

**La resiliencia como resistencia:
La salud mental y el bienestar en los derechos humanos**

Una nueva serie de [openGlobalRights](#) que saldrá a la luz el 7 de abril, Día Mundial de la Salud

“Cuidar de mí misma no es un lujo. Es un acto de autopreservación y, por ello, un acto de guerra política”. - Audre Lorde

La labor de los defensores de derechos humanos puede ser peligrosa, ya sea que trabajen dentro de su propia comunidad o con otros. Además de los peligros físicos que pueden enfrentar al revelar los abusos, pueden experimentar aflicciones emocionales por su trabajo para poner fin a la violencia, la persecución, la pobreza extrema y la injusticia.

Al ser testigos directos de las violaciones de derechos humanos o escuchar sobre ellas de segunda mano, los defensores suelen estar expuestos al trauma y al sufrimiento humano; esto puede tener graves efectos para su salud mental. Un creciente cuerpo de investigación indica que, si bien muchos defensores de derechos humanos encuentran inspiración y sentido en su trabajo, también corren el riesgo de sufrir depresión, ansiedad y trastorno de estrés postraumático (TEPT).

A menudo, la salud mental y el bienestar de los defensores han sido descuidados por las organizaciones de derechos humanos, los financiadores y los defensores mismos. Sin embargo, en épocas recientes, los activistas y los profesionales de la salud mental han comenzado a darle más atención al tema, explorando qué riesgos enfrentan los defensores y cómo podrían mitigarse. Cada vez más, las organizaciones de derechos humanos buscan impulsar la resiliencia y la creatividad de su personal y sus beneficiarios. Cada vez más, los defensores perciben su propio bienestar como un imperativo para los movimientos duraderos.

Para avanzar en esta discusión de vital importancia, [openGlobalRights](#) publicará y traducirá una serie de ensayos de 1,000 palabras escritos por destacados académicos, financiadores y profesionales de los campos de las ciencias sociales, la psicología y los derechos humanos de todo el mundo.

En esta serie, colaborarán como editores invitados: [Fred Abrahams](#), [Fareh Al-Muslimi](#), [Sarah Knuckey](#), [Douglas Mawadri](#), [Lucia Nader](#) y [Meg Satterthwaite](#).

La serie examinará una variedad de temas y preguntas críticos, entre ellos:

- las investigaciones realizadas hasta la fecha acerca de los efectos del trabajo de derechos humanos sobre la salud mental;

- las lecciones extraídas de los estudios sobre los corresponsales de guerra, los profesionales médicos, los trabajadores humanitarios y otros;
- las maneras en que las experiencias o las condiciones de trabajo específicas, como en conflictos armados, con temas LGBTQ o con problemas de violencia sexual, pueden tener efectos únicos en la salud mental;
- los obstáculos a la promoción de la salud mental y el bienestar en el campo de los derechos humanos;
- las alternativas a la “salud mental” como marco para entender el bienestar y la resiliencia de los defensores;
- los vínculos entre el trauma directo de las víctimas y el trauma secundario de los defensores;
- los vínculos entre la justicia económica y el bienestar de los defensores, incluidos sus derechos laborales y sus necesidades básicas;
- la interrogante de si enfocarse en los defensores los privilegia en detrimento de los demás;
- las interconexiones entre la seguridad física, emocional y digital (conocida como “seguridad integral”);
- los enfoques innovadores sobre el bienestar planteados por feministas y promotores de las cuestiones de género y los enfoques multidisciplinares sobre el empoderamiento y el bienestar;
- las estrategias para prevenir y aliviar los efectos nocivos;
- los factores que pueden aumentar la resiliencia y el bienestar de los defensores;
- las políticas que podrían implementar las organizaciones para apoyar a su personal;
- los consejos prácticos para que los activistas e investigadores puedan realizar su trabajo de manera eficaz y sostenible a largo plazo; y
- las historias personales de los defensores sobre cómo sobrellevan el estrés y el TEPT.

Los artículos se publicarán en la página principal de [openDemocracy](#) y se organizarán en una página exclusiva de openGlobalRights. Además, openGlobalRights fomentará con determinación el debate a través de sus redes sociales en varios idiomas.

La mayoría de los artículos se publicarán en dos o más idiomas, y **los autores que viven en los países del Sur Global pueden recibir hasta \$250 dólares estadounidenses por sus artículos publicados.** Todos los autores pueden volver a publicar sus textos a voluntad, bajo la [licencia Creative Commons](#).

Lo invitamos a enviar sus contribuciones sobre estos y otros temas relacionados. Los autores deberán enviar sus borradores a [Archana Pandya, Editora en Jefe de openGlobalRights](#). Los artículos pueden ser de hasta 1,000 palabras con hipervínculos a fuentes abiertas, en lugar de notas al pie, y un lenguaje sencillo y ampliamente accesible, con una cantidad mínima de términos técnicos. Favor de

explicar los conceptos estadísticos que sean necesarios. Se pueden incluir hasta dos imágenes, gráficas o tablas. Le pedimos que consulte nuestras pautas generales para los autores, disponibles [en línea aquí](#), antes de enviar su artículo.

Acerca de openGlobalRights

[openGlobalRights](#) (oGR) es un foro multilingüe en línea para debatir cuestiones de política y estrategia de derechos humanos. Actualmente está alojado como una sección del sitio web de [openDemocracy](#) (oD), basado en Londres, el cual recibe 750,000 visitantes únicos al mes. oGR recibe apoyo de la Ford Foundation, la Universidad de Minnesota, las Open Society Foundations y la Universidad de Ottawa. Desde su lanzamiento en junio de 2013, ha publicado más de 1,300 artículos breves y traducciones en 23 idiomas, y ha puesto en marcha [16 debates vigentes](#). Estos han sido consultados más de 2.7 millones de veces por más de 440,000 lectores en 140 países y se han compartido ampliamente en las redes sociales de OGR en varios idiomas.