

Resiliencia comunitaria, cuidado comunitario y pandemia en una olla común de Lima

Community Resilience, Community Care and the Pandemic in a Lima Common Pot

Luis Andrés Girón 

Pontificia Universidad Católica del Perú

Esta investigación analiza el proceso de resiliencia comunitaria en un grupo de mujeres de una olla común en Lima, Perú, durante la pandemia, destacando su protagonismo en la organización del cuidado comunitario. Mediante un enfoque fenomenológico se realizaron dos entrevistas grupales con diez madres y se identificaron dos áreas centrales: la respuesta comunitaria de las mujeres ante la pandemia y los aportes mutuos entre la olla común y la comunidad. Los resultados muestran que la olla común respondió a la emergencia alimentaria desde la organización comunitaria, mediante una visión compartida, la colectivización de recursos y redes de apoyo mutuo, lo que trascendió la función asistencial y fortaleció el capital social. Las mujeres asumieron funciones de gestión y ampliaron su agencia cotidiana, sin dejar de enfrentar tensiones de género y desigualdades internas en la distribución del trabajo asociado al cuidado comunitario y al sostenimiento de la organización. La experiencia revela beneficios económicos, emocionales y simbólicos, pero también limitaciones vinculadas a la dependencia de donaciones y al escaso apoyo estatal. Se discuten implicancias para políticas públicas que reconozcan el valor del trabajo comunitario de cuidado y fortalezcan estas iniciativas sin afectar su autonomía, así como líneas de investigación futura sobre articulación Estado-comunidad y sostenibilidad organizativa.

Palabras clave: resiliencia comunitaria, cuidado comunitario, olla común, liderazgo femenino, pandemia

This research analyzes the process of community resilience among a group of women from a common pot in Lima, Peru, during the pandemic, highlighting their leading role in organizing community care. Using a phenomenological approach, two group interviews were conducted with ten mothers, identifying two central areas: the women's community response to the pandemic, and the mutual contributions between the common pot and the community. The results show that the common pot responded to the food emergency through community organization, a shared vision, the collectivization of resources, and mutual support networks, transcending an assistential function and strengthening social capital. The women assumed management roles, expanding their everyday agency while still facing gender tensions and internal inequalities in the distribution of labor associated with community care and the organization's maintenance. The experience reveals economic, emotional, and symbolic benefits, but also limitations related to dependence on donations and limited government support. The implications for public policies that recognize the value of community care work and strengthen these initiatives without affecting their autonomy are discussed, as well as future lines of research on State-community articulation and organizational sustainability.

Keywords: community resilience, community care, common pot, female leadership, pandemic

Contacto: L.A. Girón López. Departamento Académico de Psicología, Facultad de Psicología. Pontificia Universidad Católica del Perú. Av. Universitaria 1801, San Miguel, Lima 15088, Perú. Correo electrónico: lgiron@pucp.edu.pe

Cómo citar: Girón, L.A. (2025). Resiliencia comunitaria, cuidado comunitario y pandemia en una olla común de Lima. *Revista de Psicología*, 34(2), 1-13. <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2025.80281>

Introducción

A raíz de la pandemia por COVID-19, se evidenció el papel central de la resiliencia comunitaria como factor protector frente a adversidades sociales, económicas y psicológicas. Estudios demuestran que este constructo mitiga problemas de salud mental, fortalece lazos sociales y promueve un sentido de unidad, protección mutua y satisfacción de necesidades compartidas (Bentley et al., 2020; Jewett et al., 2021; Romio et al., 2022). Asimismo, favorece la cohesión interna, potencia la capacidad de organización y la acción colectiva, lo que mejora el bienestar general (Fort y Alcázar, 2023; Romio et al., 2022).

Investigaciones han identificado factores que favorecen u obstaculizan su desarrollo en contextos de crisis (Fransen et al., 2021; Katsikopoulos, 2021; Sandoval-Díaz et al., 2024). Entre los elementos facilitadores se incluyen el apoyo de instituciones estatales y privadas, la disponibilidad de recursos, la confianza entre miembros, la articulación con otras organizaciones y la existencia de iniciativas comunitarias previas. Por el contrario, las desigualdades estructurales, el impacto psicosocial prolongado de la adversidad, la ineficiencia de las respuestas gubernamentales y la precarización de la vida cotidiana limitan la capacidad de sostener prácticas de cuidado comunitario.

Desde una perspectiva latinoamericana, el modelo de resiliencia comunitaria de López y Limón (2017) plantea que este proceso se sustenta en tres componentes interrelacionados: conocimientos culturales, capacidades sociales y estrategias organizativas. Este enfoque propone entender la comunidad como una entidad social capaz de generar respuestas propias ante la adversidad y reconoce la centralidad de las acciones colectivas orientadas a la organización comunitaria.

La organización comunitaria se concibe como un proceso dinámico mediante el cual los individuos forjan una visión compartida para enfrentar desafíos y necesidades en entornos adversos (Fort y Alcázar, 2023; Catacora y Gutiérrez, 2023; Romio et al., 2022). En este sentido, se trata de una estrategia de supervivencia que genera beneficios tanto a nivel individual como colectivo. Además, potencia el capital social, fomenta la participación activa y fortalece la identificación grupal, lo que

impulsa a su vez la transformación social y establece precedentes valiosos para desafíos futuros (Girón, 2023; López y Limón, 2017; Montoya, 2024).

En este contexto, acciones colectivas como la gestión del cuidado alimentario y la construcción de una agencia colectiva son ejemplos de organización comunitaria (Catacora y Gutiérrez, 2023). Históricamente, en América Latina, las mujeres han sido las principales impulsoras de este proceso, no solo por disponibilidad, sino por una distribución desigual del trabajo de cuidado, que se profundiza en situaciones de crisis (Batthyány, 2024; Llanos, 2021;). Si bien esta participación ha sido fundamental, su protagonismo no debe interpretarse como responsabilidad naturalizada o esencial, sino como una expresión de desigualdades estructurales y condiciones históricas que empujan a las mujeres a cubrir ciertas necesidades (Wagon, 2023).

En Perú, las organizaciones comunitarias lideradas por mujeres tienen una larga historia, con destaque para las ollas comunes, una forma de respuesta autoorganizada y temporal frente a la necesidad urgente de alimentos en tiempos de crisis (Palomino, 2021). Estas no tienen un espacio físico fijo, sino que surgen espontáneamente en distintas partes de la comunidad para brindar alimento a bajo costo. En la actualidad, la mayoría de estas ollas está a cargo de mujeres —muchas de ellas con responsabilidades de cuidado—, quienes administran recursos, establecen prioridades y organizan la preparación diaria de los alimentos. Estas prácticas configuran formas organizativas que sostienen la vida, pero que implican costos diferenciales para quienes las sostienen, principalmente las mujeres, en términos de tiempo, energía, salud mental y reorganización doméstica (Batthyány, 2024; Pérez, 2021). Así, las redes emergen como respuestas solidarias, pero también como mecanismos de compensación ante la ausencia o insuficiencia de políticas de cuidado que podrían reproducir tensiones de género históricas.

Durante la pandemia, las ollas comunes proliferaron considerablemente en Lima. Emergieron en zonas empobrecidas y en situaciones de mayor vulnerabilidad, donde la crisis económica (disminución de ingresos, desempleo masivo y aumento de precios básicos) generó una grave emergencia

alimentaria (Caycay, 2023; CEPAL, 2021). Las organizaciones ofrecieron alimentos gratuitos o a bajo costo, lo que resultó vital para miles de familias. Sin embargo, su sostenibilidad hoy enfrenta múltiples obstáculos: algunas son autogestionarias, pero muchas dependen de donaciones y el apoyo puntual de autoridades locales. La sobrecarga de las lideresas amenaza su continuidad, a pesar de su rol crucial en la seguridad alimentaria de los sectores más afectados.

En ese contexto, la resiliencia comunitaria se manifiesta en la capacidad de las organizaciones para operar a pesar de las carencias materiales y las desigualdades estructurales. El fenómeno se vincula estrechamente con el liderazgo femenino y el trabajo de cuidado, prácticas históricamente invisibilizadas o subvaloradas en el análisis académico y las políticas públicas (Sanchis, 2020). Estudiar estas experiencias es fundamental para entender cómo las comunidades organizan la vida cotidiana en medio de la crisis, y cómo el cuidado se convierte en un recurso organizativo, político y de transformación social. Visibilizar las prácticas amplía la comprensión del cuidado como un recurso comunitario, no solo familiar, y revaloriza el papel político de las mujeres en la gestión de crisis.

El presente estudio se justifica entonces por la necesidad de analizar las dinámicas de resiliencia comunitaria en ollas comunes, reconociendo tanto su potencial en la promoción del bienestar como las tensiones y costos que implica su sostenimiento. Lejos de limitarse a la provisión de alimentos, estos espacios generan vínculos de apoyo mutuo, reconfiguran prácticas de cuidado y habilitan formas de liderazgo femenino que adquieren centralidad durante la crisis sanitaria. Sin embargo, también revelarían desigualdades internas y sobrecarga de trabajo en los cuidados comunitarios a cargo de mujeres, aspectos de género esenciales para un entendimiento global de los fenómenos organizativos en medio de crisis.

El aporte de la investigación radica en estudiar de manera integrada cómo la resiliencia comunitaria, el trabajo de cuidado y el liderazgo femenino se configuran en una olla común durante la crisis sanitaria, una articulación que no siempre ha sido abordada de forma conjunta en la literatura académica. Al adoptar un análisis cualitativo situado,

el estudio aporta una comprensión más profunda de las dinámicas organizativas que sostienen estas prácticas, de las tensiones y desigualdades que las atraviesan y de los significados que adquieren para las mujeres involucradas. De ese modo se amplía la discusión sobre el cuidado como práctica comunitaria y se resalta su relevancia organizativa y política en contextos de crisis prolongada.

El objetivo general del análisis fue analizar la resiliencia comunitaria de mujeres integrantes de una olla común en Lima Metropolitana durante la pandemia de COVID-19. Los objetivos específicos fueron tres: 1) describir el impacto de la pandemia en las participantes; 2) identificar los conocimientos, capacidades y estrategias organizativas que emplearon; y 3) analizar las prácticas de cuidado comunitario y las dinámicas de liderazgo que emergieron en la olla común. El estudio empleó un enfoque cualitativo y un diseño fenomenológico interpretativo que permite comprender las experiencias de las participantes en su contexto y profundizar en su significado sin imponer categorías previas (Willig, 2013).

Método

Diez mujeres de una olla común en el distrito de San Juan de Lurigancho, Lima, Perú, participaron en el estudio. Todas eran madres y jefas de hogar, con edades de 25 a 52 años, y entre 2 y 6 hijos. Nueve vivían con sus parejas e hijos, y una sola con sus hijos. Su tiempo de residencia en el lugar variaba de 2 a 33 años; solo 3 eran de Lima, y 3 cuidaban a otras personas fuera de casa. Sus niveles educativos iban desde primaria hasta universitaria incompleta. Su participación en la olla común oscilaba entre 4 meses y 2 años. Las funciones y cargos en la olla común rotaban semanalmente, con diferentes horas de dedicación.

Esta olla común se fundó en marzo de 2020, durante la pandemia. Actualmente cuenta con unas 20 mujeres activas y beneficia a aproximadamente a 20 familias, a las que provee desayuno y almuerzo (aproximadamente 140 raciones por comida). Las responsabilidades, que rotan periódicamente, incluyen elaborar la lista semanal de comidas, comprar alimentos o gestionar donaciones, cocinar, racionar y distribuir la comida, y lavar los utensilios.

Para esta investigación se incluyeron participantes que cumplieran los siguientes criterios: a) ser mayores de edad; b) haber residido en el asentamiento humano desde antes de la pandemia; c) haber sido parte de la olla común durante la pandemia; d) desempeñar un rol dentro de la organización; y e) tener disponibilidad de tiempo para el estudio. Se consideraron ciertos estándares éticos durante el proceso de entrevista y el uso de la información obtenida. Así, se brindó un documento de consentimiento informado que explicitaba el objetivo de la investigación, la voluntariedad de la participación, la confidencialidad de la información recogida y el permiso para realizar las grabaciones de audio en la entrevista. También se entregó un documento con información sobre líneas de ayuda socioemocional, donaciones u otras organizaciones benéficas, en caso de que desearan comunicarse con ellas para obtener algún tipo de apoyo específico de manera individual, familiar o para la olla común.

Cabe mencionar que el diseño de la investigación fue revisado y aprobado el año 2022 por el Comité de Ética de Investigación de la Facultad de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú, como parte de la evaluación del plan de elaboración de tesis de Licenciatura de quien escribe. La revisión incluyó la valoración de la vulnerabilidad de la población, el análisis de beneficios directos e indirectos, el compromiso de confidencialidad y la obtención del consentimiento informado.

Se empleó una ficha de datos sociodemográficos. La técnica principal fue la entrevista grupal participativa, ideal para explorar opiniones y experiencias compartidas en un grupo reducido. Su elección respondió a la necesidad de explorar cómo las participantes construyen sentidos de manera conjunta, articulan saberes cotidianos, negocian decisiones y describen dinámicas de coordinación colectiva, aspectos centrales para comprender la resiliencia comunitaria.

La guía de entrevista participativa, basada en el marco teórico y los objetivos de la investigación, recurrió a preguntas abiertas para permitir que las participantes se expresaran y que el investigador pudiese profundizar. La guía fue validada por jueces expertos en el tema y constó de tres áreas. La primera fue el impacto de la pandemia en las

necesidades básicas del hogar, que buscaba indagar cómo la pandemia afectó las necesidades alimenticias de las participantes, sus familias y vecinos. La segunda área, los conocimientos culturales, se enfocó en cómo las participantes vivieron la pandemia como mujeres, sus conocimientos sobre comida, cocina y cuidado, los saberes aplicados en la organización de la olla común y sus experiencias previas en situaciones similares. Finalmente, la tercera área, los recursos comunitarios, abordó los recursos individuales y colectivos entre las participantes y otros actores para la composición, organización, administración y mantenimiento de la olla común. También indagó sobre la coordinación con organizaciones benéficas para obtener ayuda y la esperanza compartida.

Además de la entrevista grupal, se aplicó observación participante, realizada durante visitas previas en el proceso de familiarización. Las observaciones permitieron registrar dinámicas cotidianas, formas de coordinación, distribución de tareas y expresiones de apoyo mutuo, y aportaron una comprensión situada de la vida comunitaria. Las notas de campo funcionaron como una técnica complementaria para la contextualización de los relatos, que permitió captar tanto las narrativas explícitas como las prácticas que configuran la experiencia de resiliencia y cuidado comunitario.

Como procedimiento, se estableció un contacto con una asociación civil dedicada a la producción social del hábitat, la investigación-acción participativa y la Educación Popular, que se encontraba realizando un proyecto social presencial con mujeres de una olla común en San Juan de Lurigancho. El contacto inicial se realizó desde marzo de 2022, mediante visitas periódicas como voluntario que tenían como objetivo familiarizarse con las participantes y la comunidad. Luego se convocó a las integrantes de la olla común para participar de la investigación, mencionando el objetivo y el rol que cumplirían. Se conformaron dos grupos de cinco mujeres cada uno con el fin de realizar la entrevista participativa en grupos reducidos y lograr los objetivos de la investigación. Cabe mencionar que el período de recogida de información tuvo una duración de tres meses.

Posteriormente, la información se analizó a la luz de los objetivos de la investigación y el marco teórico. Para validar los resultados se coordinó un

espacio participativo con todas las mujeres, en el que se presentaron los principales hallazgos de la investigación y se abrió un espacio para preguntas, comentarios y ajustes. Ese proceso permitió asegurar una devolución participativa y transparente de la información recopilada.

Se utilizó el análisis temático inductivo-deductivo como método de análisis de la información (Braun y Clarke, 2012). Así se buscó describir los elementos que acompañan las experiencias de las participantes e interpretar fenomenológicamente la manera en que perciben y dan sentido a sus vivencias. Esto se realizó a través de la familiarización con la información obtenida, los comentarios iniciales en el análisis de dicha información, la identificación de patrones en el discurso, la codificación, y la agrupación y jerarquización de temas y categorías comunes encontradas en las transcripciones (Pistrang y Barker, 2012).

Paralelamente a la aplicación, las entrevistas se fueron transcribiendo de manera literal y procesando mediante el programa Atlas.ti para extraer citas pertinentes para el análisis, de acuerdo con los objetivos planteados. Luego se agruparon las citas en diferentes niveles de temas, según la revisión de la teoría y la información recogida.

Resultados

La olla común se ubica en un asentamiento humano de San Juan de Lurigancho, un territorio marcado por la alta densidad poblacional, la precariedad estructural y la limitada provisión estatal. El barrio, construido por familias migrantes internas, posee una larga trayectoria de organización barrial y redes informales de apoyo que han sostenido la vida cotidiana. Estas condiciones materiales y sociales moldean la experiencia de las mujeres y permiten entender por qué, ante el colapso económico y sanitario de la pandemia, se activaron rápidamente formas de respuesta colectiva basadas en la cooperación, la búsqueda conjunta de recursos y la organización comunitaria del trabajo de cuidado.

Se identificaron dos áreas principales y relacionadas entre sí: 1) la respuesta comunitaria de las mujeres frente al impacto de la pandemia, y 2) los aportes mutuos entre la olla común y la comunidad. La primera comprende la manera en la que las mujeres despliegan los recursos individuales

y colectivos para responder a la pandemia en su comunidad, a nivel de economía, salud, educación y maternidad, a partir de los aprendizajes, las herramientas y los recursos sociales y cognitivos adquiridos a lo largo de su vida. La segunda área abarca el impacto positivo que ha tenido la creación y el mantenimiento de la olla común para las mujeres, sus familias y vecinos a nivel individual y colectivo en diferentes áreas de la vida, a partir de los recursos tangibles e intangibles desplegados en el proceso de respuesta comunitaria, así como el impacto positivo de la comunidad para la olla común.

Respuesta comunitaria frente a la pandemia

A lo largo de sus vidas, las participantes habían acumulado conocimientos de cocina y cuidado que consideraban necesarios para cumplir con sus roles y responder a las necesidades de la comunidad. El contexto de crisis por la pandemia les permitió retomar estos conocimientos como herramientas para cuidar de sus familias y, más aún, velar por la alimentación colectiva.

Según relataron, fueron ellas quienes asumieron la responsabilidad de buscar recursos y organizar la preparación de alimentos, incluso en situaciones de escasez y crisis sanitaria. Destacaron que esta responsabilidad se vinculaba con su rol tradicional de administrar el hogar y garantizar la alimentación familiar. Una de las participantes recordó que, mientras algunas autoridades ofrecían canastas de alimentos, eran principalmente las mujeres quienes acudían a solicitarlas, aun cuando los hombres consideraban que era una pérdida de tiempo. Para ellas, la disposición a “salir a buscar” era una forma de acción proactiva y necesaria para asegurar la comida diaria:

La preocupación es más de las mujeres (...). A veces los hombres dicen “dónde van, quizás no les van a dar, por gusto están corriendo, a qué vas, estás perdiendo tiempo”. En cambio, nosotras las mujeres ya positivas íbamos, salíamos a buscar. (Mónica, 33 años)

Asimismo, se observa que las participantes asumen el rol de cuidadoras fuera del hogar a través de la olla común, donde ponen a disposición sus conocimientos para el beneficio colectivo a través de estrategias que fortalecieron la resiliencia

comunitaria. Varias participantes relataron que la colectivización de necesidades y recursos fue una de las estrategias más importantes. Esto permitió que se tomaran decisiones conjuntas sobre qué cocinar, cómo aportar y cómo distribuir los alimentos. Como parte del proceso, las mujeres reconocieron que fueron ellas quienes tomaron la iniciativa, enfrentando la posibilidad de enfermarse y percibiendo su trabajo como un acto de valentía. De igual forma, hacen referencia a cómo las participantes concibieron la idea de la cocina colectiva:

Los recursos en la casa se terminaban, y por ahí con las vecinas nos encontramos y nos poníamos una idea. “Qué tal si hoy día cocinamos, pero hay que aportar todos”. Cocinamos y todo, entonces al siguiente día, pero ¿qué vamos a cocinar? Porque más para eso no teníamos. (Mónica, 33 años)

Las mujeres desarrollaron estrategias de negociación tanto internas como externas. Internamente, acordaron rotaciones de tareas, horarios y responsabilidades para evitar conflictos prolongados. A nivel externo, una estrategia fue la búsqueda de aliados para obtener recursos, incluso frente a negativas iniciales. Una lideresa relató cómo, a pesar de recibir respuestas poco alentadoras de otros grupos, insistían en la importancia de compartir, llegando incluso a usar sus redes sociales para solicitar apoyo a la olla común. Sobre esto, Carla (33 años) da a entender que incluso debía priorizar la búsqueda de recursos por encima de sus estudios:

Nosotros íbamos a pedirles [a otros grupos] y decían “no, búsquense porque para nosotros no ha sido fácil”, “pero vecino nosotros podemos compartir”. (...) En mis estados [de WhatsApp], en vez de poner mis tareas, publicaba que apoyen a mi olla.

Más allá de su participación en la olla común, varias mujeres señalaron que esta experiencia fortaleció su agencia en otros espacios del barrio. Algunas comenzaron a gestionar trámites municipales, negociar con organizaciones externas o coordinar con instituciones de apoyo; otras iniciaron pequeños emprendimientos o asumieron nuevas responsabilidades familiares, gracias a la confianza desarrollada durante la pandemia. La búsqueda de recursos y la toma de decisiones en

situaciones de incertidumbre amplió su liderazgo más allá de la cocina colectiva, y convirtieron la olla en una plataforma para proyectar nuevas formas de acción y participación comunitaria en un contexto estructuralmente adverso.

Aportes mutuos entre la olla común y la comunidad

Las participantes señalaron que la olla común alivió la economía familiar, les permitió ahorrar y les dio tranquilidad al garantizar la alimentación diaria. En algunos casos, el ahorro sirvió como capital inicial para pequeños emprendimientos. Así también, otras participantes pudieron distribuir mejor los ingresos del hogar, mayormente provistos por sus parejas. Otra mujer destacó que la seguridad de contar con comida diaria redujo su preocupación por otros gastos, al priorizar siempre la alimentación sobre cualquier otra necesidad:

[La olla común nos ha ayudado] a estar más tranquilas obviamente, saber que de acá vamos a llevar para nuestras casas, al menos la comida ya tenemos asegurada. Por la comida, porque la ropa es lo de menos. La comida es lo principal. (Alejandra, 37 años)

También se destacó el apoyo a personas en situación de mayor vulnerabilidad, como ancianos y familias sin ingresos, quienes expresaron gratitud hacia la olla común. Una participante relató que algunos ancianos recibían diariamente desayuno y almuerzo sin aportar económicamente, expresando que “si no está esa olla, dónde estaría, qué comería” (Mónica, 33 años). De igual forma, se ayudó a familias donde el sustento principal se vio interrumpido por enfermedad o desempleo, quienes, según la misma participante, “agradecen bastante porque es bastante apoyo para ellos”. De esta forma, se observa un reconocimiento de situaciones que, para algunas de las participantes, son de “personas que están peor” y que merecen ser beneficiados de igual forma que las familias de las mujeres de la olla común, evidenciando un sentido de solidaridad que se extiende más allá del hogar.

Más allá del aspecto material, la organización se convirtió en un espacio de socialización y participación. Varias mujeres coincidieron en que la experiencia no solo les permitió aportar a la comu-

nidad, sino también desarrollar habilidades personales. El trabajo conjunto, la planificación diaria y la necesidad de coordinar con otras personas fomentaron el compañerismo y fortalecieron los vínculos entre ellas. Para algunas como Lucero (40 años), el proceso significó un cambio importante en su vida cotidiana: antes pasaba la mayor parte del tiempo en casa, con poca interacción social, y evitaba hablar en público por timidez. Sin embargo, la participación en la olla común le permitió, según sus propias palabras, “soltarme” y tener “más comunicación” con las demás integrantes, sentirse más segura y dispuesta a interactuar.

La participación en la olla común no solo respondió a la necesidad alimentaria, sino que fortaleció y generó nuevas capacidades entre las participantes, contribuyendo directamente a la resiliencia comunitaria. Las mujeres desarrollaron habilidades para administrar recursos limitados, planificar compras colectivas y optimizar el uso de insumos, lo que repercutió positivamente en la economía familiar y comunitaria. Como señaló Flor (35 años), aprendieron a “economizar (...) no como comprabas por comprar, gastabas por gastar”, al aplicar criterios más eficientes y solidarios en la gestión de alimentos. Además se fomentaron competencias sociales clave, como el trabajo en equipo, la comunicación constante y la responsabilidad compartida. Lucero (40 años) destacó que ahora están “más unidas y nos comunicamos más”, se apoyan en herramientas como los grupos de chat para coordinar tareas y resolver imprevistos. Estas experiencias permitirían consolidar una memoria colectiva que sería esencial para enfrentar futuras crisis.

En el marco de estos intercambios y aprendizajes, también se encontró un cambio en la distribución tradicional de roles de género durante la pandemia. Varias relataron que asumieron funciones históricamente asociadas a los hombres, como la búsqueda de recursos, el transporte de alimentos y la negociación con proveedores. En sus testimonios, subrayaron que estas tareas eran percibidas como “masculinas”, lo que acentuó la magnitud del cambio que experimentaron. Carla (33 años) relató que “éramos como las leonas (...) por nosotras han sobrevivido (...) sin nosotras morían de hambre”, mientras que Claudia (52 años) expresó: “nosotros en ese entonces nos volvimos hombres”,

aludiendo a que asumieron las obligaciones que socialmente se atribuían a ellos.

Para muchas, esta reasignación de tareas supuso también reorganizar el trabajo doméstico: ante la falta de empleo masculino, ellas salían a conseguir víveres, mientras los hombres atendían el hogar. Esta ruptura parcial de los roles tradicionales fortaleció su autoconfianza, permitió que se reconocieran como proveedoras en contextos críticos y generó un proceso de empoderamiento colectivo. Si bien la necesidad fue el motor inicial, la experiencia abrió un espacio para repensar su papel en la comunidad, ya que demostró que podían liderar, negociar y sostener procesos organizativos en condiciones adversas, incluso en ámbitos socialmente reservados a los hombres.

Otro aporte significativo identificado por las participantes fue el fortalecimiento del sentido de pertenencia y la consolidación de una identidad colectiva. A pesar de los impactos negativos de la pandemia, las mujeres coincidieron en que la crisis también propició una mayor cercanía entre vecinas que, aunque convivían en el mismo barrio, antes mantenían relaciones más superficiales.

Varias señalaron que la olla común fue el catalizador de este cambio. El trabajo conjunto, las reuniones diarias y la necesidad de coordinar tareas crearon un espacio para conocerse más allá de los saludos ocasionales. Una de ellas menciona lo siguiente:

Bueno, digamos que no todo al 100% fue negativo por la pandemia, ¿no? Así como trajo desgracias, trajo fracasos, también trajo algo bueno que hizo la pandemia podría decir, rescatarlo, es que unió a la vecindad (...) La pandemia hizo que, pues nos uniéramos, ¿no?, sin importar la raza, condición, nada. (Carla, 33 años)

Otro testimonio destacó que la olla permitió que personas que apenas se trataban ahora se sintieran como una familia, que compartieran tareas y también momentos de apoyo emocional y alegría para sobrellevar la carga diaria. Este nuevo vínculo no se limitó a la cooperación funcional; incluyó también dinámicas de cuidado mutuo. Algunas participantes resaltaron la importancia de mantener un ambiente positivo durante la preparación de alimentos, evitando tensiones y promoviendo la paciencia. Como expresó Claudia (52 años), “en

la olla tiene que haber también un poco de alegría (...) todo con paciencia”.

La experiencia fortaleció redes de solidaridad que trascendían el espacio físico de la olla común. Las relaciones forjadas durante este tiempo se convirtieron en un recurso comunitario clave, no solo para la gestión de la crisis sanitaria, sino como precedente para la organización comunitaria futura frente a otros desafíos. Así, la olla común dejó de ser únicamente una estrategia de supervivencia alimentaria para convertirse en un núcleo de cohesión social y un ejemplo tangible de resiliencia comunitaria activa.

Los hallazgos muestran que la olla común funcionó tanto como mecanismo de seguridad alimentaria como espacio de reorganización social en un territorio marcado por la desigualdad y la ausencia estatal. Aunque las participantes enmarcan sus acciones en lo cotidiano, emergen tensiones estructurales: la carga desproporcionada asumida por las mujeres, el desgaste emocional y físico, y la persistente invisibilización institucional de estas tareas. La agencia desplegada no es una extensión natural del rol doméstico, sino una respuesta situada a la precarización durante la crisis sanitaria. Esta mirada crítica permite matizar los discursos celebratorios, al reconocer su potencia transformadora y las desigualdades que atraviesan la experiencia.

Discusión y conclusiones

Los resultados de este estudio evidencian que la olla común analizada se constituye como un espacio central para la resiliencia comunitaria, entendido no solo como un conjunto de estrategias adaptativas frente a la crisis provocada por la COVID-19, sino como un proceso activo de construcción de sentido colectivo, cuidado mutuo y transformación social. Sobre esto, López y Limón (2017) destacan que la resiliencia comunitaria se compone de conocimientos culturales, capacidades sociales y estrategias organizativas articuladas para enfrentar la adversidad. Sin embargo, lejos de tratarse de un proceso armónico, los hallazgos muestran que también implicó tensiones, negociaciones y costos que complejizan su lectura y permiten situarla críticamente.

Sobre la respuesta comunitaria frente a la pandemia, se evidencia que la organización comuni-

taria puede erigirse como un pilar fundamental de resiliencia frente a la adversidad. Fort y Alcázar (2023) sostienen que este tipo de organización implica construir una visión compartida para abordar problemas y necesidades comunes, como la urgencia de alimentarse, lo que conlleva una estructura interna definida y objetivos colectivos. Sin embargo, dicha visión no surgió únicamente de la crisis inmediata, sino también del reconocimiento de una historia de prácticas comunitarias previas y de recursos culturales del territorio. Este anclaje resulta clave para comprender por qué ciertas formas de coordinación emergieron rápidamente y fueron sostenidas por las participantes.

La participación activa en la definición de objetivos y estrategias colectivas transforma así a las comunidades en actores sociales capaces de influir en su propio destino (Catacora y Gutiérrez, 2023; Romio et al., 2022). No obstante, este estudio permite observar que dicha organización no es neutra ni exenta de costos (Herrera y Pérez, 2023; López y Limón, 2017). La resiliencia aquí observada exige reconocer los esfuerzos desiguales necesarios para sostenerla, así como las tensiones internas que emergen cuando ciertas personas, especialmente mujeres, cargan con una proporción mayor del trabajo comunitario (Batthyány, 2024; Pérez, 2021).

En este contexto, la organización comunitaria se mostró como una estrategia de supervivencia dinámica por su capacidad de adaptación constante a los cambios en los recursos, las alianzas y las demandas del entorno. Se observa que el alcance de este proceso va más allá de la asistencia alimentaria. Implica la creación de redes de apoyo mutuo, la legitimación de nuevos liderazgos, especialmente femeninos, y una transformación de los roles de género dentro del espacio público (Girón, 2023; Montoya, 2024).

Aunque los resultados muestran una estructura flexible y adaptativa, esta respuesta dependió del trabajo sostenido de un grupo reducido de mujeres, lo que tensiona la noción de agencia colectiva y refleja desigualdades internas en la distribución del trabajo (Batthyány, 2024; Pérez, 2021; Wagon, 2023). La agencia fue sustancial dentro de la olla común, pero no necesariamente se proyectó al territorio ni transformó responsabilidades comunitarias más amplias. Además, la adaptabilidad

comunitaria suele apoyarse en sacrificios emocionales y corporales, especialmente cuando el Estado delega responsabilidades públicas (Batthyány, 2024).

Dentro de este proceso, las mujeres desempeñaron un papel protagónico. Si bien históricamente han sido relegadas a roles específicos de cuidado y mantenimiento del hogar, también han demostrado una notable capacidad para responder a las crisis y asumir roles comúnmente asociados a los hombres (Castellanos-Torres et al., 2020). La pandemia, por ejemplo, puso de manifiesto cómo el despliegue de lo históricamente impuesto a las mujeres se mostró esencial para la respuesta a la crisis (Herrera y Pérez, 2023). Sin embargo, ese desplazamiento no se debe interpretar como un quiebre radical con los estereotipos de género, sino como una ampliación funcional del rol cuidador. Las responsabilidades comunitarias se sumaron y no reemplazaron a las domésticas, otorgaron visibilidad y reconocimiento, pero también reforzaron la expectativa social de que sean ellas quienes sostengan la vida (Batthyány, 2024; Wagon, 2023).

Una de las estrategias más efectivas que adoptaron las mujeres de la olla común para enfrentar la pandemia fue la colectivización de necesidades y recursos dentro de la comunidad (Herrera y Pérez 2023; López y Limón, 2017). La acción permitió la realización de iniciativas grupales orientadas al beneficio colectivo y demostró la eficacia de la unión y la solidaridad para asegurar un funcionamiento óptimo en el proceso de resiliencia comunitaria (Girón, 2023; Norris et al., 2008). Esto no solo facilita la adaptación, sino que posibilita el establecimiento de metas y motivaciones compartidas, construye una esperanza colectiva y fortalece el tejido social de cara al futuro. Sin embargo, se observa que la adaptación no es lineal ni homogénea: algunas mujeres asumieron más tareas que otras, algunas contaron con redes familiares de apoyo y otras no, y ciertas decisiones organizativas generaron debates internos. Tensiones estas que son parte constitutiva de la resiliencia comunitaria y determinan su sostenibilidad a largo plazo.

En lo que respecta a los aportes mutuos entre la olla común y la comunidad, se evidencia que la presente olla común ha representado un pilar fundamental para la economía familiar, al generar un ahorro importante de dinero y un impacto positivo en el

bienestar emocional de los participantes, quienes experimentan una mayor tranquilidad al tener garantizada la alimentación. Además, la promoción de prácticas religiosas dentro de estas iniciativas ha fomentado la motivación, la esperanza y el apoyo mutuo, elementos cruciales para la cohesión social (Cook, 2020; Herrera y Pérez, 2023; Palomino, 2021).

En este contexto, la adaptación de los conocimientos y capacidades ya adquiridos por los miembros de la comunidad se traduce en un proceso de reaprendizaje constante. El proceso se nutre de un bagaje cultural de experiencias previas que conforman la memoria colectiva, lo que facilita la resiliencia y la innovación frente a la adversidad (López y Limón, 2017). La participación activa en las ollas comunes ha propiciado la emergencia de nuevos roles y modelos femeninos con mayor visibilización en el ámbito comunitario. La dinámica empodera a las mujeres, quienes se benefician de una mayor autoconfianza y satisfacción con sus acciones, al tiempo que se valoran positivamente sus conocimientos y capacidades. Este proceso de empoderamiento femenino colectivo es un hallazgo consistente con otras investigaciones sobre la participación comunitaria (Bendezú-Jiménez y Cayatopa-Rivera, 2025; Portilla, 2013).

La olla común no solo garantizó la alimentación, sino que fortaleció la identidad colectiva en la comunidad (Alzugaray et al., 2021; Girón, 2023; Herrera y Pérez, 2023). Identificarse así reforzó mecanismos para enfrentar las necesidades grupales desde una visión compartida. También se fortaleció el capital social, con la olla común convertida en una “institución comunitaria” que exige derechos, asegura alimentación en el espacio público y promueve la reinserción económica. Las redes basadas en la solidaridad permitieron colectivizar otras necesidades y evidenciaron que la resiliencia comunitaria genera bienestar colectivo. Además se motivó a la comunidad a concebir la crisis como una oportunidad de desarrollo que crea un bagaje útil para futuras adversidades (Altamirano, 2025; Herrera y Pérez, 2023).

No obstante, asumir a la olla común como una “institución comunitaria” implica reconocer también sus tensiones. Como advierten Altamirano (2025) y Herrera y Pérez (2023), el fortalecimiento del capital social no siempre se distribuye

equitativamente: demanda tiempo, energía y trabajo emocional, costos que suelen recaer en las mismas mujeres que sostienen el espacio. La colectivización del cuidado, aunque empoderadora, no elimina los desgastes corporales y afectivos que implica cocinar, gestionar recursos o mantener el orden interno, ni los arreglos familiares que deben realizarse para que ellas puedan salir al espacio público.

Un hallazgo central de esta investigación radica en la importancia del liderazgo femenino en la gestión y el sostenimiento de la olla común, lo que se traduce en un papel protagónico durante la crisis (Llanos, 2021; Romio et al., 2022; Sanchis, 2020). En este contexto particular, la autoidentificación como “madres” (término que ellas mismas emplean) actúa como un principio de cohesión interna y legitimación pública (Di Liscia, 2007; Russo, 2007), pero también reproduce parcialmente la asociación histórica entre mujer y cuidado. Siguiendo a Palacios (2020), esa “maternidad social” se puede leer como un acto político que desplaza el cuidado del ámbito privado al comunitario; pero esto no elimina las tensiones: el rol maternal puede empoderar, pero también puede fijar expectativas que limitan la redistribución del trabajo comunitario entre hombres y mujeres. Entonces, se puede entender como una forma de agencia situada y también como una expresión de cómo los roles sexistas se reactualizan en tiempos de crisis.

Los relatos muestran que, durante la pandemia, muchas participantes asumieron tareas tradicionalmente masculinas, lo que significó ampliar su agencia cotidiana (Castellanos-Torres et al., 2020). No obstante, dicho ensanchamiento coexistió con la persistencia de estereotipos que siguen ubicando a las mujeres como principales responsables del sostén emocional y alimentario de la comunidad (Batthyány, 2024). La simultaneidad de cambio y continuidad evidencia que la agencia no es romántica ni lineal, sino situada y limitada por estructuras de género. El hecho de que las mujeres negocien donaciones o gestionen recursos no implica una ruptura con los mandatos tradicionales, sino una reconfiguración de su acción dentro de marcos aún restrictivos.

A pesar de esta persistencia, la participación en la olla común ha proporcionado a las mujeres un espacio para fortalecer su agencia colectiva;

un tipo de participación que posibilita procesos de empoderamiento individual y grupal, en los cuales las mujeres desarrollan confianza en sus capacidades, aprenden a gestionar recursos y consolidan redes de apoyo (Bendezú-Jiménez y Cayatopa-Rivera, 2025; Portilla, 2013). En línea con Herrera y Pérez (2023), se evidencia que la colectivización de necesidades y recursos no solo representa una estrategia de resistencia frente a la adversidad, sino también un mecanismo para redefinir las relaciones de poder dentro de la comunidad, especialmente aquellas que históricamente han invisibilizado el trabajo de las mujeres.

La experiencia analizada demuestra cómo la olla común funciona como un núcleo generador y fortalecedor del capital social comunitario. De acuerdo con Altamirano (2025), el capital social se cimenta en redes de confianza, normas de reciprocidad y vínculos de cooperación que facilitan la acción colectiva. En este caso, la práctica cotidiana de cocinar, distribuir alimentos y resolver problemas de manera conjunta fomenta una identidad colectiva que trasciende la emergencia inicial.

El sentido de pertenencia se ve reflejado en los testimonios de las participantes, quienes afirman que la pandemia, a pesar de sus efectos devastadores, también propició una mayor unidad vecinal y promovió la construcción de una identidad colectiva que fortalece la capacidad de las comunidades para enfrentar desafíos presentes y futuros (Altamirano, 2025; Alzugaray et al., 2021). Adicionalmente, como sostiene Girón (2023), la olla común adquirió legitimidad para negociar con actores externos y participar en procesos de desarrollo local. Sin embargo, el mismo autor también advierte que el capital social generado puede reproducir inequidades cuando no se reconocen las diferencias sobre cuánto puede contribuir cada participante (Girón, 2023). El presente estudio evidencia justamente que la participación comunitaria, aunque produce agencia y pertenencia, también está atravesada por tensiones internas.

No obstante, la sostenibilidad de la olla común enfrenta desafíos considerables. La dependencia de donaciones externas, la escasez de recursos y la sobrecarga de trabajo para las lideresas ponen en riesgo su continuidad. En ese sentido, como advierten López y Limón (2017), la resiliencia comunitaria requiere de apoyos institucionales que

fortalezcan sus capacidades internas sin cooptar su autonomía. La tensión entre asistencia y autogestión también estuvo presente: si bien la olla común fortaleció la agencia colectiva, parte de su funcionamiento se sostuvo sobre la acción voluntaria de un grupo reducido de mujeres, lo que podría indicar un riesgo de asistencialismo intra-comunidad, si no se distribuyen las responsabilidades de manera equitativa.

Finalmente, la olla común operó como un espacio de organización política donde los saberes domésticos adquirieron un valor estratégico, lo que propició decisiones colectivas y alianzas que ampliaron la acción comunitaria. Coincidiendo con Sanchis (2020), las prácticas de cuidado funcionaron como formas de resistencia frente a la invisibilización del trabajo femenino. No obstante, el potencial político convive con límites estructurales: la dependencia de donaciones, el escaso apoyo estatal y la sobrecarga desigual sobre las mujeres. Factores estos que muestran que si bien la experiencia generó aprendizajes y nuevas formas de acción colectiva (Girón, 2023; Norris et al., 2008), su sostenibilidad sigue siendo frágil y requiere condiciones más justas para consolidarse.

En conclusión, la experiencia de la olla común estudiada muestra que las iniciativas no solo surgieron como respuesta inmediata a la inseguridad alimentaria en plena pandemia, sino que también se consolidaron como espacios de resiliencia comunitaria con impactos sociales, culturales y políticos relevantes. Su funcionamiento permitió evidenciar que la organización comunitaria puede trascender la asistencia puntual y generar vínculos sólidos, fortalecer el capital social y abrir espacios de liderazgo femenino en contextos marcados por la desigualdad.

Sin embargo, los hallazgos muestran que la resiliencia comunitaria no es un proceso lineal ni armónico. Implicó tensiones internas, desigualdades en la distribución del trabajo y costos emocionales y corporales para quienes sostuvieron la olla común. Para la experiencia, el liderazgo femenino resultó central: las mujeres asumieron tareas de gestión, negociación y organización, ampliando su agencia cotidiana. No obstante, aunque la autoidentificación como “madres” funcionó como un eje de cohesión y legitimidad, también reactivó la asociación histórica entre mujer y cuidado. En la

práctica, gran parte de la sostenibilidad del espacio recayó sobre un grupo reducido de mujeres, mientras la participación del resto de la comunidad fue intermitente. La asimetría anterior tensiona la noción de agencia colectiva y sugiere que, si no se distribuyen responsabilidades, ciertos procesos se pueden acercar a dinámicas asistencialistas, donde la comunidad recibe beneficios sin asumir obligaciones equivalentes. Reconocer esas tensiones es fundamental para no romantizar experiencias que descansan desproporcionadamente en el trabajo feminizado.

Otro hallazgo relevante es la capacidad adaptativa de la olla común para responder a cambios en recursos, alianzas y demandas del entorno. La colectivización de recursos y necesidades permitió sostener la olla común, al generar beneficios económicos, emocionales y simbólicos. No obstante, también emergieron limitaciones significativas: dependencia de donaciones externas, sobrecarga de trabajo para las lideresas y ausencia de políticas públicas que reconozcan y fortalezcan sus prácticas sin impedir la autonomía.

En términos de política pública, los resultados sugieren la necesidad de reconocer el valor del trabajo comunitario de cuidado e incorporar mecanismos de apoyo que aseguren su continuidad sin desdibujar su autogestión. Se requieren programas que garanticen recursos básicos, capacitación en gestión comunitaria y espacios de articulación con gobiernos locales y organizaciones civiles, como un modo de evitar la imposición de modelos externos que desconozcan las lógicas del territorio. Dado el potencial de sostenibilidad asociado a la articulación Estado-comunidad, futuras investigaciones deberían profundizar comparativamente en este eje y explorar tanto las formas de colaboración que fortalezcan la autonomía como las que generen dependencia.

Por último, entre las limitaciones del estudio cabe señalar que el análisis se centró en una sola experiencia y un grupo específico de participantes, lo que restringe la posibilidad de generalizar los resultados. Asimismo, el uso de una técnica principal de producción de datos permitió explorar significados compartidos, aunque futuras investigaciones podrían ampliar el alcance a múltiples casos, incorporar técnicas complementarias y considerar a otros actores del barrio para examinar

con mayor amplitud las dinámicas del cuidado comunitario. También sería relevante profundizar en las tensiones internas, evaluar el impacto a largo plazo, analizar el bienestar socioemocional de quienes sostienen estas iniciativas y explorar la interacción con otras formas organizativas barriales. Estas ampliaciones permitirían contrastar y expandir lo aquí observado, así como fortalecer la comprensión de la resiliencia comunitaria y su sostenibilidad.

Referencias

- Altamirano, M. (2025). Fortalecimiento de la resiliencia comunitaria: un enfoque teórico y empírico. *European Public & Social Innovation Review*, 10, 1-15. <https://doi.org/10.31637/epsir-2025-1627>
- Alzugaray, C., Fuentes, A., y Basabe, N. (2021). Resiliencia Comunitaria: una aproximación cualitativa a las concepciones de expertos comunitarios. *Rumbos TS*, 16(25), 181-203. <https://dx.doi.org/10.51188/rrts.num25.496>
- Batthyány, K. (2024). El cuidado en el centro de los nuevos acuerdos sociales. *Análisis Carolina*. https://doi.org/10.33960/AC_06.2024
- Bendezú-Jiménez, H.J., y Cayatopa-Rivera, L.E. (2025). Participación de la mujer en experiencias de apoyo mutuo para combatir el hambre en Perú. *Revista Prisma Social*, 48, 203-220. <https://revistapsicologia.uchile.cl/index.php/RDP/about/submissions>
- Bentley, J.A., Mohamed, F., Feeny, N., Ahmed, L.B., Musa, K., Tubeec, A.M., Angula, D., Egeh, M.H., & Zoellner, L. (2020). Local to global: Somali perspectives on faith, community, and resilience in response to COVID-19. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(S1), S261-S263. <https://doi.org/10.1037/tra0000854>
- Braun, V., & Clarke, V. (2012). Using thematic analysis in psychology. In H. Cooper (ed.), *APA handbook of research methods in psychology. Volume 2: Research designs: Quantitative, qualitative, neuropsychological, and biological* (pp. 57-71). American Psychological Association.
- Castellanos-Torres, E., Mateos, J., y Chilet-Rosell, E. (2020). *COVID-19 en clave de género*. Gaceta Sanitaria.
- Catacora, E., y Gutiérrez, G. (2023). Cartografía de la desigualdad alimentaria en Lima Sur: ollas comunes, agencia femenina y relaciones vecinales en tiempos de COVID-19. *Mana*, 29(2), e2023016. <https://doi.org/10.1590/1678-49442023v29n2e2023016.es>
- Caycay, R. (2023). Reparación y sostenimiento de ollas comunes en Perú: crisis alimentaria y respuesta comunitaria. *Del prudente Saber y el máximo posible de Sabor*, 18, e0015. <https://doi.org/10.33255/26184141/1544e0015>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (CEPAL). (2021). *Panorama Social de América Latina, 2020 (LC/PUB.2021/2-P/Rev.1)*. División de Desarrollo Social de la Comisión Económica para América Latina y el Caribe. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/46687/8/S2100150_es.pdf
- Cook, C. (2020). Spirituality, religion & mental health: exploring the boundaries. *Mental Health, Religion & Culture*, 23(5), 363-374. <https://doi.org/10.1080/13674676.2020.1774525>
- Di Liscia, M. (2007). *Género y Memorias*. La Aljaba.
- Fort, R., y Alcázar, L. (2023). Resiliencia en tiempos de pandemia: generando políticas públicas para las ollas comunes en Perú. *IDS Bulletin*, 54(2), 179-195. <https://doi.org/10.19088/1968-2023.139>
- Fransen, J., Peralta, D.O., Vanelli, F., Edelenbos, J., & Olvera, B.C. (2021). The emergence of Urban Community Resilience Initiatives During the COVID-19 Pandemic: An International Exploratory Study. *The European Journal of Development Research*, 34, 432-454. <https://doi.org/10.1057/s41287-020-00348-y>
- Girón, L. (2023). *Resiliencia comunitaria en mujeres que integran una olla común de Lima Metropolitana durante la pandemia por la COVID-19* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional PUCP. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/26199>
- Herrera, R., y Pérez, R. (2023). Representaciones comunicacionales de las prácticas de sobrevivencia en el contexto de la pandemia: el caso de las gestoras de las ollas comunes en la ciudad de Lima. *Comunica360*, 1, 13-45. <https://doi.org/10.26439/comunica360.2023.n1.6452>

- Jewett, R.L., Mah, S.M., Howell, N., & Larsen, M.M. (2021). Social Cohesion and Community Resilience During COVID-19 and Pandemics: A Rapid Scoping Review to Inform the United Nations Research Roadmap for COVID-19 Recovery. *International Journal of Health Services*, 51(3), 325-336. <https://doi.org/10.1177/0020731421997092>
- Katsikopoulos, P.V. (2021). Individual and community resilience in natural disaster risks and pandemics (covid-19): risk and crisis communication. *Mind & Society*, 20(1), 113-118. <https://doi.org/10.1007/s11299-020-00254-0>
- Llanos, M. (2021). Liderazgo femenino en situaciones de emergencia: pandemia por la COVID-19 en Perú. *Avances en Psicología*, 29(2), 151-166. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2021.v29n2.2401>
- López, F.M., y Limón, F. (2017). Componentes del proceso de resiliencia comunitaria: conocimientos culturales, capacidades sociales y estrategias organizativas. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 9(3), 1-13. <https://doi.org/10.5872/psiencia/9.3.6>
- Montoya, R. (2024). “Sin las ollas, no hubiéramos sobrevivido”: estado de la cuestión de la problemática social de las ollas comunes durante la pandemia del COVID-19. *Anthropía*, 21, 49-65. <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/anthropia/article/view/29566>
- Norris, F.H., Stevens, S.P., Pfefferbaum, B., Wyche, K.F., & Pfefferbaum, R.L. (2008). Community Resilience as a Metaphor, Theory, Set of Capacities, and Strategy for Disaster Readiness. *American Journal of Community Psychology*, 41(1), 127-150. <https://doi.org/10.1007/s10464-007-9156-6>
- Palacios, F. (2020). *La participación y rol de las mujeres de sectores populares en ollas comunes*. Universidad de Las Américas.
- Palomino, M. (2021). *Ollas comunes en Lima: Solidaridad en la comunidad*. Instituto Bartolomé de Las Casas. <https://bcasas.org.pe/articulo-ollas-comunes-en-lima-solidaridad-en-la-comunidad/>
- Pérez, A. (2021). El conflicto capital-vida: aportes desde los feminismos. *Revista Trabalho Necessário*, 19(38), 54-66. <https://doi.org/10.22409/tn.v19i38.45907>
- Pistrang, N., & Barker, C. (2012). Varieties of qualitative research: A pragmatic approach to selecting methods. En H. Cooper (Ed.), *APA handbook of research methods in psychology. Volume 2: Research designs: Quantitative, qualitative, neuropsychological, and biological* (pp. 5-18). American Psychological Association.
- Portilla, E. (2013). *Los comedores populares de Lima como espacios de negociación* [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional de la PUCP.
- Romio, S., Rivera-Holguín, M., Delmotte, C., Arenas, E., Grard, C., y Piccoli, E. (2022). Resiliencia y memorias en Perú durante la pandemia: innovaciones y continuidades en barrios y comunidades. *Debates en Sociología*, 55, 5-33. <https://doi.org/10.18800/debatesensociologia.202202.001>
- Russo, M. (2007). *La maternidad como excusa. Participación política y social de mujeres jefas de Comedores en una villa de la Ciudad de Buenos Aires*. VII Jornadas de Sociología, Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Buenos Aires.
- Sanchis, N. (2020). *El cuidado comunitario en tiempos de pandemia... y más allá*. Asociación Lola Mora, Red de Género y Comercio.
- Sandoval-Díaz, J., Vega-Ortega, J., Navarrete-Valladares, C., Suazo-Muñoz, C., y Gallegos-Riquelme, J.P. (2024). Resiliencia Comunitaria frente a Incendios Forestales: Impactos, Obstáculos, Factores Promotores y Estrategias de Afrontamiento. *Psykhē*, 33(2). <https://ojs.uc.cl/index.php/psykhe/article/view/86408>
- Wagon, M. (2023). Yo cuido, tú cuidas, ¿él cuida? Reflexiones en torno a la desigualdad de género y la organización social del cuidado. *Revista Clepsydra*, 25, 173-189. <https://doi.org/10.25145/j.clepsydra.2023.25.10>
- Willig, C. (2013). *Introducing qualitative research in psychology* [Introducción a la investigación cualitativa en psicología] (3rd ed). McGraw Hill Education.

Fecha de recepción: 15 de agosto de 2025

Fecha de aceptación: 10 de noviembre de 2025