeres tal como comenta Salinas y Becker (2024) en primer lugar, dolores musculares y problemas en la piel debido al proceso de transporte, almacenamiento y reutilización del agua. Además, esta responsabilidad resulta en que experimenten estrés, tristeza y rabia al no tener acceso a agua segura para sus familias y comunidades.

Como señala Soares (2021), en la comunidad rural de El Mirador (México) las mujeres fueron quienes enfrentaron de forma más aguda la carencia de agua y saneamiento, dado que los roles de género las ubicaron como responsables del abastecimiento doméstico. Esta evidencia refuerza que la carga hídrica no es simplemente logística, sino una manifestación de desigualdad de género e n contextos rurales.

11.2.3. Corresponsabilidad familiar y equidad de género

La gestión doméstica y comunitaria del agua requiere ser abordada desde una perspectiva de género que reconozca la distribución desigual de responsabilidades y el valor social del trabajo de cuidado. En este sentido, la literatura reciente subraya que las intervenciones técnicas sobre

agua y saneamiento resultan insuficientes si no incorporan un análisis sobre género que visibilice quién realiza las tareas, cómo se organiza el tiempo en los hogares y qué costos psicosociales implica dicha organización.

En este mismo apartado Ramírez-Perdomo (2024), por ejemplo, en su estudio obtuvieron una muestra mediante entrevistas cualitativas que hombres y mujeres construyen sentidos distintos sobre el cuidado: mientras las mujeres lo asumen como obligación moral y cotidiana, los hombres lo perciben con frecuencia como auxiliar o circunstancial, lo que condiciona la sostenibilidad de cualquier estrategia comunitaria de gestión hídrica.

Esta orientación que comenta Torres (2024) exige que el Trabajo Social, desde su enfoque de derechos y participación, promueva prácticas de gestión doméstica y comunitaria que incluyan procesos de reconocimiento del trabajo reproductivo, capacitación comunitaria en corresponsabilidad y espacios deliberativos donde las mujeres definan las soluciones.

Perspectiva de género en la gestión doméstica y comunitaria

Adoptar una perspectiva de género en la gestión doméstica y comunitaria implica visibilizar quién realiza qué tareas, cómo se toman decisiones sobre los recursos como el aguay cómo las políticas locales integran las voces femeninas en la planificación. Desde el trabajo social comunitario, esto significa fortalecer capacidades locales, reconocer el trabajo no remunerado y acompañar procesos de gestión participativa del recurso hídrico que reduzcan la carga sobre las mujeres.

Bacon (2022) destaca que, en comunidades rurales del norte de Nicaragua, cuando la gestión del agua incorpora análisis de género y mejoras técnicas en captación o almacenamiento, se observan reducciones significativas en el tiempo que las mujeres dedican a la recolección del recurso. De manera similar, Romano et al. (2021)señalan que los programas hídricos que incluyen

la participación activa de las mujeres promueven mayor sostenibilidad y equidad en la distribución de las tareas domésticas y comunitarias.

Participación de los hombres en tareas del hogar: barreras culturales y simbólicas

La participación de los hombres en las tareas del hogar enfrenta barreras culturales y simbólicas que operan a múltiples niveles: identidades de género, normas de masculinidad hegemónica y prácticas cotidianas que sancionan la transgresión de roles. Connell (2005) y Moser (1993) explican la base estructural de estas barreras; en lo empírico, estudios recientes confirman que, aun cuando existen cambios generacionales, la interiorización de normas tradicionales continúa limitando la implicación masculina en los cuidados.

Por ejemplo, Carneiro et al. (2023) documentan que la persistente división de labores en contextos latinoamericanos correlaciona con mayor carga y riesgo de trastornos mentales en mujeres; de forma complementaria, Ramírez-Perdomo (2024)evidencia que los hombres que sí participan en cuidado enfrentan estigmas y tensiones de identidad, lo cual dificulta la sostenibilidad de modelos corresponsables.

Por tanto, las intervenciones deben combinar acciones de educación comunitaria, programas de masculinidades que reconfiguren significados y políticas públicas que promuevan incentivos laborales y culturales para la corresponsabilidad, integrando además medidas de apoyo psicosocial para mujeres que actualmente soportan la mayor carga doméstica y de abastecimiento hídrico.

11.3. Efectos psicosociales de la escasez de agua en la vida de las mujeres

Tal como destaca Torres (2024) son muchos los estudios que se han hecho que demuestran que la mujer desempeña un papel fundamental en el abastecimiento, la gestión y la protección del agua, sobre todo en aquellas sociedades donde estas deben recolectarla diariamente para la utilización familiar en usos domésticos, sanitarios y de higiene, así como para la siembra y la cosecha de alimentos. Con esta labor, además, las mujeres cumplen un rol

fundamental en la lucha contra la pobreza como proveedoras de uno de los recursos indispensables para la satisfacción de necesidades básicas y para el logro de la calidad de vida de su núcleo familiar.

11.3.1. Teoría de los sistemas ecológicos

La Teoría de los Sistemas Ecológicos de Bronfenbrenner (1987) propone que el desarrollo humano está influido por múltiples sistemas ambientales interconectados: el microsistema (familia, hogar), el mesosistema (interacciones entre entornos), el exosistema (contextos indirectos como comunidad o infraestructura), el macrosistema (cultura, normas sociales) y el cronosistema (tiempo y cambios).

En el marco del trabajo social y la sobrecarga doméstica en contextos rurales con escasez de agua, este modelo posibilita analizar cómo factores propios del hogar (microsistema) interactúan con barreras culturales (macrosistema), infraestructura deficiente (exosistema) y cambios en el tiempo (cronosistema). Por ejemplo, la falta de infraestructura de agua (exosistema) obliga a la mujer a dedicar más tiempo al abastecimiento, lo que afecta su bienestar (microsistema) y reproduce normas de género tradicionales (macrosistema). Así, las intervenciones en trabajo social deben orientarse a múltiples niveles: fortalecer la familia, cambiar normas culturales, mejorar infraestructura y considerar trayectorias temporales de cambio comunitario.

11.3.2. Modelo psicosocial comunitario

De acuerdo con Martín-Baró (1998), el rol de la psicología social comunitaria es desideologizar la realidad, lo que implica cuestionar las estructuras de poder que sostienen la naturalización de la sobrecarga doméstica como una responsabilidad exclusiva de las mujeres rurales, la Psicología de la Liberación invita a comprender los fenómenos sociales desde sus raíces históricas y estructurales, exigiendo que las ciencias sociales desvelen las condiciones de opresión que afectan a las comunidades más vulnerables. En este sentido, la sobrecarga

doméstica de las mujeres rurales se interpreta como una expresión de dichas estructuras, reforzada por patrones culturales y económicos que naturalizan la desigualdad.

El modelo de resiliencia familiar de Walsh (2012) aporta un enfoque complementario para analizar cómo las familias rurales enfrentan las condiciones de estrés crónico derivadas de la sobrecarga doméstica y la escasez de recursos. Desde esta perspectiva, la resiliencia se entiende como un proceso dinámico que permite a las familias mantener su funcionalidad y bienestar emocional frente a la adversidad.

Según Walsh (2012), la resiliencia se sustenta en tres pilares: los sistemas de creencias, los patrones organizacionales y los procesos de comunicación. Estos componentes resultan esenciales para comprender cómo las familias rurales pueden afrontar las exigencias del trabajo doméstico y del cuidado en contextos de precariedad.

11.3.3. Dimensión psicosocial de la escasez de recursos básicos

La escasez de recursos básicos, especialmente agua y alimentos, afecta de manera directa el bienestar psicológico y social de las comunidades rurales. Vollrath et al. (2021)señalan que la sequía, como manifestación de la escasez hídrica, genera impactos negativos en el bienestar subjetivo, la salud y el capital social, aumentando la vulnerabilidad psicosocial de los hogares rurales y limitando la capacidad de las personas para enfrentar adversidades cotidianas.

Desde una perspectiva de género, la escasez de agua reproduce desigualdades estructurales que afectan principalmente a las mujeres rurales. Soares (2022) destaca que la distribución desigual de recursos hídricos y la gestión insuficiente del agua no solo incrementan la carga doméstica y de cuidado de las mujeres, sino que también generan riesgos de violencia estructural y limitan su participación en la toma de decisiones comunitarias. Este enfoque resalta la necesidad de intervenciones que incorporen análisis de género, fortalecimiento comunitario y promoción de derechos.

Además, la provisión de agua en contextos rurales tiene implicaciones directas en la organización familiar y comunitaria. Según Romano y otros. (2021), las deficiencias en la gestión estatal y comunitaria del agua producen tensiones intrafamiliares y limitan la cohesión social, afectando la resiliencia de las familias y la capacidad colectiva para gestionar recursos esenciales. Esto evidencia que la escasez de recursos básicos no es solo un desafío material, sino un factor estructural que influye en la salud mental, las relaciones familiares y el tejido social en comunidades rurales.

11.3.4. Enfoque psicosocial: interacción entre factores individuales, familiares y comunitarios

El enfoque psicosocial permite analizar cómo la escasez de recursos básicos y la sobrecarga doméstica interactúan a nivel individual, familiar y comunitario, generando efectos interdependientes en la vida de las mujeres rurales. Según Bronfenbrenner (1987), las personas se desarrollan dentro de sistemas interconectados donde lo individual no puede separarse de lo familiar, comunitario y cultural.

En este marco, el microsistema refleja la vida cotidiana de la mujer y sus relaciones cercanas; el mesosistema vincula estos entornos, por ejemplo, la interacción entre familia y escuela; el exosistema incluye instituciones, infraestructura y servicios de la comunidad que influyen indirectamente; y el macrosistema incorpora normas sociales, culturales y de género que regulan la distribución del trabajo doméstico.

Complementariamente, Martín-Baró (1998) subraya que la sobrecarga doméstica debe entenderse en su contexto sociopolítico, como resultado de estructuras de poder que limitan la participación de las mujeres en espacios comunitarios, políticos y económicos. Esto implica que el malestar individual no es solo personal, sino que refleja desigualdades históricas y sociales que atraviesan la familia y la comunidad.

Desde esta perspectiva, a nivel individual, las mujeres experimentan estrés crónico, ansiedad y agotamiento emocional debido a la doble carga de trabajo doméstico y cuidado. A nivel familiar, la distribución desigual de tareas genera conflictos intrafamiliares, limitando la cohesión, el apoyo mutuo y la capacidad de resolución colectiva de problemas. A nivel comunitario, la falta de infraestructura, servicios adecuados y políticas de apoyo refuerza la sobrecarga y reproduce la desigualdad de género, afectando la participación social y la resiliencia comunitaria.

Este enfoque psicosocial resalta la necesidad de intervenciones integrales que actúen simultáneamente en todos los niveles: mejorar la infraestructura y servicios, promover la corresponsabilidad en la familia, transformar normas culturales y fortalecer redes comunitarias que apoyen a las mujeres en su desarrollo personal y social.

11.3.5. Estrés, ansiedad y agotamiento emocional como resultado de la sobrecarga doméstica.

El estrés, la ansiedad y el agotamiento emocional son respuestas psicosociales recurrentes en mujeres rurales que enfrentan una sobrecarga doméstica constante y desigual. De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986), el estrés se produce cuando las demandas del entorno superan los recursos percibidos por la persona para afrontarlas. Desde su modelo transaccional del estrés y afrontamiento, este fenómeno implica una evaluación cognitiva: la persona valora las exigencias externas (como las tareas del hogar, el cuidado de otros o la falta de agua) y sus capacidades internas para responder a ellas. Cuando percibe que no tiene control o apoyo suficiente, se activan respuestas emocionales intensas como ansiedad, tensión y frustración.

En el contexto rural, la escasez de agua y la responsabilidad casi exclusiva de las mujeres en las tareas domésticas y de cuidado representan estresores crónicos. La repetición diaria de actividades demandantes, sumada a la falta de reconocimiento social, provoca una sensación de agotamiento progresivo. Este tipo de estrés sostenido agota los recursos emocionales y

cognitivos, afectando el bienestar psicológico e incrementando la vulnerabilidad ante trastornos como la ansiedad o la depresión.

Complementariamente, el modelo del agotamiento emocional desarrollado por Maslach y Jackson (1981) describe cómo la exposición prolongada a cargas excesivas genera fatiga emocional, despersonalización y pérdida del sentido de logro. Aunque originalmente se aplicó a entornos laborales, investigaciones recientes demuestran su pertinencia para analizar el trabajo doméstico no remunerado, donde las mujeres enfrentan demandas constantes sin reconocimiento ni espacios de descanso.

En conjunto, estas perspectivas muestran que la sobrecarga doméstica debe entenderse como un estresor psicosocial estructural, producto de la desigualdad de género y la precariedad de recursos básicos. Su impacto trasciende el plano individual, afectando la dinámica familiar y comunitaria. Por ello, el trabajo social con enfoque psicosocial debe promover estrategias de afrontamiento adaptativas, fortalecer las redes de apoyo y fomentar políticas que garanticen una distribución más equitativa del trabajo doméstico y del acceso a los recursos esenciales.

11.3.6. Impactos en las relaciones familiares y comunitarias

Conflictos intrafamiliares por la distribución de tareas y recursos.

La inseguridad hídrica y la distribución desigual de las tareas domésticas fomentan condiciones propicias para el conflicto intrafamiliar. Pearson et al. (2021) hallaron que distintos dominios de la inseguridad del agua especialmente la falta de accesibilidad se asocia con mayor probabilidad de conflictos tanto dentro como fuera del hogar; es decir, la tensión por el acceso al recurso se traduce en fricciones cotidianas que afectan la convivencia.

De forma complementaria, Vollrath et al, (2021) muestran que la sequía deteriora el bienestar subjetivo y el capital social en comunidades rurales, circunstancias que aumentan la presión sobre los hogares y elevan la probabilidad de disputas entre miembros de la familia por

la priorización del uso del agua y otros recursos básicos. Desde la perspectiva del trabajo social, estos hallazgos señalan la necesidad de intervenciones que no solo mejoren la provisión técnica del recurso, sino que también atiendan la mediación familiar y la gestión participativa de conflictos.

Reducción del tiempo libre, autocuidado y participación social

La carga adicional derivada del abastecimiento de agua y las tareas del hogar reduce drásticamente el tiempo disponible para el descanso, el autocuidado y la participación comunitaria, especialmente en las mujeres rurales. De Guzmán et al. (2023) documenta que la gestión doméstica del agua recorta las oportunidades de las mujeres para la educación, el trabajo remunerado y el activismo comunitario, profundizando su aislamiento social.

Asimismo, Bacon et al. (2022) observaron en Nicaragua que las intervenciones hídricas que disminuyen el tiempo de recolección generan beneficios directos sobre el tiempo libre y la capacidad de participación de las mujeres; esto refuerza que la inversión en infraestructura tiene efectos psicosociales positivos al liberar tiempo para el autocuidado y la formación. Estas evidencias justifican políticas y programas centrados en recuperar tiempo vital para las mujeres como estrategia de equidad y bienestar.

Resiliencia y estrategias de afrontamiento comunitario (Walsh, 2012).

Las comunidades desarrollan estrategias colectivas para reducir la carga y reconstruir la vida social frente a la escasez; en este sentido, el marco de resiliencia familiar y comunitaria de Walsh (2012) ofrece una guía para fortalecer factores protectores también enfatiza que sistemas de creencias compartidas, patrones organizacionales flexibles y procesos comunicativos eficaces son pilares que promueven la capacidad de adaptación familiar.

En este mismo apartado Aguilar et al. (2022) enfatiza que los estudios empíricos sobre resiliencia rural ante la escasez hídrica muestran que activos de subsistencia, redes de apoyo interfamiliares y gobernanza comunitaria participativa aumentan la adaptabilidad. Por tanto, el

trabajo social debe apoyar procesos participativos de gestión del agua y fortalecer redes locales no solo infraestructura técnica para consolidar la resiliencia y disminuir la sobrecarga que recae sobre las mujeres.

11.4. El Trabajo Social frente a las desigualdades de género y el desarrollo comunitario

En el ejercicio del Trabajo Social, asumir una perspectiva de género implica no solo intervenir en el ámbito de lo doméstico o comunitario, sino también visibilizar quién realiza qué tareas y cómo en palabras de Duarte et al. (2021)"la inclusión de la perspectiva de género en los procesos de intervención permite incorporar un conjunto de estrategias y herramientas orientadas hacia una mirada reflexiva de la realidad y, con ello, el camino para una transformación social" (p. 46).

Asimismo, como señala Galeano (2024), en la praxis con mujeres víctimas de violencia de género se constata que "mediante el proceso de intervención profesional se busca que las mujeres no solo reciban apoyo para salir de situaciones críticas, sino que encuentren un espacio para reconstruir su autoestima y resiliencia" Estas citas refuerzan la idea de que el Trabajo Social orientado hacia la corresponsabilidad de género debe generar espacios de participación activa, de reconocimiento del trabajo no remunerado y de empoderamiento comunitario (p. 84).

11.4.1. Rol del Trabajo Social en el abordaje de problemas comunitarios

El Trabajo Social desempeña un papel central en la identificación, comprensión y transformación de las problemáticas que afectan la convivencia y el bienestar en las comunidades. Según Ander-Egg (2003), el trabajo comunitario se caracteriza por "la generación de procesos participativos que promuevan la autonomía y la organización de las comunidades, reconociendo sus saberes y prácticas locales" este enfoque promueve la corresponsabilidad y la participación como herramientas para enfrentar desigualdades estructurales y fortalecer el tejido social. El profesional del Trabajo Social se convierte, así, en un facilitador de procesos colectivos y en un mediador entre las necesidades de la comunidad y las políticas públicas (p. 152).

Por su parte, Netto (2003) sostiene que el Trabajo Social debe centrarse en el fortalecimiento del capital social comunitario, impulsando “espacios de diálogo, confianza y cooperación que fortalezcan las capacidades locales frente a las crisis socioambientales y económicas” en este sentido, la intervención profesional no se limita a la asistencia, sino que, apuesta por un desarrollo social sostenible basado en la participación ciudadana, el respeto a los derechos humanos y la construcción de proyectos de vida dignos. Este rol resulta esencial en comunidades donde las desigualdades de género, la precariedad económica y la falta de servicios básicos profundizan la vulnerabilidad social (p. 78).

Pastor-Seller (2021) afirma que el Trabajo Social en comunidades contribuye, de esta forma, al fortalecimiento de los grupos y las organizaciones sociales son clave territorial para que sean protagonistas en la mejora de sus condiciones y calidad de vida. Se trata de incidir en las realidades sociales y políticas a través de procesos de mejora de las capacidades organizativas y de representación/movilización real de los intereses agregados. Así el Trabajo Social con comunidades interviene tejiendo vínculos, conectando organizaciones, fortaleciendo solidaridades, generando capital social y sinergias organizacionales.

Aportes del Trabajo Social en la gestión del agua, bienestar social y equidad de género

El Trabajo Social cumple un rol clave en la gestión comunitaria del agua al promover la participación de la comunidad y fortalecer la corresponsabilidad en el acceso a recursos hídricos. Según Quintana-Ramírez (2022), “experiencias comunitarias como la gestión colectiva del agua aportan teórica y metodológicamente al ejercicio de investigación-intervención realizada por el Trabajo Social en la dimensión ambiental” este enfoque permite que la provisión de agua no sea solo un asunto técnico, sino una práctica de empoderamiento social, donde se valoran saberes locales y se reconoce la contribución de las mujeres, quienes históricamente asumen la mayor parte de las labores domésticas relacionadas con el agua (p. 5).

Además, la gestión hídrica con perspectiva de género requiere visibilizar y transformar las dinámicas de poder dentro de las comunidades. Soares (2023) afirma que “la participación social en la gestión comunitaria del agua deja pendiente el análisis de la lógica organizacional de las zonas rurales desde el enfoque de género”. Esto evidencia que, aunque las mujeres realizan gran parte del trabajo de abastecimiento, suelen estar marginadas en la toma de decisiones. El Trabajo Social interviene aquí promoviendo inclusión, equidad y bienestar social, fortaleciendo procesos organizativos que permitan que toda la comunidad, y en particular las mujeres, participen activamente en la gestión de recursos, logrando sostenibilidad y justicia social (p. 21).

Enfoque ecosocial y desarrollo sostenible en comunidades rurales

El enfoque ecosocial plantea la necesidad de comprender las problemáticas sociales desde su interrelación con el medio ambiente, superando las visiones fragmentadas que separan lo humano de lo ecológico. Morin (2005) propone el pensamiento complejo como herramienta teórica que permite “articular las dimensiones económicas, sociales y ambientales del desarrollo humano” esta perspectiva invita al Trabajo Social a desarrollar prácticas ecológicamente responsables, orientadas al equilibrio entre bienestar social y sostenibilidad. En comunidades rurales, donde la dependencia del entorno natural es directa, este enfoque permite diseñar estrategias de intervención que integren educación ambiental, resiliencia y gestión sostenible de recursos (p. 112).

De Sousa Santos (2019)refuerza esta visión al señalar que “el conocimiento emancipador surge desde los territorios y las experiencias de resistencia comunitaria”. Su propuesta de una “ecología de saberes” coincide con la práctica del Trabajo Social que valora los saberes locales y promueve la participación activa de las comunidades rurales en sus propios procesos de desarrollo. Este enfoque ecosocial, aplicado al Trabajo Social, impulsa modelos de intervención centrados en la justicia ambiental, la solidaridad intergeneracional y la sostenibilidad cultural y ecológica. Así, el Trabajo Social se consolida como una disciplina comprometida con el desarrollo sostenible, la equidad y la defensa del territorio (p. 73).

11.4.2. Trabajo Social, equidad y justicia de género

El compromiso ético y político del Trabajo Social se fundamenta en la búsqueda de la equidad y la justicia social, reconociendo las desigualdades estructurales que perpetúan la exclusión y la discriminación de las mujeres. Desde la perspectiva de Ander-Egg (1987), el Trabajo Social tiene una función esencialmente ética, orientada a la transformación social y al fortalecimiento de las capacidades humanas frente a los sistemas de opresión. En este sentido, las y los profesionales del Trabajo Social deben cuestionar los mecanismos institucionales y culturales que reproducen la desigualdad, asumiendo una postura crítica frente a las estructuras que subordinan a las mujeres, especialmente en contextos rurales o empobrecidos.

Como plantea Enrique Pastor-Seller (2021), el compromiso ético del Trabajo Social no puede limitarse al ámbito individual o asistencial, sino que debe integrar una dimensión colectiva y política que promueva la justicia de género y la participación ciudadana. De esta manera, el Trabajo Social actúa como un agente de cambio que articula la ética con la acción transformadora en los territorios.

En el campo de las prácticas de intervención, la perspectiva de género y derechos humanos ha adquirido un papel fundamental. Según Canet et al (2024), aplicar un enfoque psicosocial con mujeres implica trascender las respuestas asistenciales para construir procesos de empoderamiento y autonomía que promuevan la equidad real. Estas autoras destacan que la intervención social debe generar espacios de reflexión crítica donde las mujeres reconozcan sus derechos, resignifiquen su experiencia y participen activamente en la transformación de sus comunidades.

De igual modo, Evangelística y Sebastián (2022) subrayan que el enfoque de derechos humanos en el Trabajo Social se convierte en una herramienta esencial para visibilizar las desigualdades estructurales y promover una práctica basada en la dignidad, la participación y la justicia. Esta visión refuerza la necesidad de incorporar la interculturalidad en los procesos intervenidos, reconociendo las particularidades culturales y sociales de cada territorio como base para la equidad.

Finalmente, como enfatizan Torrez (2024) en sus estudios sobre intervención social en contextos de violencia de género, la praxis del Trabajo Social debe orientar sus esfuerzos hacia la construcción de redes solidarias, el fortalecimiento del bienestar emocional y la generación de espacios comunitarios donde las mujeres se reconozcan como sujetas de derecho y de cambio.

11.4.3. El Trabajo Social en el desarrollo comunitario

En el marco del desarrollo comunitario, el Trabajo Social se orienta a promover el protagonismo de las mujeres en espacios colectivos, reconociendo su papel fundamental en la construcción de soluciones locales y en la gestión de recursos comunitarios. Según Torrez (2024), la intervención social efectiva requiere identificar y potenciar las capacidades de las mujeres, no solo como receptoras de apoyo, sino como agentes activas de cambio que contribuyen a la cohesión y resiliencia de la comunidad. Este enfoque permite que la participación femenina no se limite al ámbito doméstico, sino que se expanda hacia procesos de decisión, planificación y ejecución de proyectos comunitarios.

"La gestión colectiva del agua, entendida desde la perspectiva del trabajo social, implica reconocerla como un derecho humano y como un factor de cohesión comunitaria" Quintana-Ramirez (2022) plantea que el Trabajo Social puede contribuir a la organización comunitaria para la gestión equitativa del agua, considerando este recurso no solo como una necesidad básica, sino como un espacio para la construcción de ciudadanía (p.29).

Asimismo, la implementación de estrategias participativas se convierte en un eje central para fortalecer las redes locales y fomentar la corresponsabilidad en la resolución de problemáticas colectivas. Tal como indica Pastor-Seller (2021), las intervenciones que facilitan la colaboración, la comunicación y la participación comunitaria activa generan entornos más inclusivos y resilientes, donde los miembros de la comunidad asumen roles concretos en la gestión de recursos y en la prevención de desigualdades. Estas prácticas contribuyen a consolidar capital social, mejorar la capacidad de respuesta ante crisis y garantizar que la participación transforme las relaciones de poder existentes.

Además, integrar enfoques de derechos, interculturalidad y equidad de género en el desarrollo comunitario permite que las acciones del Trabajo Social no solo aborden necesidades inmediatas, sino que generen cambios estructurales sostenibles. Según Canet y Rubio (2024), reconocer los derechos y capacidades de las mujeres fortalece la corresponsabilidad tanto en el hogar como en la comunidad, promoviendo prácticas de cuidado compartido y cohesión social. De este modo, la promoción del liderazgo femenino y la participación comunitaria se constituyen en herramientas esenciales para consolidar comunidades más justas, equitativas y resilientes.

Finalmente, la investigación local también ha mostrado cómo en comunidades nicaragüenses las condiciones familiares, educativas y sociales en áreas rurales requieren un acompañamiento integral desde el Trabajo Social.

Las dinámicas de crianza en las familias rurales de Cacaulí reflejan la necesidad de intervenciones sociales que fortalezcan la formación psicosocial de adolescentes, en un contexto limitado de recursos Bacilio et al. (2024) evidencia que las comunidades rurales demandan estrategias de intervención social que respondan a problemáticas educativas y psicosociales derivadas de la desigualdad estructural.

El Trabajo Social rural debe responder a la complejidad de territorios con limitaciones estructurales y servicios insuficientes. La gestión del agua no solo es un tema técnico, sino un factor clave para la cohesión comunitaria y la equidad de género, lo que hace necesario un acompañamiento cercano y adaptado al contexto.

La intervención en comunidades rurales debe ir más allá de atender carencias inmediatas; implica fortalecer capacidades colectivas, reconocer el agua como derecho y potenciar la autogestión comunitaria. Para el Trabajo Social, esto supone asumir un rol transformador que integre salud, educación y equidad.

11.4.4. Enfoque de desarrollo humano y sostenibilidad

El enfoque de desarrollo humano parte de la premisa de que el progreso de una sociedad no debe medirse únicamente por crecimiento económico, sino por la capacidad real de las personas para vivir vidas largas, saludables y con dignidad, así como por su acceso a oportunidades y participación plena en la vida social así informo el Programa de las Naciones Unidas por el Desarrollo (2021). En su Informe Anual 2021, el PNUD subraya que para avanzar hacia la Agenda 2030 es necesario promover tres ejes de cambio: transformación estructural, no dejar a nadie atrás y fomento de la resiliencia, articulados mediante seis soluciones emblemáticas (entre ellas pobreza y desigualdad, gobernanza, medio ambiente, igualdad de género) y tres catalizadores. Desde esta perspectiva, el desarrollo humano se vincula estrechamente con la sostenibilidad, pues reconoce que los avances humanos deben garantizarse sin comprometer las potencialidades de las futuras generaciones ni degradar los recursos naturales.

En línea complementaria, Sousa Santos (2018) aborda el paradigma del "pensamiento del Sur" o las "epistemologías del Sur", proponiendo que una auténtica sostenibilidad exige una ruptura con el modelo hegemónico eurocéntrico del desarrollo que separa lo humano de lo ecológico. Su propuesta destaca la necesidad de una "ecología de saberes" que reconozca la diversidad de formas de conocimiento y que articule justicia social, justicia ambiental y reconocimiento cultural. De esta manera, sostiene que el enfoque de desarrollo humano debe incorporar no solo mejoras en indicadores de salud, educación e ingresos, sino también la igualdad, el respeto por la naturaleza, la participación comunitaria y la corresponsabilidad intergeneracional.

Aplicado al contexto rural y a la sobrecarga doméstica en mujeres madres rurales en entornos de escasez hídrica, este marco teórico implica que las intervenciones sociales no pueden limitarse a suplir carencias materiales, sino que deben promover el desarrollo humano integral de las mujeres, fomentar su protagonismo, y asegurar que la provisión de servicios (como agua) se realice de manera que fortalezca su bienestar, autonomía y capacidad de decisión. Además, la sostenibilidad exige que estas acciones respeten el entorno, favorezcan la equidad y

construyan estructuras comunitarias resilientes frente a crisis, lo que conecta directamente con los principios del Trabajo Social en desarrollo comunitario.

10.5. Marco legal del estudio

10.5.1. Legislación nacional e internacional vinculada al acceso al agua y la equidad de género

10.5.1.1. Constitución Política de Nicaragua (1987, reformas 2014): derechos al agua, salud y equidad.

En el marco constitucional nicaragüense, el derecho al agua y a un ambiente saludable está garantizado por el Artículo 59 y 60, que establece que toda persona tiene derecho a un ambiente sano y a la preservación de los recursos naturales, incluyendo el acceso al agua segura Constitución Política de la República de Nicaragua (reforma 2014) (1987)La falta de acceso a este recurso esencial tiene un efecto directo sobre la salud de las comunidades rurales, vulnerando así también lo establecido en el Artículo 59, que reconoce el derecho a la salud como un derecho fundamental.

Por otro lado, los artículos 48 y 60 establecen la igualdad de derechos y responsabilidades entre hombres y mujeres, garantizando la participación equitativa de las mujeres en los distintos ámbitos de la vida social y familiar Constitución Política de la República de Nicaragua, reformas 2014 (1987). En contextos rurales donde la escasez de agua recae desproporcionadamente sobre las mujeres madres, esta situación genera una sobrecarga doméstica, afectando su derecho a la igualdad de responsabilidades y limitando su participación en actividades comunitarias, educativas y laborales. Este marco constitucional permite argumentar la necesidad de intervenciones sociales que garanticen la corresponsabilidad en el hogar y el acceso equitativo a los recursos hídrico.

10.5.1.2. Ley No. 620: Ley General de Aguas Nacionales.

La Ley No. 620, Ley General de Aguas Nacionales (20007), es el instrumento legal más relevante para sustentar su tesis, ya que eleva la provisión de agua para uso doméstico a una obligación de máxima prioridad nacional. Esta ley establece que el recurso hídrico es Patrimonio

de la Nación y debe ser gestionado de manera sostenible (Art. 1), lo que le permite argumentar que la escasez en la comunidad de La Lima es el resultado de un fracaso en el cumplimiento del mandato estatal de protección y conservación.

El sustento más fuerte reside en el Artículo 45, el cual dicta un estricto Orden de Prioridad de Uso, colocando el consumo humano y los servicios de agua potable como los dos usos más importantes, incluso por encima de los usos productivos. Por consiguiente, la falta de suministro de agua potable que incrementa la sobrecarga doméstica en las mujeres madres se traduce directamente en una violación a la jerarquía legal establecida por el Estado, impactando negativamente el derecho humano al agua y la equidad de género.

La Ley 620 también proporciona la base para el análisis de los instrumentos comunitarios y de participación, al ser la norma que rige la organización y operación de los Comités de Agua Potable y Saneamiento (CAPS) a nivel rural (a través de su reglamento). Esto le permite evaluar si el mecanismo legal para la participación ciudadana es efectivo y si incluye el Enfoque de Género en la toma de decisiones sobre la distribución del agua, la infraestructura y las inversiones. En resumen, la Ley 620 es fundamental para migrar el análisis de su tesis de un problema social a un incumplimiento de la política pública y la legislación hídrica, evidenciando cómo la ineficiencia en la gestión del recurso, que el Estado está obligado a proteger, recarga desproporcionadamente el trabajo no remunerado de las mujeres.

10.5.1.3. Ley No. 648: Ley de Igualdad de Derechos y Oportunidades.

La Ley No. 648, Ley de Igualdad de Derechos y Oportunidades (2008), constituye un instrumento legal fundamental para el sustento de su tesis al establecer el principio de igualdad incondicional y no discriminación en Nicaragua. Su principal objetivo es asegurar el goce efectivo de los derechos humanos en condiciones de equidad, obligando al Estado a eliminar cualquier forma de discriminación directa o indirecta que afecte a las mujeres.

Esta ley proporciona el marco jurídico para analizar las desventajas estructurales que experimentan las mujeres madres en la comunidad rural, donde la escasez de recursos básicos como el agua exacerba la división sexual del trabajo. Al garantizar la condición equivalente en el goce de derechos (Ley No. 648, Art. 3), se sienta la base legal para argumentar que la sobrecarga doméstica generada por la falta de agua es una forma de discriminación indirecta que obstaculiza la igualdad real y efectiva de las mujeres, afectando su salud, tiempo disponible y participación comunitaria.

Específicamente, en el contexto rural, la Ley 648 es crucial porque demanda la garantía de acceso equitativo a servicios y recursos productivos para las mujeres (Ley No. 648, Art. 4). La falta de un servicio esencial como el agua potable y segura no solo atenta contra el derecho a la salud y un ambiente digno, sino que también limita la capacidad productiva de las mujeres y su participación en los asuntos públicos de la comunidad La Lima, Matagalpa. Por lo tanto, esta legislación permite conceptualizar la sobrecarga doméstica por escasez de agua como un obstáculo a la igualdad de oportunidades, exigiendo al Estado la adopción de medidas positivas y la transversalización del Enfoque de Género en las políticas de gestión hídrica para mitigar el impacto desproporcionado del trabajo de cuido no remunerado sobre la población femenina rural.

10.5.1.4. Ley No. 779: Ley Integral contra la Violencia hacia las Mujeres.

Ley No. 779, Ley Integral contra la Violencia hacia las Mujeres (2014), constituye un marco normativo fundamental para comprender los efectos psicosociales derivados de la escasez de agua como una forma de violencia estructural de género. Aunque la problemática del agua no representa un acto de violencia interpersonal directa, la ley permite interpretarla dentro de las categorías de violencia psicológica y económica, al reconocer las omisiones y privaciones que afectan la salud y bienestar de las mujeres.

El Artículo 8 de la Ley 779 define la violencia psicológica como toda acción u omisión que cause daño emocional o afecte la estabilidad psicológica de la mujer, incluyendo la privación de

medios necesarios para satisfacer sus necesidades básicas. Desde este enfoque, la falta de acceso a agua potable producto de una gestión deficiente o desigual del recurso puede entenderse como una omisión institucional que provoca estrés crónico, ansiedad y sobrecarga doméstica en las mujeres madres rurales, configurando una forma de violencia psicológica indirecta o estructural.

Por otra parte, el Artículo 9 reconoce la violencia patrimonial y económica, entendida como cualquier acción u omisión que genere pérdida de bienes, recursos o tiempo productivo. En ese sentido, las mujeres que deben invertir varias horas al día en la recolección o gestión del agua experimentan una pérdida significativa de tiempo, salud y energía, afectando su autonomía económica y bienestar integral.

10.5.1.5. Política Nacional de Género y Desarrollo Humano (MIFAM, 2020).

Establece que "todas las políticas, programas y proyectos estatales deben transversalizar el enfoque de género, considerando las necesidades específicas de mujeres en contextos rurales y en la distribución de recursos" (MIFAM, 2020, p. 12). Este instrumento obliga a las instituciones a implementar acciones que reduzcan la sobrecarga doméstica y fortalezcan la participación de mujeres madres en la gestión de agua y saneamiento.

10.5.1.6. Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW).

La Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW), adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en (1981), es el principal instrumento jurídico internacional en materia de derechos de las mujeres. Su propósito es garantizar la igualdad sustantiva entre hombres y mujeres en todos los ámbitos de la vida política, social, económica y cultural, eliminando las prácticas y estructuras que perpetúan la desigualdad de género. La CEDAW obliga a los Estados parte a adoptar medidas legislativas, administrativas y educativas para eliminar la discriminación y promover la participación plena de las mujeres en el desarrollo y la toma de decisiones.

El artículo 14 de la Convención tiene especial relevancia, ya que reconoce las condiciones de vulnerabilidad de las mujeres rurales y establece el deber de los Estados de asegurarles condiciones de vida adecuadas, incluyendo el acceso al agua, la salud, la vivienda y los servicios básicos. Desde este marco, la escasez de agua que recae sobre las mujeres madres rurales puede interpretarse como una forma de discriminación estructural, al limitar su bienestar, salud y tiempo disponible, reproduciendo desigualdades de género. Así, la CEDAW sustenta el enfoque de tu tesis al vincular el acceso al agua con el ejercicio efectivo de los derechos humanos y la equidad de género.

10.5.2. Instrumentos institucionales y comunitarios

10.5.2.1. Programas del MINSA, MARENA, INIDE y CAPS relacionados con agua, salud y género.

En el contexto de la gestión del agua y la mitigación de los efectos psicosociales de la escasez de agua en la sobrecarga doméstica en mujeres madres de la comunidad La Lima, Yasica Sur, San Ramón, Matagalpa, se identifican varios instrumentos institucionales y comunitarios relevantes. El Ministerio de Salud MINSA (s.f.) cuenta con programas específicos para abordar la salud y el bienestar de las comunidades, incluyendo la gestión del agua y la prevención de enfermedades hídricas, como los Planes de Gestión de Riesgos Sanitarios Asociados al Agua (PGRSAA) que buscan garantizar la calidad del agua y prevenir enfermedades hídricas, lo que puede ayudar a reducir la sobrecarga doméstica en mujeres madres que deben cuidar a hijos enfermos.

El Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales (MARENA) (s.f.)tiene programas enfocados en la conservación y gestión sostenible de los recursos naturales, incluyendo el agua, como la Estrategia Nacional de Biodiversidad y Cuencas que busca gestionar la conservación de fuentes hídricas y evaluar la disponibilidad de agua en comunidades rurales, lo que puede ayudar a reducir la sobrecarga doméstica en mujeres madres.

El Instituto Nacional de Información de Desarrollo (INIDE) (s.f.)proporciona datos y estadísticas que pueden ser útiles para entender la situación de la escasez de agua y la sobrecarga doméstica en la comunidad, como las Encuestas de Uso del Tiempo que proporcionan datos sobre cómo las mujeres y los hombres distribuyen su tiempo en actividades domésticas y productivas, lo que puede ayudar a entender la sobrecarga doméstica.

Los Comités de Agua Potable y Saneamiento (CAPS) son instancias de participación comunitaria y gestión local que pueden jugar un papel importante en la gestión del agua y la mitigación de los efectos psicosociales de la escasez de agua, regulados por la Ley No. 620 que establece su función en la gestión del agua y el saneamiento Ley No. 620, (2007) . Las estrategias comunitarias y locales pueden incluir iniciativas de gestión del agua, como la construcción de pozos y sistemas de riego, así como programas de educación y sensibilización sobre la importancia del agua y la higiene.

Los planes municipales de desarrollo sostenible pueden incluir objetivos y estrategias para mejorar la gestión del agua y reducir la pobreza en la comunidad, siendo una herramienta importante para abordar los efectos psicosociales de la escasez de agua en la sobrecarga doméstica en mujeres madre.

12. Diseño metodológico

El diseño metodológico constituyo una parte esencial de la investigación, ya que permitió estructurar los procedimientos necesarios para responder a la pregunta de investigación y alcanzar los objetivos propuestos, se presentan los procedimientos seguidos para el enfoque y tipo de la investigación, selección de la muestra y diseño de los instrumentos.

Ubicación de la investigación

La investigación se efectuó en la comunidad La Lima, comarca Yasica Sur, municipio de San Ramón, departamento de Matagalpa ubicado a 155Km al norte de la capital de Managua.

Fortalecimiento contextual:

La Lima es una comunidad rural con predominante actividad económica agropecuaria. El problema del acceso limitado al agua potable obliga a las mujeres a utilizar fuentes naturales distantes, lo que intensifica su carga de trabajo. Este contexto es crucial para comprender la intersección entre los roles de género y la gestión de recursos hídricos

Enfoque de estudio de la investigación

En la presente investigación se utilizó un enfoque cualitativo, dado que se busca comprender e interpretar las experiencias, percepciones y significados que las mujeres madres de la comunidad La Lima atribuyen a la escasez de agua y a la sobrecarga doméstica y no cuantificar variables. Según Cedeño (2022), el enfoque cualitativo es idóneo para analizar fenómenos sociales desde la perspectiva de los propios actores, ya que permite reconstruir la realidad a partir de los sentidos y vivencias que las personas otorgan a su experiencia cotidiana.

Finalidad de la investigación

La finalidad de esta investigación es interpretar cómo la sobrecarga doméstica se vive en mujeres madres de la comunidad La Lima (Yásica Sur, San Ramón, Matagalpa), especialmente en lo que respecta a las dimensiones física, mental, emocional y social, y cómo la escasez de agua

potable actúa como factor que la intensifica. Esto implica explorar no solo qué tareas realizan, sino cómo estas afectan su bienestar, educación, salud y participación comunitaria.

Se busca que este estudio aporte al campo del Trabajo Social, al generar conocimiento contextualizado que sirva para diseñar estrategias de intervención social (sensibilización, corresponsabilidad, políticas locales) que respondan a las necesidades reales de las mujeres rurales, con pertinencia cultural y enfoque de género.

Área de estudio: Comunidad la lima, comarca Yasica sur, municipio San Ramón, departamento de Matagalpa.

Líneas de investigación:

El estudio se integra a la Línea de Investigación de la UNAN-Managua CSH-2: Estado, Sociedad y Justicia, específicamente en la sub-línea de Equidad social, población y género, lo cual valida la necesidad de la investigación y su potencial impacto dentro de la generación de conocimiento universitario (UNAN Managua, 2021). De manera concurrente, el análisis propuesto contribuye directamente a los objetivos del Plan Nacional de Lucha contra la Pobreza y para el Desarrollo Humano 2022-2026; particularmente, al Eje 2 enfocado en profundizar la igualdad entre los géneros y el empoderamiento de todas las mujeres y niñas.

Asimismo, la investigación se alinea con la Estrategia Nacional de Educación "Bendiciones y Victoria" (2024). Por un lado, aborda el Eje 1: Educación para la Vida y el Eje 2: Educación en valores y, por otro lado, se enfoca en la Línea 4: protagonismo de la mujer, la línea 10 promoveremos prácticas de valores, derechos y deberes para la convivencia y la línea 12: promoveremos el protagonismo de la familia y comunidad. Esta triple articulación garantiza que el diseño metodológico cualitativo no solo cumpla con el rigor científico, sino que también genere hallazgos directamente aplicables a las metas de desarrollo social y educativo del país.

Población muestra /sujetos participantes

Población: 166 familia.

Muestra: 6 mujeres Madres con Sobrecarga Doméstica (M1 a M6) Sujetos de Estudio Primarios. Son el núcleo de la investigación.

6 madres Comunitarias y 1 Líder del CAPS, informantes Clave de la Comunidad, aportan la visión colectiva, social y de acción participativa. 2 expertos entrevistados en el tema Informantes institucionales/técnicos, aportan la base referencial y la validación externa para un total de 15 personas.

Tabla 2 *Caracterización de las mujeres con sobrecarga doméstica*

N°	Código	Edad	Número de hijos	Nivel educativo
1	M1	43	6	No estudio
2	M2	29	2	Segundo grado
3	M3	48	3	No estudió
4	M4	33	2	Tercer grado
5	M5	35	4	Primer grado
6	M6	41	2	No estudió

Nota: Los códigos se asignaron para proteger la identidad de las participantes

Muestreo

Se utilizó el muestreo no probabilístico de tipo intencional, tal como conceptualiza Hernández (2021) el muestreo intencional es donde la selección de los participantes se realiza mediante expertos que establecen criterios a seguir, tal como se mencionó anteriormente.

Criterios de selección de muestra

Mujeres madres de la comunidad La Lima que cumplen con los siguientes criterios de inclusión:

- Residir permanentemente en la comunidad.
- Ser madre de al menos un hijo/a menor.
- Asumir predominantemente las tareas domésticas y la recolección de agua.
- Expresar percepción de sobrecarga laboral o afectación a su bienestar.

12.1. Métodos, técnicas e instrumentos para la recolección de datos.

Entrevista semi estructurada: Se emplea justamente para adentrarse en cómo las mujeres madres de la comunidad La Lima experimentan y dan significado a la escasez de agua y la sobrecarga doméstica: se busca captar su visión subjetiva del fenómeno, tal como propone González-Vega (2022) "La entrevista no estructurada ofrece la posibilidad de obtener una visión más profunda del tema de investigación examinado. Desde el punto de vista del propósito exploratorio de la investigación da la posibilidad de obtener una idea de cómo las personas perciben y entienden la realidad y permite reflejar mejor su perspectiva en los resultados de la investigación" (p.149).

Grupo focal: En este estudio, los grupos focales funcionarán como espacio compartido donde varias mujeres madres debatirán sobre su experiencia común frente a la escasez de agua y la carga doméstica; esta técnica, según (Tajero, 2021)"los grupos focales son una técnica cualitativa de recolección de datos, que emplea la discusión entre un grupo reducido de personas, que ha sido metódicamente planificada, es guiada por un/a moderador/a, transcurre en un ambiente no directivo y que gira alrededor (o está "focalizada") de una temática propuesta por el investigador y sobre la que se quiere conseguir una mejor comprensión" (p.180).

La observación: es un instrumento que orienta de manera sistemática el registro de comportamientos, situaciones y contextos durante el trabajo de campo, permitiendo al investigador mantener coherencia entre los objetivos del estudio y la información obtenida. Según Olaz (2023), la observación participante requiere definir previamente las coordenadas espacio-temporales, las unidades sociales y las dimensiones a registrar, por lo que la guía funciona como un apoyo metodológico que organiza y da estructura al proceso de observación sin perder la riqueza del contexto.

Criterios de calidad aplicados

Para garantizar la calidad de la investigación cualitativa se aplican los siguientes criterios:

Credibilidad: Se asegura mediante la triangulación de fuentes y técnicas (encuestas abiertas, entrevistas semi estructurada y observación), lo que permite contrastar y validar la información.

Transferibilidad: La descripción densa del contexto permite que los hallazgos puedan ser comprendidos y aplicados en comunidades con características similares.

Dependencia: Se documenta rigurosamente el proceso metodológico, lo que permite que otros investigadores puedan dar seguimiento a las decisiones tomadas.

Confirmabilidad: Se utilizó una documentación de datos, un proceso de análisis como matrices de reducción de datos para reducir la subjetividad y asegurar que los resultados reflejen las experiencias de las participantes.

12.2. Métodos, técnicas e instrumentos para el procesamiento y análisis de datos e información.

El análisis de los datos recolectados se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, orientado a comprender las percepciones, experiencias y saberes de las mujeres respecto al tema de estudio. Se empleó como método principal el Análisis Temático Reflexivo, basado en el modelo propuesto por Braun y Clarke (2006), el cual permitió identificar, analizar e interpretar patrones de significado presentes en los discursos y observaciones obtenidas.

Este método se aplicó siguiendo un proceso inductivo y reflexivo de seis fases, que comprendió: familiarización con los datos, generación de códigos iniciales, búsqueda de temas, revisión, definición y denominación de temas, y redacción del informe analítico. Dicha metodología resultó coherente con el propósito de interpretar la experiencia, percepción y

significado expresados por las participantes y otros actores comunitarios. Como técnicas analíticas, se emplearon la Codificación abierta y axial y la triangulación de Fuentes.

En la codificación abierta se realizó una lectura exhaustiva de los textos (transcripciones de entrevistas, observaciones y encuestas abiertas) para generar los códigos iniciales.

En la codificación Axial, estos códigos fueron agrupados en categorías y subtemas que permitieron establecer relaciones conceptúales y causales (por ejemplo, factores determinantes de la sobrecarga doméstica, consecuencias de la sobrecarga domestica).

La triangulación de fuentes se aplicó contrastando hallazgos procedentes de diversos niveles, lo que fortaleció la credibilidad y validez de los resultados al comprobar la consistencia de los temas emergentes desde distintas perspectivas. Se recopilaron las voces principales mediante entrevistas en profundidad a mujeres y la interacción colectiva del Grupo Focal, capturando sus experiencias personales y emocionales. Posteriormente, se validó el conocimiento técnico y la visión institucional del problema estructural a través de entrevistas a dos expertos en el tema y a un líder del CAPS (Comité de Agua Potable y Saneamiento), lo que proporcionó la perspectiva de la gestión local.

Finalmente, la guía de observación de campo permitió contrastar este discurso con la práctica observada, registrando la carga física, la desigualdad en la distribución del trabajo y el impacto psicosocial en el contexto diario de las mujeres. Este cruce de la narrativa personal, el conocimiento técnico y la evidencia empírica aseguró la profundidad y robustez de las conclusiones obtenidas.

En cuanto a los instrumentos, se utilizaron: Fichas de análisis y transcripción, y en algunos casos herramientas digitales (como tablas en Excel o Word) para almacenar, organizar y sistematizar las unidades de texto por participante y tipo de fuente.

Este conjunto metodológico permitió transformar la información primaria en resultados significativos y verificados, reflejando de forma rigurosa las experiencias, percepciones y dinámicas sociales observadas en la comunidad.

Fases de la investigación

El diseño metodológico de la presente investigación cualitativa se estructuró y ejecutó a través de cuatro fases consecutivas, garantizando la coherencia entre los objetivos planteados y las estrategias de recolección y análisis de datos. Cada fase fue fundamental para lograr la triangulación metodológica requerida y validar el cumplimiento del objetivo general: Valorar los efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de las mujeres madres.

Fase I: Diseño y Preparación Metodológica

Esta fase se centró en la planificación rigurosa de la investigación, sentando las bases teóricas y logísticas necesarias para el trabajo de campo.

Revisión y Marco Referencial: Se culminó la revisión bibliográfica de literatura clave sobre la División Sexual del Trabajo (DST), la Pobreza de Tiempo, el Burnout en contextos domésticos y el derecho humano al agua con perspectiva de género (Fraser, Lagarde, Martin-Baro, Maslach, Torres, Schiaffini-Aponte).

Definición y Validación de Instrumentos: Se diseñaron y validaron las guías de los instrumentos cualitativos: la Guía de Entrevista en Profundidad (M), la Guía de Grupo Focal (GF) y la Guía de Observación Participante (GOP). La validación se realizó a través de un juicio de expertos para asegurar la pertinencia y la capacidad de las preguntas para generar información relevante que respondiera a los objetivos específicos.

Gestión de Acceso Comunitario: Se realizaron las gestiones necesarias para obtener la autorización de las autoridades comunales y se explicó a las mujeres madres de la comunidad La

Lima los propósitos y alcances del estudio, asegurando su participación voluntaria e informada a través del consentimiento.

Fase II: Trabajo de Campo y Recolección de Datos

Esta fase fue la etapa de ejecución, donde se recopiló la evidencia empírica en la comunidad a través de la aplicación de las técnicas cualitativas seleccionadas.

Aplicación de Entrevistas a Profundidad (M): Se realizaron entrevistas individuales semiestructuradas a las mujeres madres para obtener narrativas detalladas sobre su experiencia personal con la escasez de agua, la carga de trabajo y sus estados emocionales. El propósito fue capturar la profundidad de la experiencia individual.

Conducción del Grupo Focal (GF): Se llevó a cabo una sesión de grupo focal compuesta por seis (6) madres de la comunidad que no habían participado previamente en las entrevistas individuales. Esta estrategia metodológica buscó maximizar la saturación temática y la representatividad de la muestra al introducir un nuevo conjunto de experiencias sobre la sobrecarga y el desgaste psicosocial. El GF sirvió para explorar cómo se construyen colectivamente los significados, contrastando la experiencia individual (obtenida en las entrevistas M) con la dinámica social y el consenso grupal sobre la falta de corresponsabilidad.

Observación Participante (GO): Se realizaron sesiones de observación en los entornos domésticos y en los puntos de acarreo de agua (río, pozo), permitiendo registrar el tiempo, el esfuerzo físico (Carga Hídrica) y la interacción familiar (Roles de Género) en el contexto de la escasez, lo cual sirvió para triangular y validar la información verbalizada.

Triangulación de expertos entrevistados y acción participativa: Se aplicó la entrevista a expertos (Exp Ing/TS) por medio de Google form para obtener una perspectiva institucional y técnica del problema. Además, se registraron los Comentarios de Acción Participativa (CAPS) surgidos en la comunidad, integrando una dimensión de validación social del problema.

Fase III: Procesamiento y Análisis Cualitativo

Una vez recolectados los datos, esta fase se centró en la sistematización, codificación y categorización de la información para establecer las conexiones lógicas entre la escasez y el desgaste.

Transcripción y Ordenamiento: Se transcribieron íntegramente las entrevistas y el grupo focal, y se ordenaron los registros de campo (observaciones y notas de expertos) para tener un corpus de datos unificado.

Codificación abierta y axial: Se aplicó la técnica de Análisis Temático. Inicialmente, se realizó una codificación abierta, identificando unidades de significado en el texto. Posteriormente, se realizó la codificación axial, agrupando los códigos en categorías centrales (ej. escasez de agua, sobrecarga doméstica, efectos psicosociales).

Desarrollo de la Matriz de Triangulación: Se desarrolló la matriz analítica final, donde cada categoría de análisis se sustentó con la evidencia empírica (citas textuales de M, GF, GO, Exp ing/TS), la base teórica referencial y la interpretación cualitativa, dando peso a los temas más recurrentes.

Validación de objetivos específicos: El análisis de las categorías permitió validar el OE1 al caracterizar la Insuficiencia Hídrica como falla estructural, el OE2 al establecer la Sobrecarga Doméstica y las Desigualdades de Género como los mediadores de la crisis y el OE3 el diseño de un plan de sensibilización para promover la equidad género y corresponsabilidad familiar.

Fase IV: Discusión y Elaboración del Informe Final

La fase final consistió en la interpretación de los hallazgos codificados, la discusión con el marco teórico y la redacción de las conclusiones.

Interpretación Teórica y Discusión: Se interpretaron las categorías (ej. Carga Mental, Violencia Simbólica) a la luz de las teorías seleccionadas (ej. Benería, Fraser, Maslach), estableciendo la conexión lógica y la secuencia causal entre la escasez y el agotamiento.

Valoración y Cumplimiento del Objetivo General (OG): Se utilizó la categoría efectos psicosociales (Agotamiento Emocional, Somatización) para realizar la valoración del daño, demostrando cómo la sobrecarga crónica culmina en un desgaste severo, cumpliendo así con el Objetivo General.

Elaboración del Informe Final: Se redactó la discusión de resultados y las conclusiones, destacando el aporte del estudio al vincular la crisis socioambiental con la salud pública y la desigualdad de género, proponiendo las recomendaciones pertinentes para la comunidad y las instituciones.

13. Análisis y discusión de resultados

13.1. Técnicas de recolección de datos

Una vez concretadas las entrevistas en profundidad se procedió a la transcripción de las entrevistas que se adquirieron.

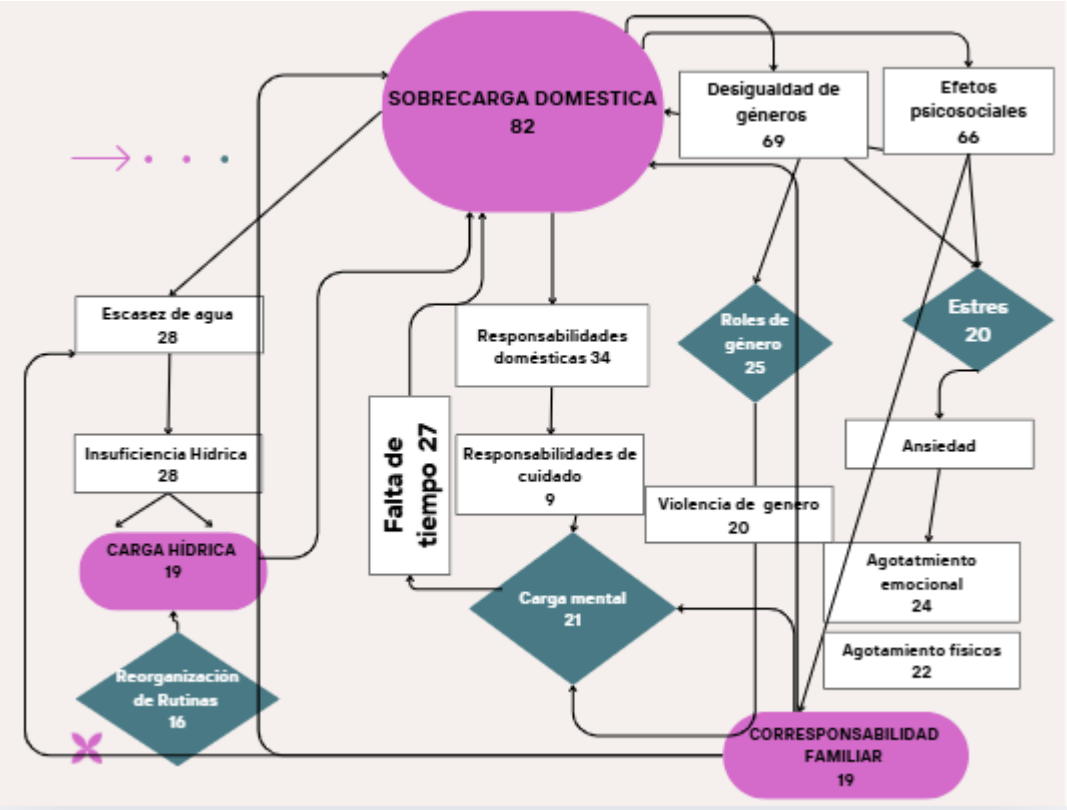
Se procedió a la codificación en dos etapas: abierta y axial. En la primera etapa de codificación abierta se identificaron conceptos claves y así codificarlo con abreviatura. Una vez seleccionados los codificados los fragmentos de las entrevistas se agruparon los códigos en familias de códigos que facilitaron el posterior análisis de resultados, que es lo que se presenta a continuación.

Tabla 3 *Codificación abierta*

Familias de códigos	Códigos
Sobrecarga domestica (SD)	Falta de tiempo (FT), Carga mental (CM), Responsabilidades domésticas (RD), Responsabilidades de cuidado (RC)
Escasez de agua (EA)	Insuficiencia Hídrica (IH) Carga Hídrica (CH) Reorganización de Rutinas (RRU)
Desigualdades de género (DG)	Roles de género (RGT) Violencia de género (VG) (si aplica al contexto económico o físico), Violencia económica (VE)
Efectos psicosociales (EP)	Estrés (Es), ansiedad (An), agotamiento emocional (AE), Agotamiento físico (AF)
Corresponsabilidad familiar (CF)	Ayuda mutua (AM)

La codificación abierta se realiza mediante la asignación de códigos a los distintos fragmentos de las entrevistas. Los códigos son conceptos útiles para el análisis. De manera exhaustiva, podría distinguirse aquellos códigos que surgen del trabajo previo.

Figura 1 *Codificación axial*



La codificación axial constituye un segundo nivel de codificación en el que se construyen redes conceptuales que surgen de la definición e identificación de relaciones entre las categorías de análisis obtenidas previamente y utilizadas para clasificar los fragmentos véase Anexo F. Estas relaciones pretenden dar cuenta de la comprensión del fenómeno que se pretende analiza.

13.2. Resultados

En esta sección se presentan los principales resultados y hallazgos de esta investigación, los cuales se encuentran organizados en el diagrama de la Codificación Axial. El análisis se centra particularmente en demostrar cómo la Sobrecarga Doméstica, intensificada por la escasez de agua, se erige como el mecanismo directo que genera severos efectos psicosociales en las mujeres.

En primer lugar, se abordan las condiciones causales que dan origen al fenómeno, esto implica analizar la persistencia de los roles de género tradicionales y la división sexual del Trabajo, que asignan la provisión y el trabajo doméstico y de cuidados no remunerado (TDNR) exclusivamente a las mujeres. Este factor estructural es aumentado por la Insuficiencia Hídrica en la comunidad, lo que impone una carga hídrica desproporcionada de hasta 3 horas diarias en sus rutinas.

En segundo lugar, se presentan los hallazgos vinculados al fenómeno central y su manifestación interna: la carga mental, se describirán las experiencias cotidianas de Sobrecarga de TDNR (que incluye las responsabilidades de cuidado y domésticas) y la rutina de multitareas observada. Asimismo, se observan las desigualdades de género como justificaciones culturales que naturalizan esta carga.

En tercer lugar, y como eje central de este informe, se describen los Efectos Psicosociales y de Salud derivados directamente de la sobrecarga. Se analizarán las experiencias emocionales de Estrés, Ansiedad y Frustración reportadas por las mujeres, así como la preocupante tendencia a normalizar el agotamiento ("estamos acostumbradas"). Se incluye la evidencia de los problemas de Salud Física (dolores musculares y de espalda) relacionados con el acarreo constante de agua. Finalmente, se desarrollan las consecuencias en el desarrollo y la exclusión. Se enfatiza cómo la sobrecarga de TDNR y la pobreza de tiempo resultante limitan las actividades de "tiempo libre" y se traducen en exclusión educativa y laboral. Este análisis permite comprender la incidencia determinante de la sobrecarga y la escasez de agua en la salud mental y las trayectorias vitales de las mujeres madres de la comunidad.

El primer objetivo, centrado en caracterizar las condiciones socioambientales de la comunidad La Lima, fue cumplido al establecer que la crisis hídrica es un fenómeno estructural cuya manifestación inicial se traslada directamente a la esfera doméstica y laboral de las mujeres.

Escasez de agua

La caracterización de las condiciones socioambientales revela que la escasez de agua constituye el punto de partida ineludible y el problema estructural de la crisis, confirmando el incumplimiento de la prestación del servicio. El análisis cualitativo demuestra un consenso absoluto en las fuentes de información respecto a la precariedad y la intermitencia del servicio, estableciendo una condición ambiental crítica y constante que rige la vida diaria de las entrevistadas. La percepción de las mujeres no es la de una escasez natural o temporal, sino la de una falla sistémica que reduce la posibilidad de llevar a cabo las tareas domésticas con normalidad, convirtiéndose en una fuente primaria de tensión y trabajo no planificado.

"Casi cada semana hay raciones cortas, y algunos meses la escasez es peor, generalmente en verano, hay días que tenemos que hacer una cosa y otra no como lavar diario, tenemos que ir al rio o buscar de donde agarrarla, Una vez, a pesar de las condiciones, tuve que hervir agua de río porque el pozo estaba lleno, y mi niño se enfermó, pasamos días de angustia" (M1).

"Hay faltas frecuentes, a veces pasamos 2 o 3 días seguidos sin agua y eso nos atrasa en todas nuestras tareas, pasamos pendiente todo el día " (M2).

" La escasez y contaminación de agua potable se vive en muchas comunidades del municipio tanto en la zona seca y Yasica sur, siendo la principal limitante trayendo más pobreza y desorden en las familias, p/e la ropa sucia, los trastes de uso diario e incluso el baño de las familias es muy complicado realizar esta tarea porque no se cuenta con el vital líquido" (Exp Ing).

“El agua falta de forma regular, sobre todo cuando hay problemas en las tuberías, siempre cuando hay lluvias alguna tubería se friega y ya pasamos días sin agua, esto siempre nos afecta porque ya tenemos que buscar como solucionar” (M4).

"El servicio es inestable y el agua falta frecuentemente en las tardes y noches, a veces los niños tienen que ir a clase y no hay agua así que no van ya ahí pierden días" (M5).

“Siento la interrupción del agua cada semana, según el ciclo que maneja el CAPS, pero siempre nos vemos afectadas porque siempre pasa algo que interrumpe el agua” (M6).

"La situación es crítica. Solo tenemos agua corriente unas 3 o 4 horas en la madrugada. Esto nos obliga a almacenar agua en tinacos y cubetas, lo cual es agotador y nos quita mucho tiempo" (GF M1).

"Para mí, es una inseguridad constante. Nunca sabes si durará el día. La dificultad principal es la higiene" (GF M2).

"Es discriminatoria. Los que tienen dinero tienen servicio, y nosotras no. Genera la dificultad para construir una pila, lo que hace más difícil la situación. Es una lucha diaria" (GF M3).

"La Mujer 1 y su hija adolescente son las únicas activas, moviendo mangueras y supervisando el llenado de 5 valdes. Su actitud es de gran tensión y concentración, casi sin hablar, enfocada en no desperdiciar ni una gota"(GO M1).

"La Mujer 2 está conversando con su hija mayor, recordándole constantemente la necesidad de usar poca agua para lavarse las manos. Se percibe un estado de ansiedad y control en el ambiente” (GO M2).

Esta evidencia de disponibilidad reducida a unas pocas horas diarias constituye una violación clara del ODS 6: Agua limpia y saneamiento (United Nations, 2023),el cual exige la disponibilidad y gestión sostenible del recurso. La intermitencia y la falta de suministro durante días (M2) refuerzan el argumento de Schiaffini-Aponte et al. (2024)quienes sostienen que la insuficiente gobernanza del recurso hídrico provoca riesgos y conflictos que afectan directamente a las poblaciones.

Por consiguiente, el análisis valida que la inestabilidad y la precariedad del suministro no son eventos casuales, sino un problema crónico que se traslada a la esfera doméstica como una carga laboral directa. Esta falla estructural obliga a las mujeres a asumir la gestión individual de

la escasez, transformando un derecho no cumplido en una carga laboral directa, lo cual inevitablemente fuerza la Carga Hídrica y la Reorganización de Rutinas.

La intermitencia del servicio hídrico se establece como la falla estructural primaria. El mecanismo de respuesta doméstica es la captación y el almacenamiento bajo presión de tiempo (GF M1), lo cual impone una demanda funcional no planificada a la mujer. Esta demanda se caracteriza por la ansiedad de la vigilancia (GO M1, GO M2) para evitar el desperdicio del recurso acumulado. La falta de suministro estable traslada un costo que debía ser público al presupuesto familiar (GF M3), convirtiendo la logística de subsistencia en el principal foco de estrés y gestión en el hogar.

Escasez de agua

La caracterización de las condiciones socioambientales revela que la escasez de agua constituye el punto de partida ineludible y el problema estructural de la crisis, confirmando el incumplimiento de la prestación del servicio. El análisis cualitativo demuestra un consenso absoluto en las fuentes de información respecto a la precariedad y la intermitencia del servicio, estableciendo una condición ambiental crítica y constante que rige la vida diaria de las entrevistadas. La percepción de las mujeres no es la de una escasez natural o temporal, sino la de una falla sistémica que reduce la posibilidad de llevar a cabo las tareas domésticas con normalidad, convirtiéndose en una fuente primaria de tensión y trabajo no planificado.

"Casi cada semana hay raciones cortas, y algunos meses la escasez es peor, generalmente en verano, hay días que tenemos que hacer una cosa y otra no como lavar diario, tenemos que ir al rio o buscar de donde agarrarla, Una vez, a pesar de las condiciones, tuve que hervir agua de río porque el pozo estaba lleno, y mi niño se enfermó, pasamos días de angustia" (M1).

"Hay faltas frecuentes, a veces pasamos 2 o 3 días seguidos sin agua y eso nos atrasa en todas nuestras tareas, pasamos pendiente todo el día " (M2).

" La escasez y contaminación de agua potable se vive en muchas comunidades del municipio tanto en la zona seca y Yasica sur, siendo la principal limitante trayendo más pobreza y desorden en las familias, p/e la ropa sucia, los trastes de uso diario e incluso el baño de las familias es muy complicado realizar esta tarea porque no se cuenta con el vital líquido" (Exp Ing).

“El agua falta de forma regular, sobre todo cuando hay problemas en las tuberías, siempre cuando hay lluvias alguna tubería se friega y ya pasamos días sin agua, esto siempre nos afecta porque ya tenemos que buscar como solucionar” (M4).

"El servicio es inestable y el agua falta frecuentemente en las tardes y noches, a veces los niños tienen que ir a clase y no hay agua así que no van ya ahí pierden días" (M5).

“Siento la interrupción del agua cada semana, según el ciclo que maneja el CAPS, pero siempre nos vemos afectadas porque siempre pasa algo que interrumpe el agua” (M6).

"La situación es crítica. Solo tenemos agua corriente unas 3 o 4 horas en la madrugada. Esto nos obliga a almacenar agua en tinacos y cubetas, lo cual es agotador y nos quita mucho tiempo" (GF M1).

"Para mí, es una inseguridad constante. Nunca sabes si durará el día. La dificultad principal es la higiene" (GF M2).

"Es discriminatoria. Los que tienen dinero tienen servicio, y nosotras no. Genera la dificultad para construir una pila, lo que hace más difícil la situación. Es una lucha diaria" (GF M3).

"La Mujer 1 y su hija adolescente son las únicas activas, moviendo mangueras y supervisando el llenado de 5 valdes. Su actitud es de gran tensión y concentración, casi sin hablar, enfocada en no desperdiciar ni una gota"(GO M1).

"La Mujer 2 está conversando con su hija mayor, recordándole constantemente la necesidad de usar poca agua para lavarse las manos. Se percibe un estado de ansiedad y control en el ambiente” (GO M2).

Esta evidencia de disponibilidad reducida a unas pocas horas diarias constituye una violación clara del ODS 6: Agua limpia y saneamiento (United Nations, 2023),el cual exige la disponibilidad y gestión sostenible del recurso. La intermitencia y la falta de suministro durante días (M2) refuerzan el argumento de Schiaffini-Aponte et al. (2024)quienes sostienen que la insuficiente gobernanza del recurso hídrico provoca riesgos y conflictos que afectan directamente a las poblaciones. Por consiguiente, el análisis valida que la inestabilidad y la precariedad del suministro no son eventos casuales, sino un problema crónico que se traslada a la esfera doméstica como una carga laboral directa.

Esta falla estructural obliga a las mujeres a asumir la gestión individual de la escasez, transformando un derecho no cumplido en una carga laboral directa, lo cual inevitablemente fuerza la Carga Hídrica y la Reorganización de Rutinas.

La intermitencia del servicio hídrico se establece como la falla estructural primaria. El mecanismo de respuesta doméstica es la captación y el almacenamiento bajo presión de tiempo (GF M1), lo cual impone una demanda funcional no planificada a la mujer. Esta demanda se caracteriza por la ansiedad de la vigilancia (GO M1, GO M2) para evitar el desperdicio del recurso acumulado. La falta de suministro estable traslada un costo que debía ser público al presupuesto familiar (GF M3), convirtiendo la logística de subsistencia en el principal foco de estrés y gestión en el hogar.

Carga Hídrica (Acarreo)

La insuficiencia del servicio se traduce de manera inmediata en la Carga Hídrica, confirmando la repercusión física en la vida cotidiana y el peso laboral que asumen las mujeres. El acarreo se consolida como una extensión extenuante del Trabajo Reproductivo No Remunerado (TRNR), lo cual se evidencia en el esfuerzo relatado y observado, demostrando que el problema ambiental tiene costo físico.

"Tengo que ir al río, lo que me toma entre 40 y 60 minutos por viaje" (M2).

"Hago 3 o 4 viajes al día cuando necesitamos más agua" (M1).

“Obtengo el agua del naciente, cerca del monte. Está lejos, pero me parece más segura. El viaje me toma 30 minutos y voy con mi hija, quien también carga” (M3).

“Obtengo el agua del tanque comunitario que llena el CAPS, pero la presión no siempre llega hasta mi casa, así que a veces tengo que ir al pozo. Me toma entre 20 y 25 minutos, más el tiempo de espera si hay más gente” (M4).

Uso un sistema combinado: cuando llega el agua, lleno los barriles, y si no, tengo que ir al pozo. Esto me toma entre 30 y 45 minutos (M5).

"Me siento agotada crónicamente. Físicamente, me duelen la espalda y los brazos de cargar las cubetas" (GF M1).

"Somos tres generaciones viviendo juntas. La mayoría de las tareas las hacemos mi suegra, mi hija y yo. Las mujeres asumimos toda la responsabilidad, especialmente la que involucra el uso del agua" (GF M6).

"Se observa un esfuerzo visible en la Mujer 1 al mover las cubetas llenas, Se toca la espalda varias veces y tiene el rostro sudado, signo de agotamiento físico" (GO M1).

"Se nota una postura encorvada, sugiriendo un dolor de espalda crónico o fatiga extrema" (GO M4).

"La recolección es un esfuerzo conjunto entre la Mujer 5 y sus dos hijas adolescentes. El rol es claramente femenino y de transmisión intergeneracional" (GO M5).

"El grupo observador incluye a la Mujer 6, su suegra (anciana) y un nieto. La carga se agrava por la edad de una de las participantes"(GO M6).

“Estamos en una sociedad machista todavía no hemos superado esta parte por lo tanto la crisis de agua es algo que las mujeres deben de resolver en ir a traer agua a quebradas, ríos, pozos comunitarios, es algo cotidiano que se ve a las mujeres y niños acarreando agua, y el hombre de la casa se dedica al trabajo por lo que no aporta a esta actividad” (Exp.ing).

“Las mujeres y los niños son los más expuestos a buscar fuentes de agua como ríos y lagunas donde se exponen al peligro, todo para poder lavar la ropa y cargar el recurso al hogar para labores domésticas. Puede transformarse si todos colaboran a soluciones sin distingo de género” (Exp TS).

En contraste con la noción de trabajo productivo, el acarreo es una labor de subsistencia que consume una parte considerable del día de las mujeres, restándoles tiempo y energía vital. La postura encorvada (GO M4) subraya el peligro de lesión. Esto coincide con lo reportado por Torres (2024), quien exige visibilizar el esfuerzo que asumen las mujeres en el abastecimiento, enfatizando que esta carga es el eslabón físico que conecta la falla ambiental con el cuerpo femenino, de igual forma Soares (2022) destaca que la distribución desigual de recursos hídricos y la gestión insuficiente del agua no solo incrementan la carga doméstica y de cuidado de las mujeres, sino que también generan riesgos de violencia estructural y limitan su participación en la toma de decisiones comunitarias.

La Carga Hídrica se define también por la vulnerabilidad diferencial de quienes la asumen. La evidencia muestra que el acarreo no es solo una labor extenuante, sino una tarea de riesgo que involucra a miembros de alto riesgo, como la suegra "anciana" (GO M6) y las hijas pequeñas (M3), exponiéndolos al "peligro" físico de los "ríos y lagunas" (Exp. TS) y al esfuerzo que genera la "postura encorvada" (GO M4). Este patrón de asignación confirma que la sociedad, descrita como "machista" por el Experto en Ingeniería (Exp. Ing), ha establecido un mecanismo de reproducción social que normaliza la inacción masculina.

El Experto en Trabajo Social (Exp. TS) lo sintetiza: la mujer, al cargar el agua, no solo resuelve la crisis inmediata, sino que transmite con su ejemplo el rol de subsistencia a las niñas, asegurando que la escasez hídrica y su gestión sigan siendo una obligación exclusiva y extenuante de la línea familiar femenina, lo cual amplifica la violencia estructural al imponer el máximo desgaste a los miembros más vulnerables. En consecuencia, el acarreo se establece como un

generador directo de las Consecuencias Físicas y la Pobreza de Tiempo, dos de los efectos más severos que cumplen con la caracterización de las repercusiones físicas.

Reorganización de Rutinas

La escasez impulsa la necesidad de Reorganización de Rutinas, un mecanismo de microgestión del recurso que se impone a la mujer, evidenciando un esfuerzo cognitivo constante y una nueva capa de trabajo logístico no remunerado. Las narrativas de las entrevistadas iniciales y las voces adicionales del grupo focal describen un patrón de conducta obsesiva necesaria para evitar el colapso hídrico del hogar.

"La carga de trabajo me limita: no puedo estudiar ni ir a la iglesia porque siempre hay algo que hacer en la casa, si no hay agua debo organizarme para esperar, dejar de hacer otras actividades" (M1).

"La carga me limita mucho. Cuando consigo un jornal, es porque tengo que dejar de lado otras cosas importantes" (M2).

"Siempre tengo que priorizar las labores de la casa, y por eso estudiar quedó pendiente. La situación es tan grave que mi hija menor tuvo que dejar la escuela algunos días para ayudarme a traer agua, pero siempre tenemos que dejar algo para poder hacer todo lo importante del hogar" (M3).

"La carga me impide participar; casi no voy a actividades comunitarias. La falta de agua me ha afectado hasta en mis quehaceres porque no pude cocinar, lavar y eso hace que yo después no salga" (M4).

"Aunque la carga me limita y me entristece, trato de organizarme para sobrellevar mis responsabilidades" (M5).

"Sí, las responsabilidades me limitan y mis oportunidades de estudio se han visto muy reducidas por la carga" (M6).

“Mi principal estrategia es organizarme obsesivamente. Hago listas y sigo un horario rígido para optimizar cada gota de agua y cada minuto. A veces, me doy un pequeño descanso de 15 minutos solo para tomar un té y respirar" (GFM3)

“En la comunidad, he tenido que renunciar a participar en el comité vecinal y a mis reuniones. Simplemente no tengo el tiempo libre. Mi vida social y mi participación han desaparecido, todo se reduce a las tareas de la casa"(GFM5)

Este patrón de respuestas, triangulado con la observación, sugiere que la mujer asume el rol de Gerente de la Crisis Hídrica, donde la planificación y el racionamiento se vuelven una imposición para la supervivencia del hogar. De manera complementaria Bacon et al. (2022) observaron en Nicaragua que las intervenciones hídricas que disminuyen el tiempo de recolección generan beneficios directos sobre el tiempo libre y la capacidad de participación de las mujeres; esto refuerza que la inversión en infraestructura tiene efectos psicosociales positivos al liberar tiempo para el autocuidado y la formación, lo que nos una evidencia la reorganización de rutina que las mujeres de hacer por la escasez de agua y por la sobrecarga domestica que esta provoca.

Esta Reorganización de Rutinas impuesta por la escasez hídrica es el componente más duro de la Carga Mental. El esfuerzo de la mujer por "organizarse obsesivamente" (GF M1) se traduce en un trabajo logístico incesante que no permite el descanso mental, ya que debe estar constantemente vigilando y racionando el recurso.

Esta hipervigilancia genera un estado de alerta crónica que consume el tiempo personal y de ocio. El resultado directo de esta exigencia es la Pobreza de Tiempo, que obliga a la mujer a tomar decisiones drásticas: renunciar a cualquier actividad que no sea la supervivencia básica, como la participación comunitaria (GF M5) o la formación personal (M6). La renuncia más grave es la que afecta a la educación de los hijos (M3), demostrando que la falta de agua no solo agota a la mujer, sino que sacrifica el futuro educativo de la siguiente generación para mantener la funcionalidad mínima del hogar.

Por consiguiente, esta tarea de planificación y control contribuye directamente a la Carga Mental, ya que exige un constante esfuerzo cognitivo para prevenir el colapso hídrico, transformando la ansiedad por la escasez en una tarea diaria de vigilancia y mando. La observación de la transmisión intergeneracional de estas instrucciones (GO M5) subraya que esta sobrecarga se está reproduciendo culturalmente en el seno familiar, asegurando que la gestión de la escasez será una labor femenina en el futuro.

Cumplimiento del objetivo específico 2: Análisis de Sobrecarga, Desigualdad y Efectos Psicosociales

El segundo objetivo se cumplió al establecer que la sobrecarga, exacerbada por la escasez, es el factor mediador que traduce la falla estructural en desgaste emocional y físico, afectando negativamente las relaciones familiares y comunitarias.

Manifestaciones de la Sobrecarga Doméstica: La Triple Jornada Intensificada

Responsabilidades Domésticas y Pobreza de Tiempo

La Sobrecarga Doméstica se confirma como la intensificación del Trabajo Reproductivo, donde la asunción casi total de las labores por parte de las mujeres es la norma, lo cual se relaciona directamente con la pérdida de oportunidades y la privación de la vida personal. La evidencia de las entrevistadas iniciales, respaldada por el consenso en el grupo focal de participantes adicionales, es contundente respecto a la exclusividad de las tareas y sus consecuencias:

“Dedico entre 8 y 10 horas al día a las tareas domésticas, mis actividades son cocinar, lavar ropa, limpiar la casa, cuidar a los niños y regar algunas plantas” (M1).

“Dedico unas 9 horas a las tareas de la casa cuando no tengo trabajo fuera, pero si hago jornal, el tiempo aumenta hasta 12 horas diarias, tengo que lavar ropa a mano, cocinar, limpiar, preparar comida para vender y arreglar la leña. A menudo tengo que hacer varias cosas a la vez” (M2).

“Dedico entre 7 y 9 horas diarias a las tareas de la casa, dependiendo de la cantidad de ropa que haya que lavar. Mis actividades son cuidar bebés, recoger agua, lavar utensilios, coser ropa y limpiar corrales. Además de la casa, también hago labores agrícolas en la parcela familiar” (M3).

"Yo asumo casi el 90% de las tareas el acarreo de agua, la limpieza y la comida caen sobre mí" (GF M4).

"Mi vida social y mi participación han desaparecido" (GF M5).

La consistencia de estas declaraciones demuestra que la crisis hídrica exacerba la División Sexual del Trabajo (DST) y la convierte en una carga insostenible. De acuerdo con Lagarde (1996)la asunción exclusiva de estas tareas configura un "cautiverio" que se traduce en Pobreza de Tiempo Benería et al (2015).

La Sobrecarga Doméstica se caracteriza por la intensificación y la simultaneidad forzada de las labores. Los relatos (M2, M3) confirman la existencia de una jornada que oscila entre 9 y 12 horas, una extensión insostenible del Trabajo Reproductivo. La mujer no solo realiza tareas secuenciales (cocinar, lavar, limpiar), sino que se ve obligada a hacer "varias cosas a la vez" (M2), combinando el cuidado, el trabajo de subsistencia (arreglar la leña), y las labores agrícolas (M3).

Esta combinación de esferas de trabajo exacerba la carga, ya que la crisis hídrica convierte cada tarea en un desafío logístico (el lavado a mano se hace más lento sin agua corriente). La asunción del "90% de las tareas" (GF M4) impone un estado de agotamiento funcional, donde la mujer se encuentra en un constante déficit de tiempo y energía, lo que se traduce directamente en la desaparición de la "vida social y la participación" (GF M5).

Esto confirma que las mujeres están privadas de oportunidades de desarrollo y participación social, con su tiempo consumido por el rol que socialmente se les ha asignado, demostrando el impacto directo de la sobrecarga en su vida cotidiana y aspiraciones. Moser (1993) establece que las mujeres, a diferencia de los hombres, suelen ser responsables de tres tipos interconectados de trabajo, que a menudo son simultáneos y generan una sobrecarga, este

concepto nos da una evidencia que refuerza las voces de las mujeres en donde por tener una triple carga.

Carga Mental y Responsabilidades de Cuidados

La Carga Mental es la dimensión cognitiva de la sobrecarga que impacta la calidad del Trabajo de Cuidado, revelando el costo silencioso del estrés y la ansiedad constante impuesta por la gestión de la escasez. Esta experiencia es compartida por la muestra inicial y las nuevas voces del grupo focal.

“A veces no puedo dormir por la preocupación. Una vez me sentí muy humillada cuando le pedí ayuda a mi esposo y me dijo que no tenía tiempo; en ese momento, solo pude llorar sola en la cocina” (M2).

“En casa no tengo apoyo, pues hago la recolección yo sola. He asistido al CAPS en algunas ocasiones, pero mi participación es limitada” (M3).

“Aunque la carga me limita y me entristece, trato de organizarme para sobrellevar mis responsabilidades” (M5).

“Preocupación, enfermedades, es una tarea diaria que es cansada que provoca mucho desgaste día con día” (Exp ing).

La Carga Mental, expresada tanto en las entrevistas individuales como en la dinámica del grupo focal, es una consecuencia directa de la triple jornada de Moser (1993), donde la mujer no encuentra descanso del rol de Gerente de la Crisis. Esto sugiere que, la energía dedicada a la gestión de la escasez (ansiedad, insomnio) se resta de la esfera afectiva y emocional, deteriorando la calidad del Trabajo de Cuidado (Elson, 1998) y contribuyendo a que el estrés derive en discusiones familiares. La triangulación con el experto en ingeniería (Exp Ing) subraya que el agotamiento de la mujer afecta la esfera más íntima: la construcción de los vínculos con sus hijos.

Impacto en las Relaciones Familiares y Comunitarias: Desigualdad de Género

Roles de Género y Violencia Simbólica

El análisis confirma que la escasez, al recaer exclusivamente en las mujeres, refuerza los Roles de Género tradicionales, transformando la falta de apoyo en daño emocional y conflicto, lo cual se interpreta como una forma de violencia simbólica. La falta de participación masculina es unánime en los relatos de todas las participantes.

“Mi marido rara vez me ayuda. En ocasiones, una vecina me apoya con el agua. Comunitariamente, no participo formalmente, solo voy a las asambleas si me queda tiempo” (M2).

"Los varones de la familia no participan en absoluto" (M3).

"Mi esposo ayuda un poco con la basura, pero el acarreo de agua, la limpieza y la comida caen sobre mí" (GF M4).

"Me sentí muy humillada cuando le pedí ayuda, solo pude llorar sola en la cocina" (M2).

"Hago un trabajo enorme que nadie valora porque se da por sentado que es mi obligación" (GF M3).

"Es una preocupación solo de mujeres; el machismo impide verlo como problema general" (CAPS).

"El esposo está sentado a la sombra, observando, sin participar físicamente." (GO M1).

"Se escuchan frases de reproche de ella hacia el esposo por haber usado 'demasiada agua' para afeitarse esa mañana. Hay tensión en el ambiente" (GO M2).

"Se escucha al esposo ordenar a la Mujer 4 que guarde el agua que quedó en el balde. Ella obedece sin replicar” (GO M4).

"Se percibe una relación de ayuda y apoyo entre la Mujer 5 y sus hijas, contrastando con la ausencia de apoyo del esposo" (GO M5).

“Transmites con tu ejemplo lo mismo a otras generaciones, perpetuas la desigualdad de género, pero además ejerces presión sobre las niñas para ser como socialmente se les ha enseñado haciendo que renuncien a otras aspiraciones” (Exp.TS).

La persistencia de los Roles de Género demuestra que la DST se mantiene por la estructura patriarcal, tal como lo describe Estermann (2021). La unanimidad en este punto, reforzada por el diálogo en el grupo focal, demuestra que la falta de apoyo se interpreta como Violencia de Género Simbólica, donde la invisibilización (GF M3) y la humillación se convierten en una forma de maltrato emocional, como lo advierte Soares (2022) sobre la desigualdad de recursos. La triangulación con el comentario del Comité de Acción Participativa (CAPS) valida que el problema tiene una base cultural y comunitaria que trasciende lo meramente familiar.

La ausencia de apoyo masculino no es solo una omisión, sino un acto de reafirmación de poder que transforma la desigualdad de género en conflicto abierto y simbólico. Mientras el esposo se mantiene "sentado a la sombra, observando" (GO M1), ejerce un control pasivo sobre la crisis que la mujer gestiona activamente. Esta dinámica genera una profunda invisibilización del trabajo (GF M3), donde la humillación y el llanto (M2) son la respuesta emocional a un esfuerzo no reconocido.

El conflicto se vuelve tangible en los reproches (GO M2) y en la sumisión observada cuando el hombre "ordena" cómo guardar el agua (GO M4), demostrando que el hombre retiene la autoridad de decisión sobre el recurso, a pesar de que la mujer es la única responsable de su acarreo. Esta imposición de roles, validada por la comunidad a través de una perspectiva "machista" (CAPS), asegura que la crisis hídrica sea un mecanismo eficaz para perpetuar la estructura patriarcal y transmitir este patrón de desigualdad a las hijas (Exp. TS).

Corresponsabilidad Familiar

Frente a la opresión y el desgaste, la Corresponsabilidad Familiar emerge como la propuesta de solución más reiterada en las distintas fuentes de información, validando un consenso crítico sobre la necesidad de transformar el orden doméstico:

"Necesitamos que el tiempo de las tareas se comparta por igual" (M3).

"No es 'ayudar', es corresponsabilidad" (GF M4).

“Es una injusticia porque esa carga no está equilibrada ya que, si la familia completa se involucra en esta tarea, la respuesta a esta necesidad se realizaría de manera más eficaz” (Exp ing).

La consistencia de esta demanda se alinea con el concepto de Justicia Social de Fraser (2009), que exige la redistribución del trabajo y el reconocimiento del valor de los cuidados. Esto sugiere que la solución al problema de la sobrecarga no debe ser individual, sino estructural, impulsando la transformación de los roles familiares para mitigar el conflicto generado por la crisis hídrica.

La demanda unánime de Corresponsabilidad Familiar (M3, GF M4) trasciende la mera solicitud de ayuda y se establece como un clamor por la justicia social en el ámbito doméstico. Al insistir en que "no es 'ayudar', es corresponsabilidad" (GF M4), las mujeres están articulando el concepto de redistribución del trabajo que exige Fraser (2009) esta toma de conciencia es crucial, ya que convierte la queja individual por la sobrecarga en una propuesta política que busca transformar el orden familiar, pasando de la "injusticia" de la carga desequilibrada a una "respuesta, más eficaz" (Exp. Ing).

Este consenso demuestra que la solución a la crisis hídrica no reside solo en la infraestructura, sino en la modificación de los patrones culturales y de género internos del hogar, impulsando un modelo donde el tiempo y el esfuerzo de subsistencia se compartan por igual.

El reconocimiento explícito de que la solución requiere un "cambio cultural" (GF M6), enseñando a los "hijos varones a limpiar y cocinar desde pequeños" (GF M6), valida la necesidad de una intervención que ataque la raíz del problema. La Corresponsabilidad se convierte así en el pilar central para la mitigación del daño psicosocial (Agotamiento Emocional) y físico generado por la crisis. Al alinear esta demanda con el Trabajo Social Comunitario de Ander-Egg, (1987), se legitima la necesidad de involucrar a todo el "núcleo familiar" (Exp. Ing) a través de la

Participación. La intervención propuesta, por lo tanto, tiene el mandato de romper el ciclo de transmisión intergeneracional de la desigualdad, liberando tiempo y energía para que las mujeres puedan asumir un rol de sujeto activo en su desarrollo, superando el aislamiento impuesto por la Pobreza de Tiempo.

Valoración de los Efectos Psicosociales y físicos

Esta sección finaliza el objetivo específico 2 al proporcionar la valoración del impacto psicosocial, la cual se establece como grave y crónica, lo que cumple de manera directa con el objetivo general.

Estrés y Ansiedad y Agotamiento Emocional

El Agotamiento Emocional se establece como el efecto psicosocial más severo y prevalente, un diagnóstico compartido entre las participantes individuales y las del grupo focal, demostrando la cronificación del malestar y el desgaste vital que resulta de la sobrecarga incesante:

“Me siento estresada o triste casi a diario; hay días en que me siento abrumada" (M1).

“Tengo estrés, tristeza varias veces a la semana; hay noches que no puedo dormir por la preocupación, me siento fatigada” (M3).

“Mi estrés a menudo provoca discusiones en la familia. Comunitariamente, si trato de hablar, como en una reunión, me interrumpen y prefiero quedarme en silencio” (M4).

“Me está haciendo más vieja me quitan toda la energía para soñar" (M6).

"Siento una gran frustración y ansiedad, porque el día nunca termina. No hay tiempo para el descanso"(GF M1).

" Siempre estoy en modo de emergencia. Esto me genera mal humor y siento que pierdo la paciencia más rápido con mi familia" (GF M2).

"Me siento invisibilizada. Hago un trabajo enorme que nadie valora y con mucha tristeza" (GF M3).

"Mientras supervisa el llenado, aprovecha para pelar verduras, combinando el tiempo disponible del agua con la preparación de alimentos, se ve cansada por hacer todo al mismo tiempo" (GO M1).

“Las tareas se realizan con prisas y poca paciencia. El agotamiento de la mujer deteriora la calidad de la interacción con su hijo y su esposo” (GO M4).

“Es una constante exposición al estrés, además la resignación de hacer el trabajo solas las mujeres, contribuye a su malestar emocional” (Exp TS).

El Estrés y Ansiedad (Walsh, 2012)como respuesta inmediata a la tensión constante, evoluciona hacia el Agotamiento Emocional. De acuerdo con el modelo de Maslach y Jackson (1981), la pérdida de la "energía para soñar" es la manifestación de la despersonalización y el desgaste vital en el contexto del trabajo no remunerado. Esto sugiere que la sobrecarga ha superado la capacidad de afrontamiento de las mujeres, llevándolas a un estado de desgaste irreversible, confirmando el valor central del objetivo general.

El Agotamiento Emocional no es un estado estático, sino la evolución crónica de la tensión hídrica (GO M1). La mujer pasa de un "estrés o tristeza casi a diario" (M1, M3) a un desgaste vital tan profundo que pierde la "energía para soñar" (M6). Este desgaste interno tiene un impacto directo en su capacidad para interactuar con el mundo exterior: la mujer, al sentirse "abrumada" (M1) y con mal humor (GF M2), experimenta una pérdida de paciencia que deteriora la calidad de la interacción familiar (GO M4).

Más allá del hogar, este agotamiento actúa como un mecanismo de opresión que la silencia, llevándola a retirarse del ámbito comunitario y preferir el "silencio" en las reuniones (M4) tras ser interrumpida. La "constante exposición al estrés" (Exp. TS) se convierte así en un generador de malestar que no solo la enferma, sino que la excluye de los espacios de toma de decisiones.

Consecuencias Físicas

Las Consecuencias Físicas son la evidencia más contundente de la somatización de la sobrecarga en el cuerpo, demostrando que el problema no es solo emocional, sino fisiológico:

“Tengo problemas de salud relacionados con la carga. Me han dicho que es la columna y tomo mucho medicamento para el dolor. Además, siento dolor en la muñeca constantemente” (M1).

"Siento dolor constante en mis hombros, he tenido dolores musculares y fatiga debido a la sobrecarga doméstica” (M2).

“He tenido problemas de salud como infecciones leves y dolores de cabeza. La carga me obliga a sentarme y masajearme la cintura a mitad del trayecto cuando traigo agua” (M3).

“He tenido problemas de salud como digestivos por comer a deshoras, y sufro de tensión muscular por el esfuerzo” (M4).

“Me eh enfermado me ha dado infecciones respiratorias por el polvo y me canso tanto que me bajan las defensas” (M6).

"La Mujer 4 se nota con una postura encorvada, sugiriendo un dolor de espalda crónico." (GO M4).

“Se observa un esfuerzo visible en la Mujer 1 al mover las cubetas llenas para reubicar el agua. Se toca la espalda varias veces y tiene el rostro sudado, signo de agotamiento físico” (GO M1).

Estos hallazgos coinciden plenamente con lo reportado por Salinas y Becker (2024), quienes vinculan la inseguridad hídrica directamente con dolores musculares y problemas en la piel por el transporte de cargas.

Consecuencias Físicas

Las Consecuencias Físicas son la evidencia más contundente de la somatización de la sobrecarga en el cuerpo, demostrando que el problema no es solo emocional, sino fisiológico:

“Tengo problemas de salud relacionados con la carga. Me han dicho que es la columna y tomo mucho medicamento para el dolor. Además, siento dolor en la muñeca constantemente” (M1).

"Siento dolor constante en mis hombros, he tenido dolores musculares y fatiga debido a la sobrecarga doméstica” (M2).

“He tenido problemas de salud como infecciones leves y dolores de cabeza. La carga me obliga a sentarme y masajearme la cintura a mitad del trayecto cuando traigo agua” (M3).

“He tenido problemas de salud como digestivos por comer a deshoras, y sufro de tensión muscular por el esfuerzo” (M4).

“Me eh enfermado me ha dado infecciones respiratorias por el polvo y me canso tanto que me bajan las defensas” (M6).

"La Mujer 4 se nota con una postura encorvada, sugiriendo un dolor de espalda crónico." (GO M4).

“Se observa un esfuerzo visible en la Mujer 1 al mover las cubetas llenas para reubicar el agua. Se toca la espalda varias veces y tiene el rostro sudado, signo de agotamiento físico” (GO M1).

Estos hallazgos coinciden plenamente con lo reportado por Salinas y Becker (2024), quienes vinculan la inseguridad hídrica directamente con dolores musculares y problemas en la piel por el transporte de cargas. Por consiguiente, la triangulación de la evidencia (relatos de dolor y observación física) establece que la Carga Hídrica es el mecanismo causal de las lesiones físicas crónicas, cumpliendo así el objetivo de valorar el impacto en la salud.

Las Consecuencias Físicas demuestran que el cuerpo de la mujer se ha convertido en el receptor final y el archivo de la crisis hídrica. Los dolores constantes en la columna, hombros y cintura (M1, M2, M3) no son malestares ocasionales, sino el resultado de un deterioro musculoesquelético crónico causado por el esfuerzo constante del acarreo. La mujer (M3) se ve obligada a detenerse y "masajearse la cintura a mitad del trayecto", una prueba visible de la magnitud del impacto físico.

Este problema se agrava con padecimientos secundarios como las infecciones respiratorias por el polvo (M6) y los trastornos digestivos (M4), lo que configura un estado de morbilidad por sobrecarga. La postura "encorvada" (GO M4) y el agotamiento físico manifiesto (GO M1) son la

evidencia observacional que valida que la Carga Hídrica es un factor de riesgo laboral no reconocido que compromete la salud a largo plazo de las mujeres.

Por consiguiente, la triangulación de la evidencia (relatos de dolor y observación física) establece que la Carga Hídrica es el mecanismo causal de las lesiones físicas crónicas, cumpliendo así el objetivo de valorar el impacto en la salud.

El tercer objetivo se cumplió al establecer que la severidad del daño psicosocial y la demanda explícita de las participantes validan la necesidad de acción y permiten Diseñar un plan de sensibilización comunitaria orientado a promover la equidad de género, la corresponsabilidad familiar y el uso sostenible del agua en los hogares. La propuesta de intervención, titulada "Sobrecarga doméstica y corresponsabilidad en mujeres rurales: una propuesta de sensibilización psicosocial desde el Trabajo Social comunitario", emerge como la respuesta directa y metodológicamente adecuada a la crisis estructural (OE1) y sus consecuencias psicosociales (OE2).

Corresponsabilidad Familiar como Eje de Intervención

La Corresponsabilidad Familiar emerge como la propuesta de solución más reiterada en las distintas fuentes de información, validando un consenso crítico sobre la necesidad de transformar el orden doméstico, lo cual se convierte en el pilar central de la intervención.

"Los hombres y las mujeres deben compartir por igual las tareas del hogar, y deseo una mayor participación masculina en casa" (M1).

"No es 'ayudar', es corresponsabilidad" (GF M4).

"Yo creo que debe ser un cambio cultural para lograr una corresponsabilidad familiar, en la casa, que los hijos varones aprendan a limpiar y cocinar desde pequeños" (GF M6).

"Involucrar a todo el núcleo familiar siendo una responsabilidad de todos y todas" (Exp ing).

La consistencia de esta demanda se alinea con el concepto de Justicia Social de Fraser (2004), que exige la redistribución del trabajo y el reconocimiento del valor de los cuidados. Esto sugiere que la solución al problema de la sobrecarga, que se traduce en Agotamiento Emocional y Somatización, no debe ser individual, sino estructural, impulsando la transformación de los roles familiares.

El diseño de la intervención se fundamenta, por lo tanto, en el Trabajo Social Comunitario conceptualizado por Ander-Egg (1987), el cual promueve la Participación como herramienta esencial para que las mujeres de La Lima, superando la Pobreza de Tiempo referida por Benería y otros (2015), pasen de ser objeto de estudio a sujeto activo de su propio desarrollo.

El plan de intervención está diseñado en fases consecutivas que van del vínculo a la acción. El proceso comienza con el Acercamiento Inicial, ejecutado mediante la Visita Domiciliaria (casa a casa), siendo esta la técnica fundamental para generar confianza y romper el aislamiento que la sobrecarga y la Pobreza de Tiempo imponen a las mujeres. Como establece Ander-Egg (1987)este contacto directo y relacional es clave para asegurar la participación de las 6 mujeres y sentar las bases de credibilidad necesarias antes de introducir las estrategias de sensibilización crítica en el entorno rural.

Manifestaciones de la Intervención: Respuesta a la Sobrecarga Psicosocial

La propuesta se estructura en torno a estrategias innovadoras y de bajo costo que sustento Aguilar y Castro-Osorio (2023), adaptadas a las limitaciones de infraestructura y nivel educativo de la comunidad, asegurando una respuesta pertinente a la Carga Mental y la Triple Jornada Intensificada identificadas en el diagnóstico.

•Mapeo de Carga y Tiempo: Esta técnica, aplicada en la sesión de Diagnóstico y Sensibilización, responde directamente a la invisibilización de la sobrecarga, permitiendo a las mujeres visualizar y objetivar el trabajo que "Yo asumo casi el 90% de las tareas" (GF M4), transformando así la experiencia subjetiva en un hecho colectivo observable.

•Círculos de Reflexión con Historias: Abordan la dimensión psicosocial al gestionar la Carga Mental y la ansiedad ("Hay noches que no puedo dormir por la preocupación" - M2), utilizando el diálogo crítico para desnaturalizar el rol de la mujer y facilitar la transición de la preocupación individual al análisis colectivo de la injusticia.

Acción Social contra la Desigualdad de Género

El componente final de la intervención busca revertir el daño relacional y cultural generado por la crisis. La sobrecarga, al recaer exclusivamente en las mujeres, refuerza los Roles de Género tradicionales, lo que se traduce en Violencia Simbólica.

"Hago un trabajo enorme que nadie valora porque se da por sentado que es mi obligación" (GF M3).

"Es una preocupación solo de mujeres; el machismo impide verlo como problema general" (CAPS).

La estrategia de “El Mural del Compromiso” es la acción social programada diseñada para confrontar este machismo y la invisibilización. Permite a las mujeres, que han experimentado la humillación al solicitar ayuda (M2), transformar su rol pasivo en un acto público de incidencia social, dirigiendo un mensaje de corresponsabilidad al resto de la comunidad. Esta actividad es esencial para fortalecer la cohesión social y promover la equidad de género, cumpliendo así con el objetivo de impulsar la transformación de los roles familiares y mitigar el conflicto generado por la crisis hídrica.

El diseño de este plan, basado rigurosamente en la demanda comunitaria y los hallazgos del diagnóstico, confirma el cumplimiento del Objetivo Específico 3. El detalle metodológico completo de la propuesta de intervención, incluyendo fases, objetivos específicos de la intervención, resultados esperados e indicadores, se adjunta para su revisión en el Anexo B del presente informe.

El análisis concluye que el estudio ha logrado Valorar los efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de las mujeres madres (Objetivo General) al establecer y validar la secuencia causal sustentada en la evidencia cualitativa. La integración de los hallazgos confirma que la sobrecarga es el factor mediador que traduce la falla estructural en un daño crónico al bienestar.

El proceso analítico cumplió integralmente con todos los objetivos específicos propuestos: el OE1 fue cumplido al identificar la Insuficiencia Hídrica como la causa estructural de la crisis; y el OE2 fue cumplido al analizar la sobrecarga como una intensificación de la División Sexual del Trabajo (DST) que genera Desigualdad de Género y Violencia Simbólica. El resultado final, el Agotamiento Emocional y la Somatización, representa la valoración del impacto psicosocial, el cual se establece como grave y crónico.

La principal contribución de esta investigación es proporcionar evidencia empírica que vincula la crisis socioambiental con el desgaste psicosocial crónico, demostrando que la escasez de agua no es solo un problema de infraestructura, sino un mecanismo que refuerza la opresión de género y compromete la salud pública. La relevancia de los hallazgos y la demanda explícita de las participantes (Corresponsabilidad Familiar) exigieron que el estudio fuera más allá del diagnóstico. Por ello, la investigación culmina con el cumplimiento del Objetivo Específico 3, al Diseñar un plan de sensibilización comunitaria que traduce los resultados en una propuesta de acción directa. Este plan, que se articula en torno a técnicas innovadoras como el Mapeo de Carga y Tiempo y El Mural del Compromiso, demuestra que la justicia social exige que cualquier solución hídrica estructural sea acompañada por la Corresponsabilidad Familiar, ya que esta es la única vía viable para aliviar la carga laboral y el sufrimiento emocional de las mujeres.

14. Conclusiones

La presente investigación se propuso como objetivo general valorar los efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de las mujeres madres de la comunidad La Lima, Matagalpa, y su cumplimiento fue categórico. Los resultados arrojaron que los efectos psicosociales son graves, confirmando la existencia de un desgaste emocional crónica por sobrecarga la valoración demostró que la exposición constante a la inseguridad hídrica, sumada a la falta de corresponsabilidad, culmina en agotamiento emocional, pérdida de vitalidad y consecuencias físicas. Esta conclusión establece que la crisis socioambiental ha impactado directamente en la salud y el derecho al bienestar de las mujeres, trascendiendo el problema logístico para convertirse en un grave problema psicosocial.

En primer lugar, se caracterizaron las condiciones sociales, económicas, culturales y ambientales de la comunidad La Lima, identificando que la escasez de agua es una insuficiencia hídrica estructural. Esta falla en la provisión del servicio público obliga a las mujeres a asumir la exclusiva carga hídrica el acarreo y el almacenamiento del recurso, una tarea determinada por la división sexual del trabajo. Dicha responsabilidad incrementa drásticamente el tiempo dedicado al trabajo doméstico no remunerado, situando a las madres en una condición crónica de pobreza de tiempo. La limitación del acceso al recurso, por lo tanto, actúa como un potente catalizador de las desigualdades de género preexistentes en el ámbito doméstico.

A continuación, se analizaron los efectos psicosociales y las manifestaciones de sobrecarga doméstica, encontrándose que el estrés constante se vehiculiza principalmente a través de la Carga Mental. Esta manifestación implica que la mujer es la única responsable de la planificación, el racionamiento y la gestión de cada gota de agua en el hogar. La combinación de esta responsabilidad cognitiva y el esfuerzo físico del acarreo genera agotamiento emocional y diversas formas de Somatización, incluyendo dolores crónicos y fatiga extrema. Este desgaste psicosocial impacta negativamente en las relaciones familiares y comunitarias, reduciendo la capacidad de las mujeres para el ocio, el descanso y la interacción social.

Finalmente, se diseñó un plan de sensibilización comunitaria orientado a promover la equidad de género y la corresponsabilidad familiar, fundamentado en la necesidad de abordar la raíz cultural de la sobrecarga. La principal implicación de la tesis es su contribución al campo de estudio al vincular, con evidencia empírica, la crisis socioambiental con la salud pública. Como limitación, se reconoce el alcance geográfico de la investigación, por lo que se recomienda para futuras líneas de estudio la implementación y evaluación del plan de sensibilización diseñado, y la realización de investigaciones cuantitativas que permitan la generalización de estos hallazgos a una escala mayor.

15. Recomendaciones

Recomendación orientada

A los del Comité de Agua Potable y Saneamiento (CAPS)

Es imprescindible abordar la falla estructural en la provisión del servicio hídrico como una prioridad de salud pública y de derechos humanos. Se recomienda a las autoridades locales y al Comité de Agua Potable y Saneamiento (CAPS) invertir urgentemente en la mejora de la infraestructura hídrica para garantizar un suministro constante y de calidad. Esta acción debe enfocarse en la reparación y mantenimiento de tuberías y el mejoramiento de las fuentes de captación para eliminar la intermitencia que obliga a la mujer a la Carga Hídrica y la Reorganización de Rutinas. A corto plazo, y mientras la infraestructura se estabiliza, se debe implementar un plan de distribución temporal y equitativo que minimice la necesidad de acarreo manual, posiblemente mediante cisternas comunitarias o puntos de acceso seguro que no dependan del esfuerzo físico de las mujeres, asegurando que la gestión de la escasez no sea un costo privatizado.

A los lideres comunitarios

Dado el diagnóstico de Agotamiento Emocional Crónico y las consecuencias física que experimentan las mujeres se recomienda diseñar e implementar un programa de atención y bienestar psicosocial enfocado en el núcleo familiar. Este programa debe ser multidisciplinario, involucrando a psicólogos y trabajadores sociales, y tener dos ejes: el primero, ofrecer espacios de escucha y apoyo emocional a las madres para mitigar el estrés y la ansiedad generados por la carga mental; el segundo, realizar talleres de concientización sobre la violencia simbólica y la división sexual del trabajo, dirigidos a toda la familia, con énfasis en los hombres y los hijos varones. El objetivo es desnaturalizar el rol de la mujer como única responsable de la subsistencia y promover activamente la redistribución de las tareas para reducir la jornada de trabajo no remunerado.

El plan de sensibilización diseñado debe ser implementado de manera inmediata, con un enfoque claro en la corresponsabilidad como mecanismo de justicia social. Se recomienda que el plan se ejecute a través de visitas domiciliarias y talleres interactivos que involucren a líderes

comunitarios, a los esposos y a las nuevas generaciones. Es fundamental que la intervención se centre en la enseñanza práctica de las labores domésticas (cocinar, lavar, limpiar) a los varones desde la infancia, tal como lo demandan las propias mujeres. Además, se debe crear un Comité de Equidad Hídrica dentro del CAPS que tenga representación femenina fuerte, asegurando que las voces de las mujeres se integren en la toma de decisiones sobre la gestión y el mantenimiento del recurso, pasando de ser solo gestoras de la crisis a ser líderes de la solución.

16. Referencias bibliográficas

Aguilar, F., Hendrawan, D., & Stallman, J. (2022). Smallholder farmer resilience to water scarcity. *Environment, Development and Sustainability., 24*, 2543-2576. https://doi.org/10.3390/w13091150

Aguilar, M. C., & Castro-Osorio, R. (2023). Innovación psicosocial: precisiones para la intervemcion psicosocial. *Acta Colombiana de psicología, 26*(2), 5-7. https://share.google/M4Hiqwp4YvlW6auZS

Ander-Egg, E. (1987). *El trabajo social como acción liberadora.* Lumen/Humanitas. https://www.researchgate.net/profile/Lola-Saavedra/publication/322144211_EZEQUIEL_ANDER'EGG_VIDA_PENSAMIENTO_Y_APORTES_AL_TRABAJO_SOCIAL/links/5a47a7630f7e9ba868ab47c6/EZEQUIEL-ANDEREGG-VIDA-PENSAMIENTO-Y-APORTES-AL-TRABAJO-SOCIAL.pdf

Ander-egg, E. (2003). *Repensando la Investigación-Acción-Participativa.* Lumen. https://share.google/rjVTkZqXLIX7Kqk5Q

Andrade, S. E. (2024). La necesidad de la gestion mundial sin fines lucrativos. En K. G. Añaños Badriñan, & L. A. Roel Alva, *El agua como derecho humano y derecho fundamental: Alcances y desafios en América Latina* (pág. 289). Boschieditor. https://books.google.com.ni/books?hl=es&lr=&id=sqwlEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA6&dq=derecho+fundamental+al+agua&ots=hTJ-DYLSMC&sig=u9Ou1vq8DDNLd6aW7WRyHLhfjVA&redir_esc=y#v=onepage&q=derecho%20fundamental%20al%20agua&f=false

Apatinga, G. A. (22 de 11 de 2024). Explorando las experiencias de la sobrecarga de la responsabilidad de la recolección de agua en mujeres rurales en Ghana. *iwaponline, 22*(11), 25. https://iwaponline.com/jwh/article/22/11/2015/105463/Exploring-the-experiences-of-the-overburden-of?utm_source

Asamblea Nacional de Nicaragua. (1981). *Convención sobre la eliminacion de todas las formas de descriminaacióncontra la mujer.* http://legislacion.asamblea.gob.ni/Normaweb.nsf/(All)/B2D4C22B6CA17D9B062570A1005791BB?OpenDocument

Asamblea Nacional de Nicaragua. (1987). *Constitucion política de la Republica de Nicaragua (reforma 2014).* https://data.globalcit.eu/NationalDB/docs/NIC_Constitution_consolidated%2012.11.14_ORIGINAL%20LANGUAGE.pdf

Asamblea Nacional de Nicaragua. (20007). *Ley 620:Ley Gneral de Agua Nacionales.* https://share.google/WaMS6JqVGA7yqn4KU

Asamblea Nacional de Nicaragua. (2007). *Ley N°.620:Ley General de Agua Nacionales.* https://mapoteca.ineter.gob.ni/leyes/LEY%20620%20GENERAL%20DE%20AGUAS%20NACIONALES%20Y%20SU%20REGLAMENTO.pdf?hl=es-US

Asamblea Nacional de Nicaragua. (2008). *Ley N°648, Ley igualdad de derechos y oportunidades.* https://share.google/OsPgR6ZmRhB4rFKQN

Asamblea Nacional de Nicaragua. (2014). *Ley N°.779,"Ley integral contra la violencia hacia las mujeres y de reformas a la Ley 641,"codigo penal".* https://share.google/sGPaMdlHXNKk8uD9m

Bacilio, S. F., Lanuza, J. V., Mejía, I. J., Suárez, M. M., & Herrera, C. J. (2024). Los estilos de crianza en las familias rurales y su influencia. *Revista internacional de desarrollon humano sostenible,* *2*(2). https://www.researchgate.net/publication/395681754_Los_estilos_de_crianza_en_las_familias_rurales_y_su_influencia_en_el_desarrollo_psicosocial_de_las_mujeres_y_hombres_adolescentesParenting_styles_in_rural_families_and_their_influence_on_the_psychosoc

Bacon, C., Kelley, L. C., & Stewart, I. T. (2022). Hacia una ecología política feminista de la seguridad alimentaria e hídrica de los hogares durante la sequía en el norte de Nicaragua. *Ecology and society, 27*, 18. https://doi.org/https://doi.org/10.5751/ES-12716-270116

Benería, L. (1999). The enduring debate over unpaid labour. *International Labour Review, 138*(3), 309. https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1564-913X.1999.tb00389.x

Benería, L. (2005). Trabajo productivo/reproductivo, pobreza y polítocas de concialiación. *NOMADAS*, 8-21. https://www.redalyc.org/pdf/1051/105116598002.pdf

Benería, L., Berik, G., & Floro, M. (2015). *Gender, development and globalization:Economics as if All People Mattered* (Segunda ed.). Routledge. https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9780203107935

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77-101. https://doi.org/https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Bronfenbrenner, U. (1987). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design.* Paidos. https://khoerulanwarbk.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/08/urie_bronfenbrenner_the_ecology_of_human_developbokos-z1.pdf

Cahuapaza, L. R. (2025). *Escasez de agua y la afectacion al derecho del agua en las comunidades rurales de distrito de Caracoto.* UNIVERSIDAD PRIVADA SAN CARLOS, Perú. https://repositorio.upsc.edu.pe/handle/UPSC/1233

Canet, E., & Rubio, S. (2024). *Trabajo social y perspectiva de género:intervención psicosocial con mujeres.* Consejo Gneral de Trabajo social. https://share.google/qY6CMdacKqbnrpX9a

Carruso, B. A., Ballard, A. M., Sobolik, J., Patrick, M., Dsouza, J., Sinharoy, S. S., . . . Ray, I. (02 de septiembre de 2024). Revisión sistemática de los ensayos de WASH para evaluar la participación de las mujeres en la ejecución de las intervenciones y las actividades de

investigación. *nature water, 2*, 10. https://www.nature.com/articles/s44221-024-00299-2

Castro , P. C., Ferreira De Castro, F., Barreira, M. B., Rodriguez de Silva, K. C., Aparecida , E., Fonseca, S. M., . . . Vouillant, S. E. (22 de 11 de 2024). La sobrecarga de la mujer:confirmación como principal responsable en la dinamica familiar. *Revista Observatorio de la Economia Latinoamericana, 22*(12). https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10265480

Cedeño, Y. (2022). Métodos de investigación cualitativa en ciencias sociales. *Investigación, transcomplejidad y ciencia, 3*(2). https://revistasuba.com/index.php/INVESTIGACIONTRANSCOMPLEJIDADYCI/article/view/209

Conell, R. (2005). *Masculinities.* Los Angeles: University of California Press. https://share.google/DnKguqrOvG0X6j1Ku

De Guzman , K., Stone, G., Yang, A. R., Shaffer, K. E., Lo, S., Kojok, R., . . . Kayser, G. (2023). Drinking water and the implications for gender equity and empowerment: A systematic review of qualitative and quantitative evidence. *nt J Hyg Environ Health, 247*. https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijheh.2022.114044

De Sousa, B. (2018). *Construyendo las espistomología del sur: para un pensamiento alternativos de alternativas.* Buenos Aires: CLACSO. https://biblioteca.clacso.edu.ar/clacso/se/20181203040213/Antologia_Boaventura_Vol1.pdf

De Sousa, B. (2019). *El fin del imperio cognitivo.* Trotta.

Duarte, C., Rodríguez, V., Araya, A., Maya, G., & Ulloa, M. (2021). Intervenciones de trabajadores y trabajadoras sociales en contextos de violencia de género. *Catedra paralela*(19), 39–59. https://doi.org/https://doi.org/10.35305/cp.vi19.295

El Ministerio de Ambiente y Recursos Naturales. (s.f.). *Estrategia Nacional de Biodiversidad y Cuencas.* https://www.marena.gob.ni/Enderedd/wp-content/uploads/2020/07/6_Gu%C3%ADa-para-el-Manejo-de-la-Biodiversidad-PDF.pdf?hl=es-US

Elson, D. (1998). Lo económico, lo político y lo doméstico: Empresas, estados y hogares en la organización de la producción. *Nueva Economía Política, 3*, 189-208. https://doi.org/https://doi.org/10.1080/13563469808406349

Elson, D., & Cagatay, N. (2000). The Social Content of Macroeconomic Policies. *World Development*, 1347-1364. https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0305-750X(00)00021-8

Escobar, F. d. (2023). Derecho Fundamental del agua. Argentina: Olejnik. https://books.google.com.ni/books?hl=es&lr=&id=nD3sEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA9&dq=agua+potable+derecho+fundamental&ots=l4t28oIWDR&sig=QI9UtUV6-0fUP0SSqKubcMWYMNA&redir_esc=y#v=onepage&q=agua%20potable%20derecho%20fundamental&f=false

Estermann, V. (2021). The sexual division of labor. Insights from French Materialist Feminism. *Descentrada, 5*(2), 14. https://doi.org/https://doi.org/10.24215/25457284e152

Estermann, V., & Muro, M. (2023). La invisibilización del trabajo doméstico a partir de la división sexual del trabajo: Aportes desde la propuesta de Isabel Larguía. *Controversia*(221), 53-79. https://doi.org/https://doi.org/10.54118/controver.vi221.1299

Evangelista, E., & Sebastián, G. (2022). El enfoque de Derechos humanos y su importancia para el Trabajo Social. *Revista de Trabajo social UNAM, 29*, 28-48. https://doi.org/10.22201/ents.20075987p.2021.29-30.86728

Exposito, M. (2004). *Diagnóstico rural participativo : una guía práctica.* Santo Domingo: Centro Cultural Poveda.

https://biblioteca.clacso.edu.ar/Republica_Dominicana/ccp/20120731033315/diagrural.pdf

Fraser, N. (2009). *Scales of Justice: Reimagining Political Space in a Globalizing World.* Columbia University Press. http://www.jstor.org/stable/10.7312/fras14680

Freire, P. (2004). *Pedagología de la Autonomía.* Paz y Terra. https://redclade.org/wp-content/uploads/Pedagog%C3%ADa-de-la-Autonom%C3%ADa.pdf

Galeano, E. (2024). *Dando voz a las experiencias: La importancia de la Intervención de Trabajo Social desde la perspectiva de mujeres víctimas de violencia de género en el ámbito intrafamiliar atendidas en el Centro de Equidad y Justicia, Tumbaco, periodo 2023-2024.* Universidad Central del Ecuador, Ecuador. https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/364ef38a-7f5f-46e4-8c0e-63251fcde44a

García García, M. D. (2024). Gestión hídrica regional del SICA: Temor de la escasez de agua potable en Centro América. *Investigación SICA Martha García.* Universidad Central de Nicaragua, Managua, Nicaragua. https://repositorio.ucn.edu.ni/id/eprint/53/1/Investigaci%C3%B3n%20SICA%20Martha%20Garc%C3%ADa%20%281%29.pdf

García, R. I. (2025). *Mujer, trabajo y familia. Tensiones, rupturas y continuidades en sectores rurales de Chile centra.* Universidad Nacional Autónoma de México, México. https://ru.dgb.unam.mx/server/api/core/bitstreams/e24e2962-4c64-4e6c-9840-b51904241d7f/content2025

González-Vega, A., Molina, R., López, A., & López, G. L. (2022). La entrevista cualitativa comotécnica de investigación en el estudio las organizaciones de las organizaciones. *New trends qualitative reseach, 14*, 14. https://doi.org/https://doi.org/10.36367/ntqr.14.2022.e571

Gúzman, M. (Octubre de 2021). Teorías feminista, teorías de género:Una metateorización. *Revista Barataria, 31*, 19. https://www.revistabarataria.es/web/index.php/rb/article/view/618

Hernández, O. (2021). Aproximacion a los distintos tipos de muestreo no probalisticos que existen. *Revista Cubana de medicina general integral, 37*(3). https://share.google/C9LcTueaFEwRkjs34

Instituto Nacional de Información de Desarrollo. (s.f.). *Encuesta de uso del Tiempo.* https://www.inide.gob.ni/docs/bibliovirtual/publicacion/usodeltiempo.pdf?hl=es-US

Kreimann, R. (2023). *CAPS: Por el agua, con la comunidad-Los comité de agua potable y saneamiento y la gestión social de un bien común en Nicaragua* (Vol. 1). IPEA. https://repositorio.ipea.gov.br/entities/publication/a30d8029-b86a-4d3b-b901-c35945fd6f3a

Lagarde y de los Ríos, M. (1996). *Género y feminismo: desarrollo humano y democrasia.* San Cristóbal: horas y Horas. https://share.google/J5cHsggbZtamzYkcc

Lagarde y de los Ríos, M. (2005). *Los cautivos de las mujeres, madresposas, monjas, putas, presas y locas.* México: Universidad Ncional Autónoma de México. https://share.google/89sdjVuwBohLsYZ08

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Stress,appraisal and coping.* Springer publishing company. https://share.google/PaMUgzZXwiLlulW9F

Martín-Baró, I. (1998). *Psicología de la liberación.* Trotta. https://drive.google.com/file/d/11abw5utfRxReOsWib_vRxq0hv_IXi3SH/view?usp=sharing&fbclid=IwdGRjcAN4qw9jbGNrA3irA2V4dG4DYWVtAjExAHNydGMGYXBwX2lkDDM1MDY4NTUzMTcyOAABHou3h6NtjTzIMdLIsmbf-J_GSQX0ImBaaUsuIdSn7hbJRz7g9xqCZDbx7-mY_aem_ULzThK6ML4z3Vx6ZI4Vjqw

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior , 2*(2), 99-103. https://doi.org/https://doi.org/10.1002/job.4030020205

Ministerio De Salud. (s.f.). *Planes de Gestión de Riesgos Sanitarios Asociados al Agua (PGRSAA).* https://www.minsa.gob.ni/sites/default/files/2022-10/PLANES%20DE%20GESTI%C3%93N%20DE%20RIESGOS%20SANITARIOS%20ASOCIADOS%20CON%20EL%20AGUA%20%28PGRSAA%29.pdf?hl=es-US

Montaño, S. (2025). Desalineación del agua como solución a su escasez. *Neuronum, 11*(4), 44. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10303480

Montenegro, A. (2022). ¿ Más allá del Marxismo? Aproximaciones y aportes para la constitución de una teoría feminista antirracista del trabajo doméstico remunerado. *ANTAGÓNICA. Revista de investigación y crítica social, 3*(6), 15-36. https://scholar.google.com/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=M%C3%A1s+all%C3%A1+del+Marxismo%3F+Aproximaciones+y+aportes+para+la+constituci%C3%B3n+de+una+teor%C3%ADa+feminista+antirracista+del+trabajo+dom%C3%A9stico+remunerado&btnG=

Moraes, C. M., Sousa, P., Brito, J. R., & Araújo, T. M. (2023). Trabajo doméstico no remunerado: persistencia de la división sexual del trabajo y trastornos mentales. *Revista De Saúde Pública, 57*(1), 31. https://doi.org/https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2023057004502

Moraga, M. J., Benavidez, R. J., Camas, Y. A., & Reyes, E. A. (2023). Determinar el Índice de sostenibilidad del sistema de agua potable en la comunidad Paso Ancho. Estelí, Nicaragua. *12*(45), 14. https://revistas.unan.edu.ni/index.php/Cientifica/es/article/view/2816

Morin, E. (2005). *El metodo 6* (Vol. 6). Cátedra. https://www.catedra.com/libro/teorema-serie-mayor/el-metodo-6-edgar-morin-9788437623382/

Moser , C. O. (1993). *Gender planning and development Theory, practice and training.* Taylor & Francis e-Library. https://doi.org/https://api.pageplace.de/preview/DT0400.9781134935383_A23793240/preview-9781134935383_A23793240.pdf

Moser, C. O. (1989). *Gender planning in the third world: Meeting practical and strategic gender* (Vol. 17). World Development. https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0305-

Netto, J. P. (2003). Cinco notas a propositos de la "cuestion social". En E. Borgianni, Y. Guerra, & C. Motaño, *Servicio social crítico:Hacia la construcción del nuevo prpoyecto etíco-político profesional* (págs. 43-55). Cortez Editora. https://www.abepss.org.br/arquivos/anexos/temporalis_n_3_questao_social-20180413124527670585 0.pdf

Olaz, Á. (2023). *Observación participante: El invisible arte de investigar.* Ediciones Díaz de Santos. https://books.google.com.ni/books?hl=es&lr=&id=_3jwEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR11&dq=Ques+es+una+guia+de+observacion&ots=YRflJHXpWo&sig=OzFSlNkuWPTcFjexsV6Ve4Od8ek&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

Pastor-Seller, E. (01 de 07 de 2021). Compromisos, dilemas y desafios del Trabajo social con dimensión colectiva en tiempos de pandemias. *Prospectiva. Revista de Trabajo Social e intervención social, 32*, 1-14. https://doi.org/ https://doi.org/10.25100/prts.v0i32.11397

Pearson, A. L., Mack, E. A., Ross, A., Marcantonio, R., Zimmer, A., Bunting, E., . . . Evans, T. (2021). Interpersonal Conflict over Water Is Associated with Household Demographics, Domains of Water Insecurity, and Regional Conflict: Evidence from Nine Sites across Eight Sub-Saharan African Countries. *Water, 13*(9). https://doi.org/https://doi.org/10.3390/w13091150

Prado, D. S. (2025). *Análisis del triple rol de las mujeres rurales, representantes de hogar, en la.* Universidad de Cuenca, Cuenca, Ecuador. https://rest-

dspace.ucuenca.edu.ec/server/api/core/bitstreams/807f268c-b12b-45f0-a909-8f94f1c214a1/content

Programa de las Naciones Unidas por el Desarrollo. (2021). *Informe anual 2021.* https://annualreport.undp.org/2021/es/

Quintana-Ramirez, A. P. (31 de Marzo de 2022). La gestión colectiva del agua, una lectura desde el Trabajo social. *Revista perspectiva*(39), 77-105. https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8537420.pdf

Quintana-Ramírez, A. P. (31 de Marzo de 2022). La gestión colectiva del agua, una lectura desde el Trabajo social. *Revista perspectiva*(39), 77-105. https://share.google/EATBzMA5jUSeG4aQL

Ramírez-Perdomo, C. A., Cantillo-Medina, C., & Perdomo-Romero, A. Y. (2024). Time for Care: Male and Female Voices Based on Their Caregiving Experiences. *Healthcare, 12*(22). https://doi.org/https://doi.org/10.3390/healthcare12222245

Reyes, J. (2025). Economía feminista. Apuntes sobre economía feminista y de los cuidados. En R. Contreras , O. Lozano, & A. Garibay, *ESTADO DEL ARTE Y APROXIMACIONES AL ESTADO DE LA CUESTIÓN DE LA ECONOMÍA SOCIAL EN MÉXICO* (págs. 103-117). México: REMINEO. https://www.researchgate.net/publication/393780887_Economia_feminista_Apuntes_sobre_economia_feminista_y_de_los_cuidados

Rivas, B. L. (2023). *Revista Latinoamericana de Ciencias sociales-Relacis*. https://revistas.jjsanmarcos.org/index.php/relacis/article/view/59/166?utm_source

Roca-Servat, D., & Botero-Mesa, M. (29 de Junio de 2020). La justicia hídrica y el desarrollo: más allá de los discursos de la economía verde. los derechos humanos neoliberales y los bienes comunes rentable. *Revista Nuestra América, 8*(16), 19. https://share.google/nO2FZyTgM5d4kNOON

Romano, S., Nelson-Nuñez, J., & LaVanchyc , T. (Abril de 2021). Abastecimiento de agua rural en la interfaz Estado-sociedad en América Latina. *Water International, 46*(6), 802-820. https://doi.org/https://doi.org/10.1080/02508060.2021.1928973

Salinas, M., & Becker, I. (2024). *Guardianes del agua:(in)seguridad hídrica enla vida cotidicana de las mujeres .* Chile: Fundación Heinrich boll stiftung. https://cl.boell.org/sites/default/files/2022-03/Guardianas%20del%20Agua%20Inseguridad%20H%C3%ADdrica%20-%20Digital%20%281%29.pdf

Schiaffini-Aponte, R., Soto-Ramírez, M., Valera , M. Á., & Linares-Fleites, G. (2024). Del estrés a la escasez hídrica:su impacto en la paz del desarrollo global. *Revista Latinoamericana de los Derechos Humano, 35*, 26. https://doi.org/https://dx.doi.org/10.15359/rldh.35-1.7

Soares, D. (2021). Territorio, género y derechos: el agua y el saneamiento en debate. *Perfiles Latinoamericanos, 30*(59), 24. https://doi.org/doi: dx.doi.org/10.18504/pl3059-013-2022

Soares, D. (2022). Territorio, género y derechos: el agua y el saneamiento en debate. *Perfiles Latinoamericanos, 30*(59). https://doi.org/https://doi.org/10.18504/pl3059-013-2022

Soares, D., & Hatch, G. (2023). Participación social en la gestión hídrica: Un acercamiento a la gestión comunitaria en una localidad rural del estado de Puebla (México). *Revista del colegio de San Luis, 13*(24), 1-26. https://doi.org/https://doi.org/10.21696/rcsl132420231566

Tajero, J. M. (2021). *Técnicas de investigación cualitativa en los ámbitos sanitario y sociosanitario.* Cuenca: Ediciones de la Universidad de Castilla-La mancha. https://ruidera.uclm.es/server/api/core/bitstreams/cfd86037-103c-44ac-aff6-045b6a615a91/content

Tallman, P. S.-M. (03 de Octubre de 2022). Inseguridad hídrica y violencia de género: una revisión global de la evidencia. *Wiley Interdisciplinary Reviews, 10*(1). https://wires.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/wat2.1619

Torres-Lira, E., Arana-Blas, R., & Napoleón Cuadra, S. (2024). Efectos de la doble carga laboral sobre la salud mental en mujeres trabajadoras de Managua. *Ergonomía, Investigación y Desarrollo, 6*(3), 19. https://doi.org/https://doi.org/10.29393/EID6-15EDES30015

Torrez, M. R. (2024). La disciplina de trabajo social y su intervención en la violencia de genero. *Criterio, 4*(6), 48 - 58. https://doi.org/http://doi.org/10.62319/criterio.v.4i6.27

UNAN Managua. (2021). *Líneas de Investigación.* https://www.unan.edu.ni/wp-content/uploads/lineas_de_investigacion.pdf

UNAN Managua. (2024). *Estrategia Nacional de Educación en Todas sus Modalidades «Bendiciones y Victorias» 2024-2026.* https://www.unan.edu.ni/index.php/institucional/estrategia-nacional-de-educacion-en-todas-sus-modalidades-bendiciones-y-victorias-2024-2026.odp

United Nations. (2023). *Objetivo 10:reducir la desigualdad dentro de los paéses y entre ellos.* https://www.un.org/sustainabledevelopment/inequality/

United Nations. (2023). *Objetivo 5:Lograr igualdad de género y empoderar a todas las niñas y mujeres.* https://www.un.org/sustainabledevelopment/gender-equality/

United Nations. (2023). *Objetivo 6:Garantizar la disponibilidad de agua y su gestion sostenible y el saneamiento para todos.* https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/water-and-sanitation/

Valderrama, M. (2023). *La carga del agua: de como las mujeres negocian el agua en la cuenca del río Fúquene, Cundinamarca,Colombia.* Universidad Autónoma de Barcelona. https://ddd.uab.cat/pub/tesis/2024/hdl_10803_691063/mvl1de1.pdf

Vivas, S. O., & Rojas, J. (2025). *Vulnerabilidad global ante la sequía en territorios de tres municipios del departamento de Matagalpa, Nicaragua.* Universidad Nacional Agraria, Matagalpa, Nicaragua . https://portal.amelica.org/ameli/journal/306/3065225007/

Vollrath, A., Arco , E., & Arrate, A. (2021). Consequences of Drought on Subjective Weel-Being, Social Capital and Health in Rural Communities. *Am J Biomed Sci & Res, 14*(3). https://doi.org/http://dx.doi.org/10.34297/AJBSR.2021.14.001997

Walsh, F. (2012). Family resilience: Strengths forged through adversity. En F. Walsh, *Nomal Family Process* (cuarta ed.). University Chicago. https://www.researchgate.net/publication/232567591_Family_resilience_Strengths_forged_through_adversity

Zabala-Murillo, M. A., Lobo-Anaya, K. P., & Vargas-Prieto, A. (2023). Los tres roles de la mujer rural en el desarrollo de los territorios;productivos, reproductivos y comunitarios. *CLIOAmérica, 17*(33), 144. https://doi.org/https://doi.org/10.21676/23897848.5208

17. Anexo

Anexo A

Plantilla: Propuesta de Intervención Psicosocial con Enfoque de Innovación

Título: “Sobrecarga doméstica y corresponsabilidad en mujeres rurales: una propuesta de sensibilización psicosocial desde el Trabajo Social comunitario”

Autora: Beysling Larissa Trujillo Tinoco

Institución: CUR-Estelí, carrera Trabajo Social.

Lugar y fecha: Estelí, noviembre 2025

1. Introducción y justificación

La escasez de agua en comunidades rurales constituye un problema social, según nos expresa Salinas y Becker (2024) esta situación afecta de manera diferenciada a las mujeres, quienes asumen una sobrecarga física, mental y social en las tareas de recolección y gestión del recurso. Roca-Servat y Botero (2020) nos difiere que La ausencia de infraestructura adecuada y la división sexual del trabajo generan desigualdad de género y limitan la participación comunitaria.

La sobrecarga doméstica

Intervenir en este tema es relevante porque permite visibilizar la carga desigual que enfrentan las mujeres rurales y promover procesos de corresponsabilidad en el ámbito doméstico y comunitario. Esta propuesta plantea actividades innovadoras de bajo costo como mapeos, círculos de diálogos que se adaptan a contextos sin acceso a internet ni recursos tecnológicos avanzados

2. Fundamentación teórica y conceptual

La propuesta de sensibilización se fundamenta en referentes teóricos clásicos del Trabajo Social y la educación popular, que orientan su carácter participativo, relacional y transformador. En primer lugar, Ezequiel Ander-Egg (2003) (1987)

Plantea que el Trabajo Social Comunitario constituye un proceso de organización y movilización social orientado al autodesarrollo de las comunidades. Su metodología de intervención comunitaria promueve la acción programada como vía para conocer y actuar sobre la realidad social, lo que permite que las personas dejen de ser receptoras pasivas y se conviertan en protagonistas del cambio. Este principio es esencial en el contexto rural, donde la participación organizada de las mujeres en torno al agua y las tareas domésticas se convierte en una forma de empoderamiento colectivo.

Por su parte, Freire (2004) aporta el fundamento educativo del plan al considerar que la sensibilización debe centrarse en la concientización. A través del diálogo y la reflexión crítica, las mujeres pueden leer su realidad la sobrecarga doméstica y la desigualdad de género desde una perspectiva transformadora, superando el fatalismo y asumiendo un papel activo en la búsqueda de soluciones. La metodología freiriana convierte los espacios de diálogo en procesos de educación liberadora que promueven la corresponsabilidad y la equidad social.

Complementariamente, (Ander-Egg, 1987) destaca el valor del enfoque relacional y la microintervención, en la cual la visita domiciliaria es una técnica clave para generar confianza, conocer de cerca la realidad familiar y movilizar los recursos personales y sociales de cada participante. Este contacto directo favorece la adaptación al medio y rompe el aislamiento propio de los contextos rurales, fortaleciendo los vínculos solidarios y la cohesión comunitaria.

Finalmente, la propuesta incorpora los aportes metodológicos del Diagnóstico Rural Participativo (DRP), conceptualizado por Exposito (2004)entendido como un conjunto de técnicas visuales, orales y de bajo costo como mapas, dibujos y diagrama que permiten a la comunidad analizar su propia realidad. Esta metodología fomenta la autodeterminación, la apropiación del conocimiento local y la acción colectiva, adaptándose a los recursos disponibles y garantizando una participación de las mujeres rurales en la identificación y transformación de su entorno.

En conjunto, estos enfoques proporcionan el soporte metodológico necesario para desarrollar un proceso de sensibilización integral, participativo y sostenible, centrado en la equidad de género y la corresponsabilidad doméstica. El Trabajo Social comunitario nos expresa Rivas (2023)

es un proceso de acompañamiento que busca fortalecer la organización y participación de los grupos sociales en la resolución de problemáticas colectivas, potenciando sus capacidades y recursos.

A su vez, el concepto de corresponsabilidad a Ander-Egg (2003)promueve la Participación como una herramienta esencial para el desarrollo. La intervención debe buscar que la comunidad pase de ser objeto a sujeto de su propio desarrollo.

El enfoque psicosocial en Trabajo Social resulta el más pertinente para esta intervención, dado que permite analizar cómo las condiciones estructurales (como la escasez de agua y la división sexual del trabajo) inciden en la vida cotidiana, en la salud física y mental, y en la participación comunitaria de las mujeres. Este enfoque articula la dimensión individual con la colectiva, integrando factores emocionales, sociales y culturales en la comprensión del problema.

En cuanto a la innovación psicosocial, según Aguilar y Castro-Osorio (2023) se define como la capacidad de generar metodologías creativas y adaptadas al contexto que permitan transformar realidades sociales de forma sostenible, fomentando el empoderamiento y la resiliencia comunitaria. En comunidades rurales con limitados recursos tecnológicos, la innovación se expresa en el uso de estrategias accesibles como talleres participativos, círculos de diálogo, carteleras comunitarias y narrativas visuales que favorecen la reflexión y el cambio cultural.

3. Diagnóstico o análisis de la situación

La población meta de esta propuesta está conformada por 6 mujeres madres de la comunidad La Lima, comarca Yásica Sur, municipio San Ramón, departamento de Matagalpa, en edades que oscilan entre los 29 y 43 años, muchas de ellas con bajo nivel educativo (primaria incompleta o sin estudiar) dedicadas principalmente a labores domésticas, agrícolas de subsistencia o al trabajo informal. La mayoría convive en condiciones de limitados ingresos económicos, con acceso restringido a servicios básicos como agua potable, salud y educación.

Las necesidades identificadas se relacionan con la escasez de agua, que genera sobrecarga en las mujeres por la responsabilidad de acarrear y administrar el recurso. Este problema impacta

de manera directa en su salud física (dolores musculares, agotamiento), mental (estrés, ansiedad) y social (limitación para participar en espacios comunitarios y educativos). Asimismo, existe la demanda de mayor corresponsabilidad doméstica y de estrategias comunitarias que permitan un uso más equitativo y sostenible del agua.

Entre los factores de riesgo destacan: la infraestructura hídrica deficiente, la dependencia de fuentes naturales como pozos y quebradas, la desigualdad de género en la distribución de tareas, y la limitada participación de las mujeres en la toma de decisiones comunitarias. En contraste, los factores de protección incluyen la existencia del Comité de Agua Potable y Saneamiento (CAPS), la organización comunitaria incipiente, las redes de apoyo familiar y el liderazgo potencial de mujeres que buscan participar activamente en la gestión del agua

Limitaciones tecnológicas: escaso o nulo acceso a internet, dispositivos móviles y recursos digitales, lo que impide implementar intervenciones basadas en plataformas virtuales o redes sociales.

Limitaciones educativas: bajo nivel de escolaridad de gran parte de la población, lo que exige el uso de metodologías sencillas, prácticas y visuales.

Limitaciones económicas: ingresos reducidos que dificultan la compra de insumos básicos, por lo que las estrategias deben ser de bajo costo.

Limitaciones de participación: predominio de estereotipos de género que restringen la participación de mujeres en espacios de decisión comunitaria, concentrándolas en tareas domésticas y de cuidado.

Limitaciones en infraestructura: deterioro o inexistencia de sistemas de tubería, dependencia de fuentes de agua lejana, lo que incrementa la carga física.

Mapa de autores:

1. Actores clave (Alta influencia, alto interés)

Estos actores son indispensables para la ejecución y el éxito del proyecto. Tu interacción con ellos es directa y constante.

Mujeres de la comunidad: La población directamente beneficiada y participante. Su sensibilización y empoderamiento son los resultados esperados del proyecto.

2. Actores de apoyo (Influencia y/o interés indirecto)

Estos actores no participan directamente en la ejecución, pero su rol es de validación, difusión o apoyo logístico, lo cual puede ser medido de forma indirecta.

Escuela local: Es un espacio físico clave para realizar talleres y colocar las carteleras comunitarias. La interacción es medible a través del uso de sus instalaciones y la aceptación del material.

Familias y vecinos: Aunque no son un grupo formal, son el escenario principal para el cambio. El éxito del proyecto se medirá a través de los testimonios y las narrativas que se recojan sobre la distribución de tareas domésticas.

4. Objetivos de la intervención

General:

Diseñar un plan de sensibilización comunitaria orientado a promover la equidad de género, la corresponsabilidad familiar y el uso sostenible del agua en los hogares.

Específicos:

1. Sensibilizar a hombres y mujeres sobre la carga desigual del trabajo doméstico.
2. Fortalecer la reflexión comunitaria en torno a la corresponsabilidad y la equidad de género.
3. Implementar estrategias innovadoras de bajo costo como carteleras, narrativas visuales y círculos de diálogo.
4. Promover la participación comunitaria en la gestión del agua desde un enfoque inclusivo

5. Metodología

El diseño metodológico adopta un carácter participativo y de género, lo que implica que las mujeres de la comunidad no son receptores pasivos, sino actores activos en el diagnóstico, la reflexión y la búsqueda de soluciones. De esta forma, se busca sensibilizar y empoderar a las mujeres y fortalecer los espacios comunitarios de decisión.

Estrategias y técnicas de intervención:

Las técnicas seleccionadas para la implementación del plan de sensibilización se fundamentan en principios del Trabajo Social comunitario y la educación popular. En primer lugar, la visita domiciliaria constituye una herramienta esencial para establecer el vínculo inicial con las participantes, mediante encuentros breves y respetuosos en sus hogares, que permiten generar confianza y facilitar la inserción en el contexto rural. Esta técnica se basa en el rol relacional del Trabajador Social descrito por Ander-Egg (1987) quien la considera idónea para el acceso directo a la realidad social y para construir relaciones de cercanía, fundamentales en comunidades donde la confianza interpersonal es el principal capital.

En segundo lugar, se aplicará el Mapeo de Carga y Tiempo, adaptado del Diagnóstico Rural Participativo (DRP), utilizando elementos locales como piedras o semillas para representar las tareas cotidianas. Esta metodología expuesta por Exposito (2004) permite que las mujeres visualicen de forma concreta su sobrecarga doméstica, lo que favorece una "lectura crítica" de su realidad y constituye el punto de partida para la reflexión colectiva. La tercera técnica corresponde a los Círculos de Reflexión con Historias Locales, espacios grupales en los que la conversación se orienta a partir de refranes, mitos o narrativas propias de la comunidad sobre el rol de la mujer. Esta dinámica responde al principio del diálogo como práctica pedagógica liberadora Freire (2004) donde el intercambio de saberes populares posibilita el reconocimiento de las desigualdades y la construcción colectiva de significados.

Finalmente, se desarrollará la técnica denominada "El Mural del Compromiso", una acción participativa en la que las mujeres elaboran de forma conjunta una cartelera con mensajes e ilustraciones alusivas a la corresponsabilidad doméstica, dirigida a los hombres de la comunidad. Esta actividad representa una acción social programada, en la que las mujeres dejan de ser objeto de intervención para convertirse en actores sociales incidiendo activamente en la transformación de su entorno y promoviendo un cambio cultural hacia la equidad de género.

Fases del proceso

1. Diagnóstico participativo: Aplicación de encuestas, observaciones y entrevistas para identificar percepciones y prácticas relacionadas con la carga doméstica y la escasez de agua.

2. Planificación: Diseño colaborativo de las actividades y selección de materiales con base en la disponibilidad de la comunidad.

3. Ejecución: Desarrollo de las visitas casa a casa.

4. Evaluación y sistematización: Aplicación de encuestas breves y observaciones para valorar la aceptación de las estrategias innovadoras, junto con la recopilación de testimonios y fotografías.

Innovación metodológica

El carácter innovador de la propuesta radica en el uso de metodologías creativas y de bajo costo, adaptadas a comunidades rurales con limitaciones tecnológicas. Al priorizar técnicas como talleres, carteleras, narrativas visuales y círculos de diálogo, se logra un proceso accesible, inclusivo y sostenible, que fomenta la corresponsabilidad doméstica y la equidad de género desde la experiencia concreta de las mujeres rurales.

Tabla A. 1
Operacionalización del plan de intervención.

Técnica	Fase/Encuentro	Técnica Principal	Objetivo Específico
	Acercamiento Inicial/Visita domiciliaria (casa a casa)	Entrevista Informal y Vínculo	Generar confianza, romper el aislamiento y asegurar la participación de las 6 mujeres
Taller	Diagnóstico y Sensibilización/sesión 1	Mapeo de Carga y Tiempo	Lograr que las mujeres visualicen su sobrecarga de forma concreta y la compartan con el grupo.
	Reflexión y Empoderamiento/sesión 2	Círculos de Reflexión con Historias	Desarrollar la conciencia crítica sobre la naturalización de la desigualdad de género a través del diálogo.
	Acción y Consolidación	El Mural del Compromiso	Crear el instrumento de sensibilización y acción social (el mural/cartelera) que será el puente para el encuentro con los hombres.

Tabla A.2.
Evidencia y Fundamento teórico de las estrategias de intervención

Código o Estrategia Central	Evidencia que Justifica la Acción	Fundamento Teórico que la Sustenta
Mapeo de Carga y Tiempo	"Yo asumo casi el 90% de las tareas... el acarreo de agua, la limpieza y la comida caen sobre mí." (GF M4)	Diagnóstico Rural Participativo (DRP): Esta técnica visual, utilizando el lenguaje concreto (semillas/piedras), permite a las mujeres cuantificar y objetivar la Sobrecarga Doméstica (una experiencia subjetiva), lo cual es el primer paso para la concientización crítica (Freire) sobre la División Sexual del Trabajo (DST).
Círculos de Reflexión con Historias Locales	"Hay noches que no puedo dormir por la preocupación." (M2) "Se percibe un estado de ansiedad y control en el ambiente." (GO M2)	Educación Popular y Enfoque Psicosocial: La metodología se centra en el diálogo crítico (Freire) para nombrar el malestar. Al reflexionar sobre narrativas propias, se facilita la gestión de la Carga Mental y la ansiedad, atacando la naturalización del rol de "Gerente de la Crisis Hídrica" que les ha sido impuesto.

7. Resultados esperados e indicadores.

Resultados esperados:

Mayor sensibilización sobre corresponsabilidad doméstica.

Participación equitativa en espacios comunitarios.

Creación de recursos innovadores (carteleras y narrativas visuales).

Indicadores:

Número de talleres realizados y participantes.

Evidencias gráficas de carteleras instaladas.

Testimonios recogidos en círculos de diálogo

8. Evaluación y seguimiento

La evaluación será continua y se realizará en tres momentos: inicial, procesual y final. Se utilizarán instrumentos como listas de asistencia, encuestas breves y observación participante. Se valorará especialmente la aceptación comunitaria de las metodologías innovadoras aplicadas.

9. Sistematización y transferencia de aprendizajes

La experiencia se registrará en diarios de campo, fotografías y recopilación de testimonios. Los resultados se difundirán en un informe final y en un encuentro comunitario. La sistematización permitirá documentar las innovaciones como una práctica replicable en otras comunidades rurales.

Anexo B

Dosier de validación de instrumento.

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE NICARAGUA, MANAGUA
UNAN - MANAGUA

UNAN-MANAGUA/CUR-ESTELÍ

Carrera Trabajo Social

Dossier de Validación del Cuestionario "Efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de mujeres madres de la comunidad La Lima, Yasica Sur, San Ramón-Matagalpa: un análisis desde el enfoque de Trabajo Social, II semestre 2025"

Equipo de investigación Tutora:

Beysling Larissa Trujillo Tinoco Mtra: Ana del S. Rizo Moreno

Estelí, 14 de septiembre de 2025

Reciba un cordial y respetuoso saludo.

De: Beysling Larissa Trujillo Tinoco.

Carrera de Trabajo Social, UNAN – CUR Estelí

Asunto: Solicitud de validación de instrumentos para investigación académica

Estimado/a Dr./Dra./Lic. _____:

Reciba un cordial saludo. Nos dirigimos a usted para solicitar su colaboración como experto/a en la validación de los instrumentos de recolección de datos para nuestra investigación: "Impacto de la Escasez de agua aumenta la sobrecarga doméstica en la vida de las mujeres madres de la comunidad La Lima, comarca Yásica sur, Municipio San Ramón

departamento de Matagalpa, segundo semestre 2025”. Su experiencia es invaluable para garantizar la claridad, pertinencia y rigor metodológico de nuestro estudio. Sus observaciones contribuirán directamente a enriquecer la calidad académica y aplicada de esta investigación.

Los documentos adjuntos incluyen el instrumento y una lista de cotejo para sus comentarios. Toda información será tratada con confidencialidad y fines exclusivamente académicos.

Agradecemos sinceramente su tiempo y aportes para fortalecer este trabajo.

Atentamente:

Beysling Larissa Trujillo Tinoco.

Cc. Tutora: Mtra. Ana Rizo Moreno.

Introducción

El presente dossier de validación tiene como propósito documentar y sustentar el proceso metodológico realizado para garantizar la pertinencia, claridad, coherencia y relevancia de los instrumentos de recolección de información aplicados en la investigación titulada: Efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de mujeres madres de la comunidad La Lima, Yasica Sur, San Ramón-Matagalpa: un análisis desde el enfoque de Trabajo Social, II semestre 2025, la cual se desarrollará en dicha comunidad rural. La validación constituye un paso indispensable dentro del rigor científico, ya que asegura que los ítems y las técnicas empleadas respondan de manera adecuada a los objetivos de investigación, evitando sesgos y fortaleciendo la confiabilidad de los datos obtenidos.

La importancia de este dossier radica en que ofrece evidencia sistemática del proceso de validación, realizado mediante el juicio de expertos y el pilotaje preliminar, contribuyendo a elevar la calidad académica del estudio. En este sentido, la colaboración de los jueces expertos constituye un elemento esencial, pues garantiza que los instrumentos estén alineados a los estándares metodológicos y a la práctica profesional en Trabajo Social, asegurando tanto su validez científica como su pertinencia práctica.

A continuación, se detallan los instrumentos sometidos al proceso de validación:

Guía de entrevista

Lista de cotejo / Guía de observación

Grupo focal

Tabla B.1

Descripción global de los instrumentos

Técnica	Instrumentos	A quien está dirigido (participantes)	Forma de aplicación	Número de ítems	Categorías que se abordan	Preguntas/ítems
Entrevista semiestructurada.	Cuestionario	Mujeres madres con sobrecarga doméstica en la comunidad La Lima	Presencial	5	Datos generales, Acceso al agua, uso del tiempo y sobrecarga, salud y bienestar, educación y participación, percepciones y actitudes	Datos: 1. Nombre (opcional): _____2. Edad: _____ años 3. Estado civil: [] Soltera [] Casada/Unión libre [] Separada [] Viuda 4. ¿Cuántos hijos/as tiene? _____ 5.Nivel educativo: [] Ninguno [] Primaria [] Secundaria [] Técnica [] Superior 6.Ocupación principal: _____ 7. ¿Vive en esta comunidad desde hace cuánto tiempo? _____ años II. Acceso al Agua 8. ¿Dónde obtiene el agua principalmente? 9. ¿Con qué frecuencia falta el agua y cómo afecta eso sus tareas del hogar? 10. ¿Con qué frecuencia falta agua en su casa? 11. ¿Quiénes se encargan de recolectar el agua en su familia? 13. ¿Cuántas horas dedica diariamente a las tareas del hogar? 14. ¿Ha sentido que las responsabilidades del hogar le impiden estudiar, trabajar o descansar?

						15. ¿Qué siente física y emocionalmente por la carga diaria de trabajo? 16. ¿Ha tenido problemas de salud (cansancio, dolores, estrés, tristeza) por las tareas domésticas? 17. ¿Cómo maneja esas emociones o malestares cuando se siente agotada? 18. ¿Cuenta con apoyo familiar o comunitario para aliviar la carga del hogar? 20. ¿Cree que las tareas del hogar se reparten de manera equitativa entre hombres y mujeres? 21. ¿Participa en alguna organización o reunión comunitaria donde se tomen decisiones sobre el agua? 22. ¿Siente que la opinión de las mujeres es escuchada y valorada en esos espacios? 23. ¿Qué medidas mejorarían la situación del agua y la carga doméstica? 24. ¿Cómo imagina una vida más equilibrada entre el trabajo del hogar y el bienestar personal?
Guía de observación	**Listado de chek-in**	**Mujeres madres con sobrecarga doméstica.**	**Presencial**	**10**	**Datos generales, comportamiento en la recolección de agua, interacción de la carga doméstica, evidencia de la carga doméstica, hallazgos y reflexiones.**	**Datos Generales:** **Lugar: _____ (Ej. La fuente de agua, un pozo comunitario, un hogar en particular)** **Contexto de la actividad: _____ (Ej. Recolección de agua, reunión comunitaria sobre el agua, reunión familiar)** **Número de personas observadas: ___** **Duración de la observación: ___** **I. Comportamiento en la Recolección de Agua**

						¿Quiénes son los principales encargados de la recolección de agua? **[] Mujeres solas** **[] Hombres solos** **[] Mujeres y hombres (compartido)** **[] Niñas y/o niños** **¿Qué otras actividades realizan las personas mientras esperan o recolectan agua?** **[] Lavado de ropa/utensilios** **[] Conversación/Interacción social** **[] Cuidado de niños/as** **[] Actitud pasiva/Silencio** **Carga física: ¿Qué tipo de recipientes se utilizan para transportar el agua (baldes, galones, barriles)? ¿Se observa algún signo de carga física o agotamiento?** **Observaciones: Describa cómo se transporta el agua (en la cabeza, a mano, con carretilla, etc.) y anote cualquier señal de dolor o esfuerzo.** **II. Interacción y Dinámicas Sociales** **Participación en la toma de decisiones: Si la observación es en una reunión comunitaria sobre el agua, ¿quiénes toman la palabra?** **[] Mujeres** **[] Hombres** **[] Ambos** **Observaciones: Describa si las opiniones de las mujeres son escuchadas y valoradas. ¿Se les da el mismo espacio para hablar que a los hombres?** **Comunicación familiar: En el contexto de un hogar, ¿quién toma las decisiones**

						sobre la distribución del agua en la familia? **[] La mujer** **[] El hombre** **[] La pareja en conjunto** **Observaciones: Anote si se observan discusiones o acuerdos sobre el uso del agua.** **III. Evidencia de Sobrecarga Doméstica** **Multitarea: ¿Se observa a las mujeres realizando múltiples tareas simultáneamente (ej. cocinando mientras cuidan a un niño o lavando mientras esperan el agua)?** **[] Sí** **[] No** **Observaciones: Describa las actividades y la aparente carga de trabajo.** **Condiciones de las tareas: ¿Cómo son las condiciones de las tareas del hogar relacionadas con el agua? (Ej. Lavar ropa a mano en un río o en un recipiente pequeño, cocinar con poca agua).** **Observaciones: Describa la dificultad o el esfuerzo que implican estas actividades.** **IV. Hallazgos y Reflexiones del Observador/a** **Nivel de Impacto Observado: En general, ¿se evidencia que la escasez de agua tiene un impacto significativo en la vida diaria de las personas observadas?** **[] Alto** **[] Medio** **[] Bajo** **Justificación:**
Grupo focal	**Guía de cuestionario**	**Muestra comunitaria (mujeres con**	**Presencial**	**6**	**Datos generales, acceso al agua,**	**¿Cómo describen la situación del agua en su comunidad y qué**

		sobrecarga domestica)			**impacto en la salud y comunidad, percepción y soluciones y comentarios adicionales.**	**dificultades les genera en las actividades del hogar?** **¿Cómo se distribuyen las tareas del hogar en sus familias y quién asume la mayor parte de ellas?** **¿Cómo se sienten física y emocionalmente ante la cantidad de trabajo que deben realizar diariamente?** **¿De qué manera la carga de trabajo afecta su convivencia familiar o su participación en la comunidad?** **¿Qué hacen para sobrellevar el cansancio, el estrés o la presión que sienten por las tareas domésticas?** **¿Qué creen que podría hacerse desde la familia o la comunidad para reducir la sobrecarga que viven las mujeres?**
Entrevista	**Guía de preguntas**	**Presidente del CAPS**	**Presencial**	**12**	**Gestión y Desafíos del Sistema de Agua, Percepción del Impacto en la Comunidad y la y Sobrecarga Doméstica Participación y Soluciones.**	**PREGUNTAS.** **¿Cuál es su rol como presidente del CAPS y cuáles son sus principales responsabilidades en la gestión del agua de la comunidad?** **¿Cuáles son los principales desafíos que enfrentan para garantizar un suministro de agua constante a toda la comunidad? (Por ejemplo: problemas técnicos, falta de recursos, clima, etc.)** **¿Hay planes o proyectos en marcha para mejorar la infraestructura de agua?** **¿Qué apoyo externo (ONG, gobierno) han recibido o están buscando?** **¿Quiénes son, en su opinión, las personas que asumen la mayor carga para conseguir agua cuando hay escasez?**

						¿Ha notado o escuchado de los miembros de la comunidad si la falta de agua ha aumentado el trabajo y las responsabilidades en el hogar, particularmente para las mujeres? **¿Cree que la falta de agua puede generar conflictos o tensiones dentro de las familias debido al trabajo que implica conseguirla?** **¿Ha recibido reportes o quejas sobre problemas de salud (dolores, agotamiento) o estreses relacionados con la escasez de agua o su acarreo?** **¿El CAPS tiene un espacio formal donde se escuche y se tome en cuenta la opinión de las mujeres sobre la gestión del agua?** **¿Considera que el problema de la sobrecarga de trabajo en las mujeres, a causa del agua, es algo que la comunidad reconoce y busca resolver?** **¿Cuáles son los roles de las mujeres e la gestión del agua y cuales los de los hombres? ¿Hay una clara división de tareas** **¿Qué medidas, más allá de la infraestructura, cree que se necesitan para aliviar la carga de trabajo que la escasez de agua impone a las familias, especialmente a las mujeres?** **¿Hay algo más que le gustaría agregar sobre la relación entre el agua, la gestión comunitaria y el bienestar de las mujeres y familias en La Lima?**

Entrevistas	**Lista de preguntas**	**Experto (Trabajador social, docente o psicólogo)**	**Presencial**	**12**	**Percepción y Consecuencias del Problema, Abordaje y Rol Profesional y Cierre y Agradecimientos.**	**¿Podría compartirnos su trayectoria profesional y cómo se ha relacionado con problemas comunitarios, especialmente aquellos que afectan a mujeres y familias en contextos rurales?"** **¿Ha tenido contacto o experiencia en comunidades que enfrentan una problemática similar a la de La Lima, relacionada con la escasez de agua?"** **¿Cómo impacta la escasez de un recurso básico como el agua en la dinámica familiar? ¿Qué cambios o tensiones observa?"** **¿Cree que la crisis por el agua refuerza los roles tradicionales de género o puede transformarlos? ¿Podría darnos un ejemplo?"** **Además del cansancio físico, ¿qué impactos en la salud mental (como estrés, ansiedad o resignación) identifica en las mujeres que enfrentan esta sobrecarga?"** **¿Cómo perciben las propias mujeres esta sobrecarga? ¿La ven como una injusticia o como una obligación natural de su rol?"** **¿De qué manera la sobrecarga de la madre puede afectar el vínculo madre-hijo/hija y cómo se transmiten los roles de cuidado a la siguiente generación, especialmente a las niñas?"** **"Desde su campo (Trabajo Social, Psicología, etc.), ¿cuál cree que es la contribución más valiosa para abordar esta problemática?"**

						¿Cuál sería la estrategia prioritaria para ayudar a estas mujeres: ¿salud mental, educación en equidad para la comunidad o soluciones técnicas? ¿Por qué? **¿Qué acción concreta podría considerarse una señal de que una mujer está comenzando a empoderarse en esta situación?** **¿Qué estrategias considera efectivas para educar e involucrar a los hombres en la corresponsabilidad y en la búsqueda de soluciones?"** **¿Hay algo más que considere importante para mí investigación y que no hayamos abordado?"** **¿Conoce a alguien más a quien debería entrevistar para enriquecer este trabajo?**

Justificación de los instrumentos

Entrevistas

Las entrevistas aplicadas a mujeres con sobre carga doméstica, líder comunitarios y expertos se clasifican como semi-estructuradas, ya que parten de una guía de preguntas predefinidas, pero permiten flexibilidad para profundizar en temas emergentes durante la conversación.

Este formato ofrece un equilibrio entre la sistematización y la apertura, favoreciendo la exploración de percepciones, experiencias y propuestas relacionadas con la escasez de agua y la sobrecarga doméstica en las mujeres.

Las entrevistas semi-estructuradas resultan idóneas porque permiten al investigador mantener una línea temática clara, pero al mismo tiempo otorgan libertad a los participantes para expresar opiniones, sentimientos y experiencias que no siempre emergen en encuestas cerradas.

Guía de observación

La observación no participante se apoya en una lista de cotejo estructurada, lo cual asegura la identificación de indicadores previamente definidos (roles en la recolección, tiempo invertido, condiciones físicas, dinámicas familiares y comunitarias).

Al mismo tiempo, incluye espacios para anotaciones abiertas, lo que la convierte en una herramienta estructurada con componente cualitativo, permitiendo registrar hallazgos imprevistos.

La observación directa complementa lo dicho en encuestas y entrevistas, aportando evidencia empírica sobre la división de roles, la sobrecarga y el impacto en la vida cotidiana de las mujeres.

El Grupo Focal fue seleccionado como instrumento fundamental para la validación de los datos, ya que su principal valor radica en el intercambio dinámico y la conversación colectiva entre las participantes. Esta técnica permite ir más allá de las experiencias individuales, obtenidas en las entrevistas, para generar un discurso grupal que revela las normas culturales compartidas, como la División Sexual del Trabajo (DST).

La interacción en grupo fue esencial porque permitió a las mujeres confirmar y validar que la sobrecarga y la Carga Mental no eran problemas personales, sino una experiencia compartida y sistemática. Esta confirmación colectiva es más potente que los testimonios individuales. Finalmente, fue crucial para obtener retroalimentación inmediata y comunitaria sobre la pertinencia y viabilidad del Plan de Sensibilización diseñado, asegurando que la propuesta de intervención estuviera directamente alineada con las necesidades y la realidad de la comunidad La Lima.

Triangulación metodológica

La investigación utiliza una triangulación de métodos e instrumentos que combina fuentes de información cualitativa y evidencia empírica para garantizar la credibilidad y profundidad de los hallazgos:

Grupo Focal: Genera información cualitativa a nivel colectivo, esencial para explorar las normas sociales y culturales compartidas sobre la División Sexual del Trabajo y la Carga Mental. Permite obtener un consenso grupal sobre la percepción del problema y es fundamental para la validación y el ajuste de la pertinencia del Plan de Sensibilización diseñado.

Entrevistas semi-estructuradas: Aportan un enfoque cualitativo que profundiza en las percepciones individuales, los significados personales de la escasez de agua, y las manifestaciones directas del Agotamiento Emocional. Este instrumento fue clave para capturar las narrativas detalladas de las mujeres madres y la perspectiva de líderes comunitarios y expertos.

Guía de observación estructurada con notas abiertas: Valida y contrasta la información reportada en los instrumentos anteriores con evidencias directas y no verbales del contexto. Asegura la identificación de indicadores empíricos como los roles activos en la recolección de agua, el tiempo invertido en el acarreo y las dinámicas familiares reales, aportando una capa de rigor observacional al estudio.

GUÍA DE OBSERVACIÓN

Tema de tesis: Efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de mujeres madres de la comunidad La Lima, Yasica Sur, San Ramón-Matagalpa: un análisis desde el enfoque de Trabajo Social, II semestre 2025

Objetivo del instrumento:

Observar e identificar las prácticas, dinámicas, conocimientos y comportamientos relacionados con la sobrecarga doméstica en las mujeres de la lima provocado por la escasez de agua.

Datos Generales

Guía de Observación de Campo

Título de la Investigación: Escasez de agua y sobrecarga doméstica en mujeres rurales de la comunidad La Lima.

Observador(a): Beysling Larissa Trujillo — CUR-Estelí, Carrera de Trabajo Social.

Datos de la Observación

Fecha: __ / __ / __

Lugar: _____ (Ej. La fuente de agua, un pozo comunitario, un hogar en particular)

Contexto de la actividad: _____ (Ej. Recolección de agua, reunión comunitaria sobre el agua, reunión familiar)

Número de personas observadas: ___

Duración de la observación: ___

I. Comportamiento en la Recolección de Agua

¿Quiénes son los principales encargados de la recolección de agua?

[] Mujeres solas

[] Hombres solos

[] Mujeres y hombres (compartido)

[] Niñas y/o niños

Observaciones: Describa el grupo demográfico predominante y el rol de cada persona.

Actividades asociadas: ¿Qué otras actividades realizan las personas mientras esperan o recolectan agua?

[] Lavado de ropa/utensilios

[] Conversación/Interacción social

[] Cuidado de niños/as

[] Actitud pasiva/Silencio

Observaciones: Describa la dinámica social y el estado de ánimo (ej. frustración, cansancio, camaradería).

Carga física: ¿Qué tipo de recipientes se utilizan para transportar el agua (baldes, galones, barriles)? ¿Se observa algún signo de carga física o agotamiento?

Observaciones: Describa cómo se transporta el agua (en la cabeza, a mano, con carretilla, etc.) y anote cualquier señal de dolor o esfuerzo.

II. Interacción y Dinámicas Sociales

Participación en la toma de decisiones: Si la observación es en una reunión comunitaria sobre el agua, ¿quiénes toman la palabra?

[] Mujeres
[] Hombres
[] Ambos
Observaciones: Describa si las opiniones de las mujeres son escuchadas y valoradas. ¿Se les da el mismo espacio para hablar que a los hombres?
Comunicación familiar: En el contexto de un hogar, ¿quién toma las decisiones sobre la distribución del agua en la familia?
[] La mujer
[] El hombre
[] La pareja en conjunto
Observaciones: Anote si se observan discusiones o acuerdos sobre el uso del agua.
III. Evidencia de Sobrecarga Doméstica
Multitarea: ¿Se observa a las mujeres realizando múltiples tareas simultáneamente (ej. cocinando mientras cuidan a un niño o lavando mientras esperan el agua)?
[] Sí
[] No
Observaciones: Describa las actividades y la aparente carga de trabajo.
Condiciones de las tareas: ¿Cómo son las condiciones de las tareas del hogar relacionadas con el agua? (Ej. Lavar ropa a mano en un río o en un recipiente pequeño, cocinar con poca agua).
Observaciones: Describa la dificultad o el esfuerzo que implican estas actividades.
IV. Hallazgos y Reflexiones del Observador/a
Nivel de Impacto Observado: En general, ¿se evidencia que la escasez de agua tiene un impacto significativo en la vida diaria de las personas observadas?
[] Alto
[] Medio
[] Bajo
Justificación:
Conclusiones de la observación: ¿Qué aspectos del problema (sobrecarga, división del trabajo, impacto en la salud) son más evidentes en esta observación?
Firma del Observador/a
Firma: _____
Nombre: _____
Fecha: _____

Encuesta a mujeres madres con sobrecarga doméstica

Título de la investigación "Efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de mujeres madres de la comunidad La Lima, Yasica Sur, San Ramón-Matagalpa: un análisis desde el enfoque de Trabajo Social, II semestre 2025"

Investigadora:

Beysling Larissa Trujillo Tinoco.

CUR- Estelí, Carrera de Trabajo Social.

Fecha: ____ / ____ / 2025 Lugar: _____ ID de la entrevistada: _____

Introducción

Buenos días/tardes. Gracias por su tiempo, como parte de nuestra tesis de Trabajo Social, estamos investigando cómo la escasez de agua afecta el trabajo en el hogar y la vida de las mujeres de la comunidad. La información será usada solo con fines académicos y será confidencial. Su participación es voluntaria, puede negarse o dejar de responder en cualquier momento sin consecuencias.

¿Está de acuerdo en participar en esta encuesta?

- [] Sí
- [] No

I. Datos sociodemográficos

1. Nombre (opcional): _____
2. Edad: _____ años
3. Estado civil: [] Soltera [] Casada/Unión libre [] Separada [] Viuda
4. ¿Cuántos hijos/as tiene? _____
5. Nivel educativo: [] Ninguno [] Primaria [] Secundaria [] Técnica [] Superior
6. Ocupación principal: _____
7. ¿Vive en esta comunidad desde hace cuánto tiempo? _____ años

Datos:

1. Nombre (opcional): _____

2. Edad: _____ años

3. Estado civil: [] Soltera [] Casada/Unión libre [] Separada [] Viuda

4. ¿Cuántos hijos/as tiene? _____

5. Nivel educativo: [] Ninguno [] Primaria [] Secundaria [] Técnica [] Superior

6. Ocupación principal: _____

7. ¿Vive en esta comunidad desde hace cuánto tiempo? _____ años

8. ¿Dónde obtiene el agua principalmente?

9. ¿Con qué frecuencia falta el agua y cómo afecta eso sus tareas del hogar?

10. ¿Con qué frecuencia falta agua en su casa?

11. ¿Quiénes se encargan de recolectar el agua en su familia?

13. ¿Cuántas horas dedica diariamente a las tareas del hogar?

14. ¿Ha sentido que las responsabilidades del hogar le impiden estudiar, trabajar o descansar?

15. ¿Qué siente física y emocionalmente por la carga diaria de trabajo?

16. ¿Ha tenido problemas de salud (cansancio, dolores, estrés, tristeza) por las tareas domésticas?

17. ¿Cómo maneja esas emociones o malestares cuando se siente agotada?

18. ¿Cuenta con apoyo familiar o comunitario para aliviar la carga del hogar?

20. ¿Cree que las tareas del hogar se reparten de manera equitativa entre hombres y mujeres?

21. ¿Participa en alguna organización o reunión comunitaria donde se tomen decisiones sobre el agua?

22. ¿Siente que la opinión de las mujeres es escuchada y valorada en esos espacios?

23. ¿Qué medidas mejorarían la situación del agua y la carga doméstica?

24. ¿Cómo imagina una vida más equilibrada entre el trabajo del hogar y el bienestar personal?

Consentimiento para Fotografías, Videos y Grabaciones

He sido informada sobre la investigación. Entiendo que pueden tomarse fotografías, audios o videos con fines académicos. Se me garantiza confidencialidad y que puedo negarme sin consecuencias.

Marque una opción:

- [ ] Autorizo fotos, audios y videos
- [ ] Autorizo solo fotos
- [ ] Autorizo solo audio
- [ ] No autorizo

Firma de la participante: _____

Nombre: _____

Fecha: ____/____/2025

Firma del entrevistador/a: _____

Nombre: _____

Grupo focal

Título de la investigación “Efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de mujeres madres de la comunidad La Lima, Yasica Sur, San Ramón-Matagalpa: un análisis desde el enfoque de Trabajo Social, II semestre 2025”

Investigadora: Beysling Larissa Trujillo Tinoco

CUR- Estelí, Carrera de Trabajo Social.

Fecha: __ / __ / 2025 Lugar: _____ ID del encuestado/a: ___

Introducción

Buenos días/tardes. Gracias por su tiempo, como parte de nuestra tesis de Trabajo Social, estamos investigando cómo la escasez de agua afecta el trabajo en el hogar y la vida de las mujeres de la comunidad. La información que nos proporcionen es confidencial, se usará solo con fines académicos y no será compartida con nadie más. Su participación es voluntaria y puede dejar de responder en cualquier momento sin ninguna consecuencia.

¿Cómo describen la situación del agua en su comunidad y qué dificultades les genera en las actividades del hogar?

¿Cómo se distribuyen las tareas del hogar en sus familias y quién asume la mayor parte de ellas?

¿Cómo se sienten física y emocionalmente ante la cantidad de trabajo que deben realizar diariamente?

¿De qué manera la carga de trabajo afecta su convivencia familiar o su participación en la comunidad?

¿Qué hacen para sobrellevar el cansancio, el estrés o la presión que sienten por las tareas domésticas?

¿Qué creen que podría hacerse desde la familia o la comunidad para reducir la sobrecarga que viven las mujeres?

Consentimiento para Fotografías, Videos y Grabaciones

He sido informada sobre la investigación. Entiendo que pueden tomarse fotografías, audios o videos con fines académicos. Se me garantiza confidencialidad y que puedo negarme

sin consecuencias.

Marque una opción:

- [ ] Autorizo fotos, audios y videos
- [ ] Autorizo solo fotos
- [ ] Autorizo solo audio
- [ ] No autorizo

Firma de la participante: _____

Nombre: _____

Fecha: ____/____/2025

Firma del entrevistador/a: _____

Nombre: _____

ENTREVISTA A LIDER

Título de la investigación "Efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de mujeres madres de la comunidad La Lima, Yasica Sur, San Ramón-Matagalpa: un análisis desde el enfoque de Trabajo Social, II semestre 2025"

Investigadora: Beysling Larissa Trujillo Tinoco

Fecha: __ / __ / 2025 Lugar: _____

Introducción:

Buenos días/tardes. Gracias por su tiempo. Como parte de nuestra tesis de Trabajo Social, estamos investigando cómo la escasez de agua no solo es un problema de infraestructura, sino que también afecta la vida diaria y el trabajo en el hogar, especialmente para las mujeres. Su conocimiento como líder del CAPS es fundamental para entender esta relación. La entrevista es confidencial y su testimonio será de gran valor para la investigación.

I. Gestión y Desafíos del Sistema de Agua

Rol y responsabilidades: ¿Cuál es su rol como presidente del CAPS y cuáles son sus principales responsabilidades en la gestión del agua de la comunidad?

Problemas actuales: ¿Cuáles son los principales desafíos que enfrentan para garantizar un suministro de agua constante a toda la comunidad? (Por ejemplo: problemas técnicos, falta de recursos, clima, etc.)

Proyectos y mejoras: ¿Hay planes o proyectos en marcha para mejorar la infraestructura de agua? ¿Qué apoyo externo (ONGs, gobierno) han recibido o están buscando?

II. Percepción del Impacto en la Comunidad y la Sobrecarga Doméstica

División de responsabilidades: En su experiencia como líder comunitario, ¿quiénes son, en su opinión, las personas que asumen la mayor carga para conseguir agua cuando hay escasez?

Impacto en las mujeres: ¿Ha notado o escuchado de los miembros de la comunidad si la falta de agua ha aumentado el trabajo y las responsabilidades en el hogar, particularmente para las mujeres?

Efectos en la familia: ¿Cree que la falta de agua puede generar conflictos o tensiones dentro de las familias debido al trabajo que implica conseguirla?

Salud y bienestar: ¿Ha recibido reportes o quejas sobre problemas de salud (dolores, agotamiento) o estreses relacionados con la escasez de agua o su acarreo?

III. Participación y Soluciones

Toma de decisiones: ¿El CAPS tiene un espacio formal donde se escuche y se tome en cuenta la opinión de las mujeres sobre la gestión del agua?

Percepción del problema: ¿Considera que el problema de la sobrecarga de trabajo en las mujeres, a causa del agua, es algo que la comunidad reconoce y busca resolver?

¿Cuáles son los roles de las mujeres e la gestión del agua y cuales los de los hombres? ¿Hay una clara división de tareas

Visión a futuro: ¿Qué medidas, más allá de la infraestructura, cree que se necesitan para aliviar la carga de trabajo que la escasez de agua impone a las familias, especialmente a las mujeres?

Mensaje final: ¿Hay algo más que le gustaría agregar sobre la relación entre el agua, la gestión comunitaria y el bienestar de las mujeres y familias en La Lima?

Consentimiento para Fotografías, Videos y Grabaciones

He sido informada sobre la investigación. Entiendo que pueden tomarse fotografías, audios o videos con fines académicos. Se me garantiza confidencialidad y que puedo negarme sin consecuencias.

Marque una opción:

- [ ] Autorizo fotos, audios y videos
- [ ] Autorizo solo fotos
- [ ] Autorizo solo audio
- [ ] No autorizo

Firma de la participante: _____

Nombre: _____

Fecha: ____/____/2025

Firma del entrevistador/a: _____

Nombre: _____

ENTREVISTA A EXPERTOS

Título de la investigación “Efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de mujeres madres de la comunidad La Lima, Yasica Sur, San Ramón-Matagalpa: un análisis desde el enfoque de Trabajo Social, II semestre 2025”

Investigadora: Beysling Larissa Trujillo Tinoco

Fecha: __ / __ / 2025 Lugar: _____

Objetivo: Obtener una visión sobre la ejecución y el acompañamiento que reciben estas mujeres con sobrecarga domestica

Fuente:

Cargo:

"Para comenzar, ¿podría compartirnos su trayectoria profesional y cómo se ha relacionado con problemas comunitarios, especialmente aquellos que afectan a mujeres y familias en contextos rurales?"

(Si no lo ha mencionado) "¿Ha tenido contacto o experiencia en comunidades que enfrentan una problemática similar a la de La Lima, relacionada con la escasez de agua?"

I. Percepción y Consecuencias del Problema

Dinámica Familiar: "En su experiencia, ¿cómo impacta la escasez de un recurso básico como el agua en la dinámica familiar? ¿Qué cambios o tensiones observa?"

Roles de Género: "Desde lo que ha observado, ¿cree que la crisis por el agua refuerza los roles tradicionales de género o puede transformarlos? ¿Podría darnos un ejemplo?"

Salud Mental: "Además del cansancio físico, ¿qué impactos en la salud mental (como estrés, ansiedad o resignación) identifica en las mujeres que enfrentan esta sobrecarga?"

Percepción de (in)justicia: "En su opinión, ¿cómo perciben las propias mujeres esta sobrecarga? ¿La ven como una injusticia o como una obligación natural de su rol?"

Impacto en la Niñez: "¿De qué manera la sobrecarga de la madre puede afectar el vínculo madre-hijo/hija y cómo se transmiten los roles de cuidado a la siguiente generación, especialmente a las niñas?"

(Opcional para docentes): "¿De qué manera la falta de agua y las responsabilidades domésticas impactan la educación de las niñas y adolescentes?"

II. Abordaje y Rol Profesional

Contribución Profesional: "Desde su campo (Trabajo Social, Psicología, etc.), ¿cuál cree que es la contribución más valiosa para abordar esta problemática?"

Estrategias: "Si tuviéramos recursos limitados, ¿cuál sería la estrategia prioritaria para ayudar a estas mujeres: salud mental, ¿educación en equidad para la comunidad o soluciones técnicas? ¿Por qué?"

Empoderamiento: "En la práctica, ¿qué acción concreta podría considerarse una señal de que una mujer está comenzando a empoderarse en esta situación?"

Inclusión de hombres: "¿Qué estrategias considera efectivas para educar e involucrar a los hombres en la corresponsabilidad y en la búsqueda de soluciones?"

III. Cierre y Agradecimientos

Reflexión Final: "¿Hay algo más que considere importante para mí investigación y que no hayamos abordado?"

Contactos: "¿Conoce a alguien más a quien debería entrevistar para enriquecer este trabajo?"

Agradecimiento: "Muchísimas gracias por su tiempo. Sus aportes serán de gran valor

Lista de cotejo de validación INTRUMENTO #1

A continuación, se presenta la lista de cotejo para la validación del instrumento XXXXXXXXX. Le solicitamos valorar cada ítem de acuerdo con los criterios establecidos (claridad, pertinencia, coherencia, relevancia y redacción), utilizando la escala sugerida de valoración: 1 = Muy deficiente | 2 = Deficiente | 3 = Aceptable | 4 = Bueno | 5 = Excelente

Por favor, marque con una X la opción que corresponda según su valoración y, en caso necesario, utilice la columna de observaciones para realizar recomendaciones o sugerencias de mejora.

Ítem	Criterio de validación	1	2	3	4	5	Observaciones
1	Claridad: el ítem se entiende sin dificultad						
2	Pertinencia: el ítem es relevante para los objetivos de la investigación						
3	Coherencia: el ítem se ajusta a la dimensión teórica correspondiente						
4	Relevancia: el ítem aporta información significativa						
5	Redacción: el ítem está escrito de forma adecuada y comprensible						

Recomendaciones generales para la aplicación de instrumentos

Anexo C

Aval de validación de instrumentos

Yo, Lic. Karen Junieth Villarreyna Lanuza, en mi calidad de docente/experto/a en la disciplina de psicología hago constar que realicé la validación de los instrumentos de recolección de información correspondientes a la investigación titulada: "Efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de mujeres madres de la comunidad La Lima, Yasica Sur, San Ramón-Matagalpa: un análisis desde el enfoque de Trabajo Social, II semestre 2025"

En este proceso he brindado observaciones y sugerencias metodológicas, de redacción y de pertinencia de los ítems, con el fin de contribuir al mejoramiento científico y académico de la investigación.

Ratifico que mis aportes tienen como propósito fortalecer la coherencia, claridad y relevancia de los instrumentos, recomendando a las investigadoras continuar afinando los aspectos metodológicos que aseguren la validez de los resultados y la pertinencia social del estudio.

Extiendo la presente constancia a los 19 días del mes de septiembre de 2025, en la ciudad de Estelí, para los fines académicos correspondientes.

Firma:

Nombre completo: Lic. Karen Junieth Villarreyna Lanuza
Especialidad/Cargo: Docente

Anexo D

Aval de validación de instrumentos

Yo, /Lic. Marcia del Socorro Castillo Gonzales, en mi calidad de docente/experto/a en la disciplina de Trabajo Social hago constar que realicé la validación de los instrumentos de recolección de información correspondientes a la investigación titulada:" Efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de mujeres madres de la comunidad La Lima, Yasica Sur, San Ramón-Matagalpa: un análisis desde el enfoque de Trabajo Social, II semestre 2025"

En este proceso he brindado observaciones y sugerencias metodológicas, de redacción y de pertinencia de los ítems, con el fin de contribuir al mejoramiento científico y académico de la investigación.

Ratifico que mis aportes tienen como propósito fortalecer la coherencia, claridad y relevancia de los instrumentos, recomendando a las investigadoras continuar afinando los aspectos metodológicos que aseguren la validez de los resultados y la pertinencia social del estudio.

Extiendo la presente constancia a los 19 días del mes de septiembre de 2025, en la ciudad de Estelí, para los fines académicos correspondientes.

Firma:

Nombre completo: Marcia del Socorro Castillo Gonzales

Especialidad/Cargo: Docente

Anexo E

Aval de validación de instrumentos

Yo, /Lic. Luis David Torrez Esquivel, en mi calidad de docente/experto/a en la disciplina de Trabajo Social hago constar que realicé la validación de los instrumentos de recolección de información correspondientes a la investigación titulada:" Efectos psicosociales de la escasez de agua potable en la sobrecarga doméstica de mujeres madres de la comunidad La Lima, Yasica Sur, San Ramón-Matagalpa: un análisis desde el enfoque de Trabajo Social, II semestre 2025"

En este proceso he brindado observaciones y sugerencias metodológicas, de redacción y de pertinencia de los ítems, con el fin de contribuir al mejoramiento científico y académico de la investigación.

Ratifico que mis aportes tienen como propósito fortalecer la coherencia, claridad y relevancia de los instrumentos, recomendando a las investigadoras continuar afinando los aspectos metodológicos que aseguren la validez de los resultados y la pertinencia social del estudio.

Extiendo la presente constancia a los 19 días del mes de septiembre de 2025, en la ciudad de Estelí, para los fines académicos correspondientes.

Firma:

Nombre completo: Luis David Torrez Esquivel

Especialidad/Cargo: Docente

Anexo F

Tabla de codificación Axial.

Código / Sub Código	Frecuencia (n)	Fragmentos de Texto Codificados
1. ESCASEZ DE AGUA		
1.1. Insuficiencia Hídrica	28	M1: "Casi cada semana hay raciones cortas" M1: "algunos meses la escasez es peor" M2: "se interrumpe mucho" M2: "Hay faltas intermitentes" M2: "a veces pasamos 2 o 3 días seguidos sin agua" M3: "la falta de agua varía, pero en verano puede faltar por largas semanas" M4: "El agua falta de forma regular" M4: "sobre todo cuando hay problemas en las tuberías" M5: "El servicio es inestable" M5: "el agua falta frecuentemente en las tardes y noches" M6: "Siento la interrupción del agua cada semana" GF M1: "La situación es crítica" GF M1: "Solo tenemos agua corriente unas 3 o 4 horas en la madrugada" GF M2: "Para mí, es una inseguridad constante" GF M2: "Nunca sabes si durará el día" GF M2: "La dificultad principal es la higiene" Exp Ing: "La escasez... se vive en muchas comunidades" Exp Ing: "principal limitante trayendo más pobreza y desorden" Exp Ing: "el baño de las familias es muy complicado realizar esta tarea porque no se cuenta con el vital líquido" Exp TS: "A falta de agua hay complicaciones para preparar los alimentos y para el aseo" CAPS: "Garantizar distribución del agua, aunque sectorizada" GO M1: "La Mujer 1 y su hija... [supervisan] el llenado de 5 tinacos" (Implica falta de flujo continuo) GO M2: "Se observa a la Mujer 2 midiendo meticulosamente el agua para la cena" (Implica escasez) GO M2: "la Mujer 2 está conversando... recordándole constantemente la necesidad de usar poca agua" (Implica escasez) GO M4: "Se escucha al esposo ordenar a la Mujer 4 que guarde el agua que quedó" (Implica control por escasez) GO M5: "La Mujer 5 le da instrucciones detalladas a la hija sobre cómo reusar el agua" (Implica escasez) Exp Ing: "La escasez y contaminación de agua potable se vive en muchas comunidades del municipio"
1.2. Carga Hídrica (Acarreo)	19	M1: "Obtengo el agua del pozo comunitario" M1: "a veces vamos al río" M1: "viaje de ida y vuelta con varias cargas me toma 25 y 30 minutos" M2: "tengo que ir al río, lo que me toma entre 40 y 60 minutos por viaje" M2: "Hago 3 o 4 viajes al día cuando necesitamos más agua" M3: "Obtengo el agua del naciente, cerca

		del monte" M3: "El viaje me toma 30 minutos y voy con mi hija, quien también carga" M4: "a veces tengo que ir al pozo" M4: "Me toma entre 20 y 25 minutos" M5: "tengo que ir al pozo. Esto me toma entre 30 y 45 minutos" M6: "Principalmente obtengo el agua del pozo comunal" M6: "El viaje me toma 20 minutos al pozo, o 50 minutos si vamos al naciente" Exp Ing: "Es algo cotidiano que se ve a las mujeres y niños acarreando agua" Exp TS: "Las mujeres y los niños son los más expuestos a buscar fuentes de agua como ríos y lagunas" GF M4: "el acarreo de agua, la limpieza y la comida caen sobre mí." GO M1: "Mover las cubetas llenas para reubicar el agua" GO M4: "La Mujer 4 trayendo un balde del patio a la cocina" GO M6: "El camino al pozo es de tierra irregular, lo que aumenta significativamente el esfuerzo" GO M6: "Se utiliza un pequeño barril para reducir la carga de peso"
1.3. Reorganización de Rutinas	16	M1: "hacer 2 o 3 viajes diarios [de recolección]" GF M1: "Esto nos obliga a almacenar agua en tinacos y cubetas" GF M2: "Debo racionar el agua para el baño y la cocina" GF M5: "Gestionamos el racionamiento del agua" GF M1: "Mi principal estrategia es organizarme obsesivamente" GF M1: "Hago listas y sigo un horario rígido para optimizar cada gota de agua y cada minuto" M5: "Intento hacer solo 1 o 2 viajes al día para ahorrar" M5: "Cuando llega el agua, lleno los barriles" GO M1: "La Mujer 1 y su hija adolescente son las únicas activas, moviendo mangueras y supervisando el llenado de 5 tinacos" GO M1: "Ella establece las reglas sin consultar a su esposo: 'Solo usaremos la de la pila para bañarnos...'" GO M2: "La mujer tiene el control total sobre los pocos recursos de agua que quedan." GO M2: "Está cocinando... mientras recicla el agua del lavado de las verduras para regar unas plantas." GO M2: "Doble esfuerzo cognitivo para optimizar recursos." GO M5: "La mujer le da instrucciones detalladas a la hija sobre cómo reusar el agua de enjuague para el inodoro" GO M5: "El lavado de platos se hace con una jarra en lugar de grifo" GO M6: "La Mujer 6 le pide a la suegra que continúe empujando, ya que no pueden dejar la tarea a mitad."
2. SOBRECARGA DOMÉSTICA		
2.1. Responsabilidades Domésticas	25	M1: "Mis actividades son cocinar, lavar ropa, limpiar la casa" M1: "regar algunas plantas" M2: "lavar ropa a mano, cocinar, limpiar, preparar comida para vender" M2: "arreglar la leña" M3: "lavar utensilios, coser ropa y limpiar corrales" M3: "también hago labores agrícolas en la parcela familiar" M4:

		"Realizo todas las labores de mantenimiento de la casa" M4: "me toca cocinar para los jornaleros" M5: "Mis actividades diarias son cocinar, lavar" M6: "Dedico unas 7 horas diarias a las tareas estrictas del hogar, además del tiempo que uso en la parcela." GF M1: "lavar la ropa y los platos es un calvario." GF M4: "Yo asumo casi el 90% de las tareas." GF M4: "el acarreo de agua, la limpieza y la comida caen sobre mí" GF M5: "yo hago todo" GF M6: "La mayoría de las tareas las hacemos mi suegra, mi hija y yo." Exp Ing: "la ropa sucia, los trastes de uso diario... es muy complicado realizar esta tarea" Exp Ing: "La escasez... [trae] desorden en las familias" Exp TS: "a falta de agua hay complicaciones para preparar los alimentos y para el aseo del hogar" GO M1: "El esposo está sentado a la sombra, observando, sin participar físicamente" GO M1: "El área de lavado está desordenada; hay ropa remojándose." GO M4: "La Mujer 4 termina de lavar los trastos." GO M4: "El esposo toma las decisiones sobre el uso del recurso restante" GO M5: "La mujer está lavando platos, secando ropa colgada" GO M4: "La mujer 4 trayendo un balde del patio a la cocina"
2.2. Responsabilidades de Cuidados	9	M1: "cuidar a los niños" M2: "superviso a mi hija con los platos" M3: "cuidar bebés" M4: "encargarme del cuidado de los animales" M5: "cuidar a mis cuatro hijos" M6: "llevar y traer a los niños de la escuela, y ayudarles con sus tareas escolares" Exp Ing: "esto consume tiempo lo cual no es aprovechado para alimentar el vínculo de confianza" Exp Ing: "tiempo de calidad, demostración de amor, aconsejar, platicar con los hijos" Exp TS: "Afecta porque transmiten con su ejemplo lo mismo a otras generaciones"
2.3. Carga Mental	21	M2: "tengo que hacer varias cosas a la vez" M2: "hay noches que no puedo dormir por la preocupación" GO M1: "Actitud de gran tensión y concentración" GO M2: "Se percibe un estado de ansiedad y control en el ambiente" GO M2: "la carga mental de estar siempre vigilando el uso del recurso" GO M2: "Doble esfuerzo cognitivo para optimizar recursos" GO M4: "Está sirviendo la cena, lavando trastos y revisando tareas escolares casi al mismo tiempo" GO M1: "Ella establece las reglas sin consultar a su esposo" GO M5: "La mujer le da instrucciones detalladas a la hija sobre cómo reusar el agua" GF M2: "Nunca sabes si durará el día" GF M2: "Siento que siempre estoy en modo de emergencia" GF M2: "siempre estoy preocupada por la salud de mis hijos" GF M5: "La carga es doble, porque... gestionamos el racionamiento del agua." Exp Ing: "Preocupación, enfermedades." Exp TS: "es una constante exposición al estrés."

		GF M1: "Mi principal estrategia es organizarme obsesivamente." GF M1: "Hago listas y sigo un horario rígido" GO M2: "La Mujer 2 está conversando... recordándole constantemente la necesidad de usar poca agua" GO M2: "La mujer tiene el control total sobre los pocos recursos de agua que quedan." GO M4: "El agotamiento de la mujer deteriora la calidad de la interacción con su hijo y su esposo." M1: "hay días en que me siento abrumada"
2.4. Rutina y Pobreza de Tiempo	27	M1: "Dedico entre 8 y 10 horas al día" M1: "la carga de trabajo me limita: no puedo estudiar ni ir a la iglesia" M2: "si hago jornal, el tiempo aumenta hasta 12 horas diarias." M2: "la carga me limita mucho" M3: "Dedico entre 7 y 9 horas diarias" M3: "la carga me limita. Siempre tengo que priorizar las labores de la casa" M4: "Dedico 8 horas continuas al día" M4: "casi no voy a actividades comunitarias" M4: "me tocó vender menos mi comida" M5: "Dedico entre 6 y 9 horas diarias" M5: "la carga me limita" M6: "Dedico unas 7 horas diarias" M6: "mis oportunidades de estudio se han visto muy reducidas por la carga" GF M1: "nos quita mucho tiempo que deberíamos dedicar a otras cosas." GF M5: "no tengo el tiempo libre." GF M5: "Mi vida social y mi participación han desaparecido" Exp Ing: "esto consume tiempo lo cual no es aprovechado" Exp Ing: "Siendo la comunicación y la educación algo secundario" M3: "mi hija menor tuvo que dejar la escuela algunos días para ayudarme a traer agua." GO M3: "la Mujer 3 está totalmente enfocada en el activismo" (Implica que otras tareas se pausan) GO M5: "La conversación revela una renuncia forzada a la participación social." GO M6: "el tiempo prolongado de la actividad [acarreo]" Exp TS: "haciendo que renuncien a otras aspiraciones." M1: "no tengo tiempo para participar en organizaciones comunitarias." M2: "solo asisto a las asambleas si me queda tiempo." M4: "Rara vez se considera mi opinión. En las reuniones, la palabra y las decisiones son siempre para los hombres."
3. DESIGUALDADES DE GÉNERO		
3.1. Roles de Género	25	M1: "Siento que la falta de agua me perjudica mucho más a mí que a los hombres." M2: "Mi marido rara vez me ayuda." M3: "Los varones de la familia no participan en absoluto." M3: "Esta falta me perjudica más a mí que a los hombres." M4: "la falta de agua nos perjudica mucho más a las mujeres que a los hombres." M4: "Hago la recolección yo sola, porque mi esposo está trabajando todo el día." M4: "En las reuniones, la palabra y las decisiones son siempre para los hombres." M5: "la falta de

		agua nos perjudica más a las mujeres." M6: "la falta de agua nos perjudica más a las mujeres." M6: "no es lo mismo que cuando decide el comité de hombres." GF M4: "Yo asumo casi el 90% de las tareas." GF M4: "el acarreo de agua... caen sobre mí" GF M5: "Mi esposo trabaja, y aunque me gustaría que ayudara, dice que está muy cansado." GF M6: "Mi esposo y mis hijos varones no tocan nada." Exp Ing: "Estamos en una sociedad machista" Exp Ing: "la crisis de agua es algo que las mujeres deben de resolver" Exp Ing: "el hombre... no aporta a esta actividad." Exp TS: "La crisis por el agua refuerza los roles tradicionales de género." Exp TS: "Las mujeres y los niños son los más expuestos a buscar fuentes de agua" CAPS: "Es una preocupación solo de mujeres; el machismo impide verlo como problema general." GO M1: "El esposo está sentado a la sombra, observando, sin participar físicamente." GO M2: "Los hombres de la casa... están viendo televisión." GO M4: "nula corresponsabilidad por parte del esposo." GO M5: "La ausencia de apoyo del esposo." GO M4: "Rara vez se considera mi opinión."
3.2. Violencia de Género (Simbólica/Emocional)	20	M2: "me sentí muy humillada cuando le pedí ayuda" M2: "solo pude llorar sola en la cocina." M4: "Mi estrés a menudo provoca discusiones familiares." M3: "mi hija menor tuvo que dejar la escuela" M4: "me tocó vender menos mi comida" GF M3: "Es discriminatoria [la situación del agua]" GF M4: "Él dice que ese es 'mi trabajo'." GF M3: "Hago un trabajo enorme que nadie valora porque se da por sentado que es mi obligación." GF M3: "Me siento invisibilizada." GF M6: "Ha creado discusiones en casa sobre el uso del agua." Exp Ing: "Siendo sincero es una injusticia porque esa carga no está equilibrada." Exp TS: "la resignación de hacer el trabajo solas" GO M5: "El rol es claramente femenino y de transmisión intergeneracional." M1: "mi niño se enfermó, pasamos días de angustia." M4: "esto suele derivar en discusiones familiares." M2: "en las reuniones nos hablan más a nosotras de lo que realmente nos escuchan." M4: "Rara vez se considera mi opinión." GF M4: "Esto genera roces con mi pareja por mi constante agotamiento." M3: "Me siento sola en esta lucha" M3: "La situación es tan grave que mi hija menor tuvo que dejar la escuela"
3.3. Corresponsabilidad Familiar	19	M1: "compartir por igual las tareas" M1: "mayor participación masculina" M2: "compartir por igual las tareas" M2: "Deseo fervientemente que mi esposo participe más" M3: "compartir por igual las tareas" M3: "Necesitamos que el tiempo de las tareas se comparta" M4: "las tareas del hogar se deben compartir por igual." M4: "Me gustaría que los hombres

		participaran mucho más" M5: "debemos compartir por igual las tareas" M5: "Me gustaría mucho que los hombres... participaran más." M6: "debemos compartir las tareas por igual." CAPS: "Fomentar cultura de compañerismo en tareas del hogar." Exp TS: "transformarse si todos colaboran a soluciones sin distingo de género." Exp Ing: "mecanismo para acarrear el agua... además de involucrar a todo el núcleo familiar" Exp Ing: "siendo una responsabilidad de todos y todas." GF M4: "No es 'ayudar', es corresponsabilidad." GF M4: "Que se les asignen tareas fijas" Exp TS: "Educación en equidad porque va a promover que todos se involucren." Exp TS: "Cuando trabajan en equipo con su pareja y otros miembros del hogar"
4. EFECTOS PSICOSOCIALES		
4.1. Estrés y Ansiedad	20	M1: "me siento estresada o triste casi a diario" M1: "hay días en que me siento abrumada." M2: "Tengo estrés o tristeza varias veces a la semana" M2: "hay noches que no puedo dormir por la preocupación." M3: "siento estrés y tristeza a menudo" M4: "Siento estrés o tristeza con frecuencia" M6: "Siento estrés y tristeza casi siempre" GF M1: "una gran frustración y ansiedad" GF M2: "Hay una presión invisible." GF M2: "Estoy constantemente estresada por el agua y la limpieza." GF M4: "roces con mi pareja por mi constante agotamiento." Exp Ing: "Preocupación, enfermedades." Exp TS: "es una constante exposición al estrés." GO M2: "Se percibe un estado de ansiedad y control en el ambiente." GO M2: "La Mujer 2 está conversando... recordándole constantemente la necesidad de usar poca agua." GO M4: "La interacción es monosilábica y tensa." M2: "Siento que siempre estoy en modo de emergencia." M4: "esto suele derivar en discusiones familiares." M3: "Siento estrés y tristeza a menudo."
4.2. Agotamiento Emocional y Desgaste Crónico	24	M1: "Siento mucho agotamiento físico" M2: "Siento agotamiento físico" M3: "Siento agotamiento físico, me fatigo fácilmente" M4: "Me siento agotada físicamente, y me cuesta levantarme temprano." M5: "Siento agotamiento físico" M6: "Siento agotamiento físico" M6: "Siento que me está haciendo más vieja" M6: "energía que podría usar para soñar" GF M1: "Me siento agotada crónicamente." GF M1: "No hay tiempo para el descanso." GF M3: "Me siento sola en esta lucha y con mucha tristeza por el tiempo perdido." Exp TS: "la resignación de hacer el trabajo solas" GO M4: "Se le observa lenta y con la mirada perdida, signos de desgaste acumulado." GO M4: "Se nota una postura encorvada, sugiriendo un dolor de espalda

		crónico o fatiga extrema." GO M6: "la suegra está visiblemente agotada y se apoya en un bastón" GO M6: "La suegra se queja de un dolor" GO M4: "El agotamiento de la mujer deteriora la calidad de la interacción" M2: "a veces hasta me mareo si no logro descansar." M5: "me siento muy triste al menos una o dos veces por semana." M6: "las tareas me consumen por completo" Exp Ing: "Preocupación, enfermedades." Exp TS: "tensión y desilusión del vivir diario." M2: "hay noches que no puedo dormir por la preocupación."
4.3. Consecuencias Físicas (Somatización)	2 2	M1: "dolor de espalda constante." M1: "Me han dicho que es la columna" M1: "dolor en la muñeca constantemente." M2: "He tenido dolores musculares y fatiga" M3: "me duele todo el cuerpo." M3: "masajearme la cintura a mitad del trayecto" M4: "problemas de salud como digestivos por comer a deshoras" M4: "sufro de tensión muscular por el esfuerzo." M5: "heridas en las manos por el trabajo" M5: "dolor constante en mis hombros." M5: "toda la familia nos enfermamos [por el agua del río]." M6: "infecciones respiratorias por el polvo" M6: "me bajan las defensas" GF M1: "Me duelen la espalda y los brazos de cargar las cubetas." Exp Ing: "enfermedades. Es una tarea diaria que es cansada que provoca mucho desgaste" GO M1: "Se toca la espalda varias veces" GO M1: "Se observa un esfuerzo visible en la Mujer 1" GO M4: "La Mujer 4 transporta el agua, el peso del balde hace que se incline." GO M4: "Se nota una postura encorvada" GO M6: "La suegra se apoya en un bastón" M2: "Siento mucho agotamiento físico, a veces hasta me mareo" M3: "La carga me obliga a sentarme y masajearme la cintura"

Anexo G

Figura G**1**

Nota*:* Grupo focal conformado por 6 madres con sobrecarga doméstica.

Anexo J

Figura J1

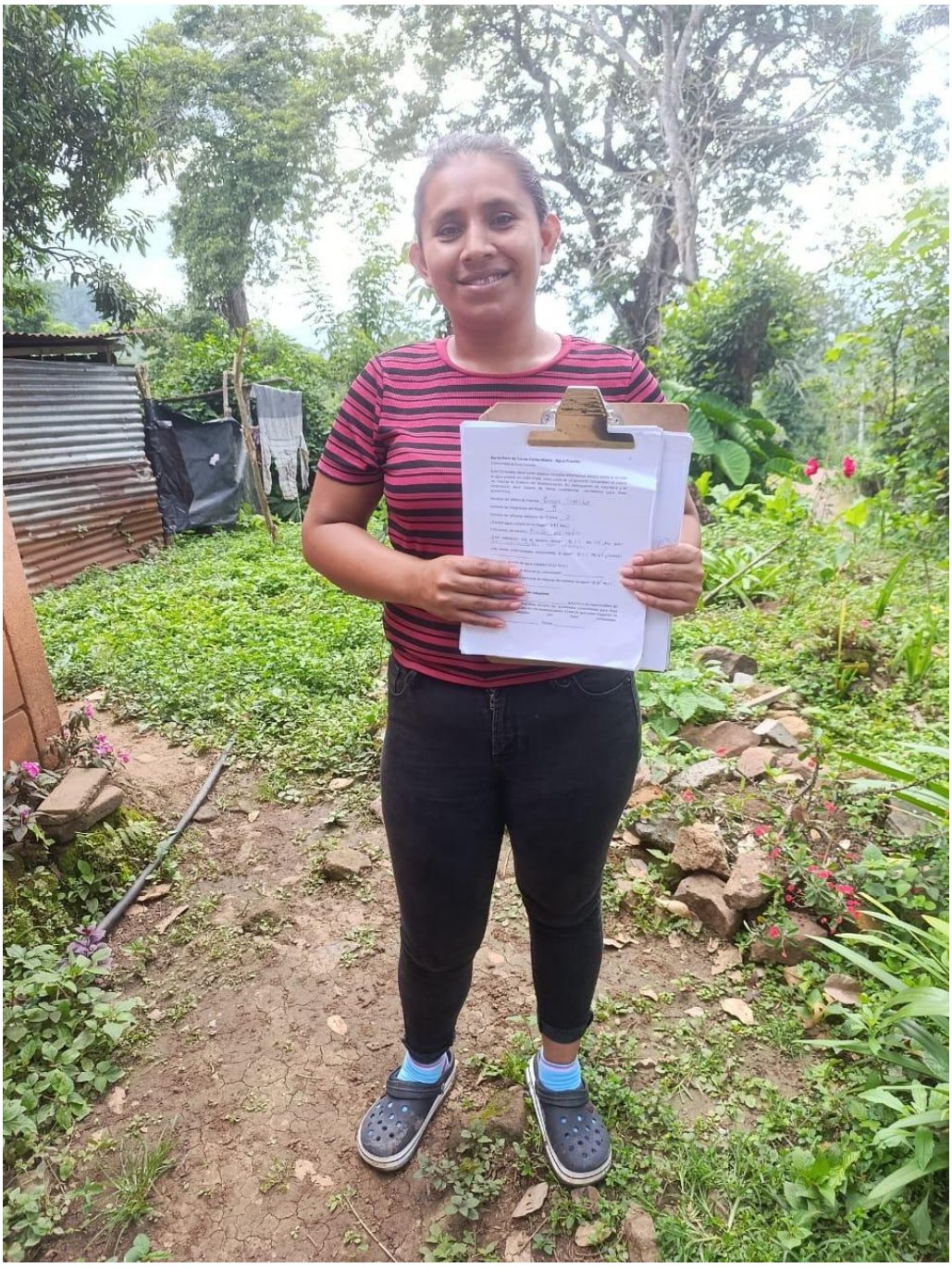
Anexo K

Figura K1

Nota: Entrevista a madre con sobrecarga doméstica.

Anexo L

Figura L1



Nota: Entrevista a mujer con sobrecarga doméstica.

Anexo M

Figura M1

Nota: Entrevista a mujer con sobrecarga doméstica.

Anexo N

Figura N1

Nota: Entrevista a mujer con sobrecarga doméstica.

Anexo O

Figura O1

Nota: firma del consentimiento informado del grupo focal.

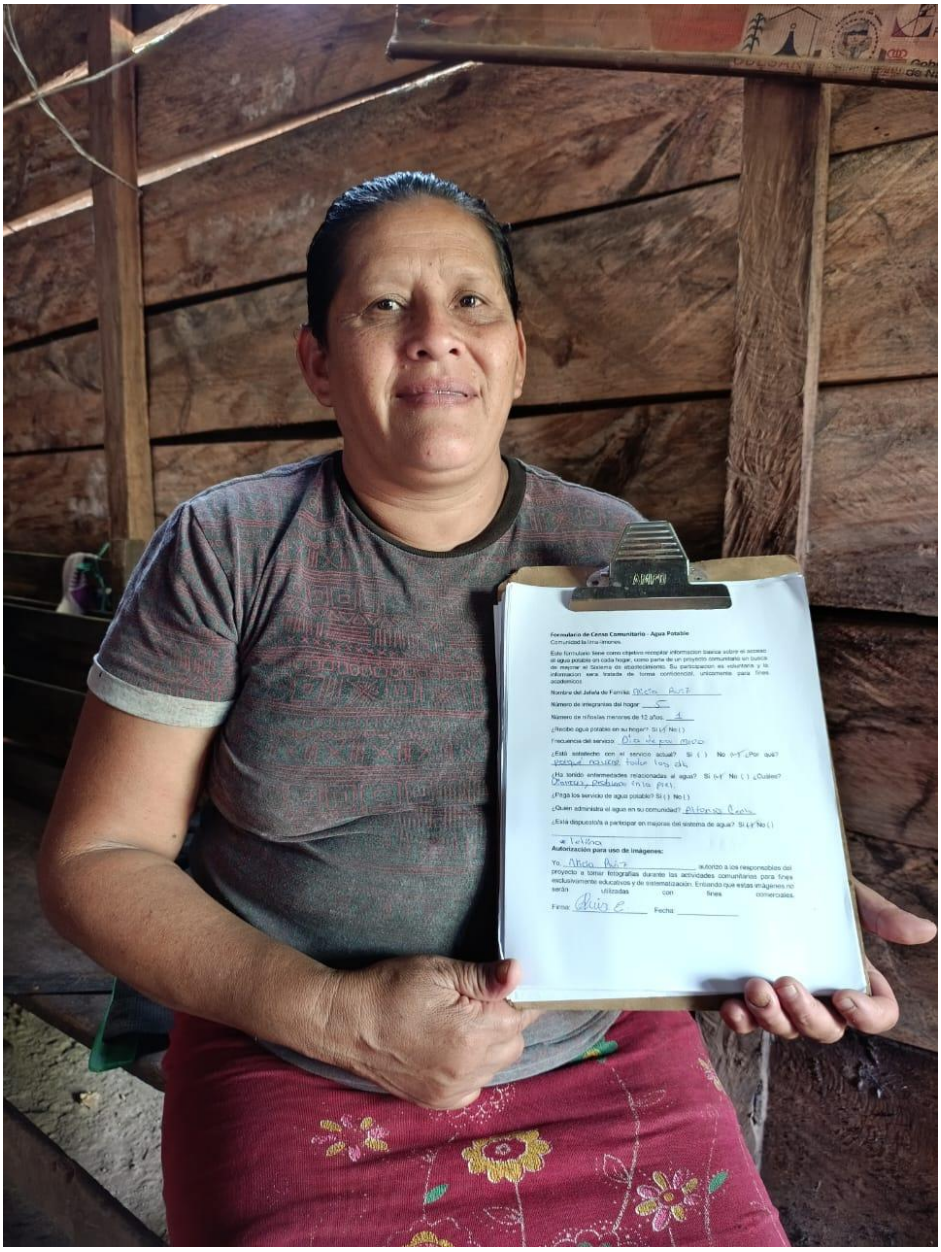
Anexo P

Figura P1

Nota: Firma del consentimiento informado del grupo focal.

Anexo Q

Figura Q1



Nota: Firma del consentimiento informado.

Anexo R

Figura R1

Nota: firma del consetimiento informado del grupo focal.

Anexo S

Figura S1

Nota: Sobre carga fisica y acarreo de agua.

Anexo T

Figura T1

Nota: Entrevista al lider CAPS.

Anexo U

Figura U1

Nota: Mujer operando un poso comunitario.

Anexo V

Figura V1

Nota: Punto de acceso y filtrado de la fuente de agua.

Anexo W

Figura W1

Nota: Esfuerzo fisico y condiciones insegura de recolección.

Anexo X

Transcripciones de Respuestas de las entrevistas aplicadas a expertos

Participante 1: Exp ing

Marca temporal

2025/10/03 1:37:55 p. m. GMT-6

Número de identificación

4410106870014D

Con el objetivo de clasificar su experiencia en el estudio, ¿cuál es su área de especialización o profesión?"

Ingeniero agrónomo

¿Podría compartirnos su trayectoria profesional y cómo se ha relacionado con problemas comunitarios, especialmente aquellos que afectan a mujeres y familias en contextos rurales?"

He trabajado directamente con organizaciones con principios sociales y comunitarios

"¿Ha tenido contacto o experiencia en comunidades que enfrentan una problemática similar a la de La Lima, relacionada con la escasez de agua?

Si

En su experiencia, ¿Cómo impacta la escasez de un recurso básico como el agua en la dinámica familiar? ¿Qué cambios o tensiones observa?

La escasez y contaminación de agua potable se vive en muchas comunidades del municipio tanto en la zona seca y Yasica sur, siendo la principal limitante trayendo más pobreza y desorden en las familias, p/e la ropa sucia, los trastes de uso diario e incluso el baño de las familias es muy complicado realizar esta tarea porque no se cuenta con el vital liquido

Desde lo que ha observado, ¿Cree que la crisis por el agua refuerza los roles tradicionales de género o puede transformarlos? ¿Podría darnos un ejemplo?

Estamos en una sociedad machista todavía no hemos superado esta parte por lo tanto la crisis de agua es algo que las mujeres deben de resolver en ir a traer agua a quebradas, ríos, pozos comunitarios, es algo cotidiano que se ve a las mujeres y niños acarreando agua, y el hombre de la casa se dedica al trabajo por lo que no aporta a esta actividad

Además del cansancio físico, ¿Qué impactos en la salud mental (como estrés, ansiedad o resignación) identifica en las mujeres que enfrentan esta sobrecarga?

Preocupación, enfermedades, es una tarea diaria que es cansada que provoca mucho desgaste día con día

En su opinión, ¿Cómo perciben las propias mujeres esta sobrecarga? ¿La ven como una injusticia o como una obligación natural de su rol?

Siendo sincero es una injusticia porque esa carga no está equilibrada ya que, si la familia completa se involucra en esta tarea, la respuesta a esta necesidad se realizaría de manera más eficaz

¿De qué manera la sobrecarga de la madre puede afectar el vínculo madre-hijo/hija y cómo se transmiten los roles de cuidado a la siguiente generación, especialmente a las niñas?

Aparte de que se convierte en una exigencia diaria, esto consume tiempo lo cual no es aprovechado para alimentar el vínculo de confianza, tiempo de calidad, demostración de amor, aconsejar, platicar con los hijos. Siendo encasillado esta labor de generación en generación

¿De qué manera la escasez de agua y las responsabilidades domésticas impactan la educación de las niñas y adolescentes?

Como se vive el día a día la preocupación principal es traer el agua a casa, y realizar las labores de limpieza, por lo tanto, este rol y responsabilidad se trasmite a las hijas. Siendo la comunicación y la educación algo secundario en la vida de nuestros hijos

Desde su campo (Trabajo Social, Psicología, etc.), ¿Cuál cree que es la contribución más valiosa para abordar esta problemática?

Lo ideal es que todas las familias tengan agua potable permanente en sus casas, pero si se mantiene la escasez actual lo mejor es idear un mecanismo para acarrear el agua de una forma eficaz y eficiente, además de involucrar a todo el núcleo familiar siendo una responsabilidad de todos y todas

Si tuviéramos recursos limitados, ¿Cuál sería la estrategia prioritaria para ayudar a estas mujeres: salud mental, ¿educación en equidad para la comunidad o soluciones técnicas? ¿Por qué?

Si tuviéramos recursos limitados se podrían realizar pequeños proyectos como más pozos públicos para acercar el recurso a las familias, si existe un proyecto inyectar una fuente de agua para que sea más fuerte y estable, realizar talleres a toda la familia sobre el uso adecuado del agua

En la práctica, ¿Qué acción concreta podría considerarse una señal de que una mujer está comenzando a empoderarse en esta situación?

Manejo racional del agua e involucramiento de la pareja para conseguir el recurso

¿Qué estrategias considera efectivas para educar e involucrar a los hombres en la corresponsabilidad y en la búsqueda de soluciones?

Realizar visitas casa a casa para hacer conciencia para que el hombre razone sobre la importancia del trabajo que realiza la mujer día a día en este tema, posteriormente invitar a una serie de talleres con temas de concientización para cambiar este pensamiento machista

¿Hay algo más que considere importante para mí investigación y que no hayamos abordado?

Desde el punto de vista social es importante conocer la parte psicológica, por lo tanto, se puede hacer grupos focales e invitar a un psicólogo para que brinde su punto de vista

"¿Ha tenido contacto o experiencia en comunidades que enfrentan una problemática similar a la de La Lima, relacionada con la escasez de agua?

Si, en comunidades de Managua y en comunidades de Matiguas, El Tuma y La Dalia.

En su experiencia, ¿Cómo impacta la escasez de un recurso básico como el agua en la dinámica familiar? ¿Qué cambios o tensiones observa?

Mucho porque a falta de agua hay complicaciones para preparar los alientos y para el aseo del hogar y personal lo que puede generar problemas de salud.

Participante 2: Exp TS

Marca temporal

2025/10/17 4:30:19 p. m. GMT-6

Número de identificación

441-100392-0003P

Con el objetivo de clasificar su experiencia en el estudio, ¿cuál es su área de especialización o profesión?"

Lic. En Trabajo Social

¿Podría compartirnos su trayectoria profesional y cómo se ha relacionado con problemas comunitarios, especialmente aquellos que afectan a mujeres y familias en contextos rurales?"

2014- Trabajo con barrios en riesgo de Managua sobre problemas de salubridad comunitaria.

2015- Trabajo con Niñez y adolescencia en prevención de violencia en contexto comunitario.

2016- Empoderamiento de adolescentes como líderes comunitarios para prevenir la violencia.

2017-Trabajo en incidencia publica y comunicacional para sensibilizar sobre prevención de la violencia.

2020-2023- Sensibilización a familias para prevención de la violencia en el hogar y comunidad.

Todos estos espacios han sido con enfoque de género y énfasis en protección de la niñez, adolescencia y atención a mujeres víctimas de violencia.

ANEXO Y

Cronograma Propuesto – Investigación Cualitativa

Duración total estimada: 4 meses (16 semanas)
Responsable(s): Estudiante(s) y Tutor/a
Modalidad: Individual o Grupal

Fase / Actividad	Descripción	Productos de evidencia	Semanas
1 **Selección y delimitación del tema**	Confirmación del tema, pertinencia y viabilidad	Tema aprobado y carta de asignación de tutoría	1
2 **Revisión de literatura y antecedentes**	Búsqueda de estudios relevantes y organización de categorías preliminares	Matriz de antecedentes / Borrador de marco teórico	2–3
3 **Planteamiento del problema**	Redacción definitiva del problema, justificación y objetivos	Capítulos 1–5 del informe (versión preliminar)	3–4
4 **Diseño Metodológico**	Definición de participantes, técnicas, ética y plan de campo	Guía de entrevista/grupo focal, carta de consentimiento	4–5
5 **Trabajo de Campo**	Recolección de información en contexto real	Grabaciones, diarios de campo, transcripciones	6–9
6 **Procesamiento, codificación y análisis**	Categorización, patrones emergentes, triangulación	Matriz de categorías, resultados iniciales	10–12
7 **Discusión de resultados**	Contraste con teoría previa	Capítulo de análisis completo	12–13
8 **Conclusiones y recomendaciones**	Derivación directa del análisis	Capítulos finales	13–14
9 **Revisión con tutoría y ajustes**	Aplicación de observaciones, estilo APA	Informe corregido + Carta Aval	14–15
10 **Entrega oficial y preparación de defensa**	Elaboración de diapositivas y ensayo de defensa	PPT final — Registro de entrega	16

¡Universidad del Pueblo y para el Pueblo!