
This is the **published version** of the master thesis:

Dueñas Flores, Gabriela; Panhofer, Heidrun , dir. (Universitat Autònoma de Barcelona.). La danza nos refugia: intervenciones de Danza Movimiento Terapia en Puerto Rico con sobrevivientes del huracán María. 2025. 69 pag. (Màster en Dansa Moviment Teràpia)

This version is available at <https://ddd.uab.cat/record/309125>

under the terms of the  license

Universitat Autònoma de Barcelona
Máster en Danza Movimiento Terapia

Trabajo final de máster

La danza nos refugia: Intervenciones de Danza Movimiento Terapia
en Puerto Rico con sobrevivientes del huracán María

Gabriela Dueñas Flores
Tutora: Heidrun Panhofer
Seleccionado para la revista *Psicología(s)*

Resumen

El artículo presenta una investigación práctico-interventiva, con el objetivo de explorar la posible resignificación emocional, cognitiva y física en sobrevivientes en Puerto Rico del huracán María a través de talleres de Danza Movimiento Terapia (DMT) basados en enraizamiento. Se contactaron en distintos puntos de la isla a cuatro organizaciones sin fines de lucro, que permitieron reunir participantes con diversas experiencias del huracán. Cada intervención incluyó dos talleres de DMT enfocados en el arraigamiento a nivel individual y relacional. Se recopilaron datos antes y después de los talleres mediante dibujos de figuras humanas y listas de palabras asociadas con sus experiencias con el huracán. Posterior a los talleres, la representación corporal en los dibujos pasó a ser más completa y el lenguaje se inclinó hacia la resiliencia, reconstrucción y comunidad. El estudio destaca el potencial de la DMT y el arraigamiento como herramientas para intervenciones en contexto de post-desastre climático. Entre las limitaciones de la investigación se encuentran el tamaño reducido de la muestra, la brevedad del proceso y el posible sesgo derivado del rol de la investigadora como facilitadora y analista de datos. Estos factores abren camino a futuras investigaciones con un alcance más amplio y metodologías que minimicen sesgos.

Palabras clave: Danza Movimiento Terapia, enraizamiento, huracán, trauma, resignificación

Resum

L'article presenta una investigació pràctic-interventiva amb l'objectiu d'explorar la possible resignificació emocional, cognitiva i física en supervivents de l'huracà Maria a Puerto Rico mitjançant tallers de Dansa Moviment Teràpia (DMT) basats en l'arrelament. Es va contactar amb quatre organitzacions sense ànim de lucre, que van permetre reunir participants amb diverses experiències de l'huracà. Cada intervenció va incloure dos tallers de DMT centrats en l'arrelament a nivell individual i relacional. Es van recopilar dades abans i després mitjançant dibuixos de figures humanes i llistes de paraules associades amb les seves experiències amb l'huracà. Després dels tallers, la representació corporal en els dibuixos va esdevenir més completa i el llenguatge es va inclinar cap a la resiliència, la reconstrucció i la comunitat. L'estudi destaca el potencial de la DMT i l'arrelament com a eines per a intervencions en context de post desastre climàtic. Entre les limitacions de la investigació es troben la mida reduïda de la mostra, la brevetat del procés i el possible biaix derivat del rol de la investigadora com a facilitadora i analista de dades. Aquests factors obren el camí a futures investigacions amb un abast més ampli i metodologies que minimitzin biaixos.

Paraules claus: Dansa Moviment Teràpia, arrelament, huracà, trauma, resignificació

Abstract

The article presents a practice-based intervention study aimed at exploring the possible emotional, cognitive, and physical re-signification in survivors of Hurricane Maria in Puerto Rico through Dance Movement Therapy (DMT) workshops based on grounding. Four non-profit organizations were contacted, allowing for the gathering of participants with diverse hurricane-related experiences. Each intervention included two DMT workshops focused on individual and relational grounding. Data was collected before and after through human figure drawings and word lists associated with their hurricane experiences. After the workshops, body representation in the drawings became more complete, and the language shifted towards resilience, reconstruction, and community. The study highlights the potential of DMT and grounding as tools for post-disaster climate interventions. Among the study's limitations are the small sample size, the short duration of the process, and the potential bias stemming from the researcher's dual role as facilitator and data analyst. These factors open the door to future research with a broader scope and methodologies that minimize biases.

Key words: Dance Movement Therapy, grounding, hurricane, trauma, resignification

Introducción

Un cuerpo humano que vive en Puerto Rico experimenta diariamente el calor, la humedad en la piel y la cercanía del mar. Durante seis meses al año también enfrenta la posibilidad de un huracán.

Ya desde los tiempos de los taínos y otros grupos indígenas del Caribe, la vivencia de los huracanes estaba elaborada en su mitología (Durán Berrios, 2016). Los taínos llamaban al fenómeno: “juracán” como dios representativo del mal por su fuerza destructora a través del viento y el agua. Este dios era representado a través de una serpiente o brazos gigantes en formas de espirales o remolinos haciendo alusión a su movimiento rotativo (Miner Solá, 2002). Con el paso del tiempo y enfrentándonos al cambio climático, hoy hay estudios que señalan que los huracanes progresivamente serán más frecuentes y de mayor capacidad destructora (Holland & Bruyère, 2014).

Esta realidad ya se está viviendo en Puerto Rico. En septiembre del 2017, la isla fue azotada por dos huracanes con apenas dos semanas de diferencia: el huracán Irma que llegó el 6 de septiembre y el huracán María el 20 de septiembre. Este último que se considera el más devastador en la historia reciente de Puerto Rico, tocó tierra como categoría 4, según la escala Saffir Simpson del National Hurricane Center, con vientos de 155 millas por hora y ráfagas de hasta 210 millas por hora (J. Pasch et al., 2023). Además, dejó grandes acumulaciones de lluvia que provocaron inundaciones, deslizamientos de tierra y devastadoras crecidas de ríos (Oficina Central De Recuperación, Reconstrucción Y Resiliencia. s.f.). Tras su paso, Puerto Rico enfrentó una catástrofe con consecuencias sanitarias, económicas y sociales (Nina-Estrella, 2019). Fue un evento profundamente disruptivo para la población puertorriqueña, interrumpiendo los servicios de energía eléctrica, agua potable, telecomunicaciones e internet, y limitando el acceso a

servicios médicos, alimentos y gasolina a través de toda la isla (Muñoz, 2018). Dos meses después del evento, la gran mayoría de los habitantes continuaban sin servicio de luz eléctrica, y en muchos sectores de la isla no se restauró hasta el año siguiente (Lu & Alcantara, 2018; Campissi & White, 2018). Inicialmente, el gobierno puertorriqueño reportó 64 muertes causadas por el huracán. Sin embargo, un estudio independiente publicado en el New England Journal of Medicine (2018), estimó una cifra de 4,645 muertes (Kishore et al., 2018). Por último, se produjo una ola migratoria histórica, con una salida estimada de 195, 957 personas de la Isla entre los meses de septiembre y diciembre de 2017, según la Oficina del Censo de Estados Unidos (Schachter & Bruce, 2020). Sin embargo, en esta cifra se pueden encontrar personas que regresaron posteriormente (Schachter & Bruce, 2020).

Un evento con el potencial destructivo de un huracán tiene vinculación con una elevada posibilidad de vivir ansiedad, depresión, síntomas somáticos y trastorno de estrés post traumático para quienes han sido expuestos (Leon, 2004). Estos eventos están ligados a la pérdida; se vive la pérdida de materiales y/o vivienda, pero también se puede sentir la pérdida de seguridad en el propio cuerpo y, por ende, una agudización en el sentido de la vulnerabilidad (Muñoz, 2018). Para entender el malestar generado por el huracán María, se han realizado diversas investigaciones que han mostrado que el impacto del evento produjo síntomas de estrés post traumático, ansiedad y depresión, tanto en los que se quedaron en la Isla como los que salieron o migraron en los meses posteriores (Scaramutti et al., 2019; Schwartz et al., 2022; Hodges et al. 2023; Macias et al., 2021).

Ante un evento disruptivo como este y la gran posibilidad de más fenómenos similares en el futuro, la presente investigación propone la Danza Movimiento Terapia (DMT) y la herramienta del enraizamiento (traducido del concepto “grounding” en inglés (De Tord &

Bräuninger, 2013)) como intervenciones para personas sobrevivientes de un desastre climático, en este caso de un huracán.

En los estudios sobre el trauma, se entiende que sus efectos se sienten mayormente en el cuerpo (Ogden et al., 2006) por lo que las intervenciones que incorporan el movimiento físico brindan un espacio para tomar conciencia y elaborar la memoria traumática (Levine & Land, 2016). En sí esto es lo que puede ofrecer la DMT. Según Panhofer (2005), “La DMT es una especialidad en psicoterapia que utiliza el movimiento como un proceso para promover la integración emocional, cognitiva y física del individuo” (p.50). Por otro lado, el enraizamiento es un concepto utilizado en la DMT y otras terapias que incluyen el cuerpo en su intervención (Engelhard et al., 2021). Este concepto expresa la presencia psico-física en el presente (“aquí y ahora”) en relación al apoyo emocional y físico de la conexión con el suelo y se entiende que las intervenciones basadas en enraizamiento pueden proveer conciencia y regulación emocional (Pitluk et al., 2021). La falta de enraizamiento o desenraizamiento se manifiesta en mayores dificultades emocionales, desconexión con el cuerpo y poca adaptación a la realidad (De Tord & Bräuninger, 2013).

La pregunta que guió esta intervención fue, entonces, ¿Qué resignificaciones de integración emocional, cognitiva y física (en el sentido de presencia psico-física y conexión con el suelo) se evidencian al exponer a personas que experimentaron el huracán María a una intervención de DMT con énfasis en enraizamiento individual y relacional? Por ende, el objetivo de las intervenciones fue identificar resignificaciones, si algunas, de integración emocional, cognitiva y física en personas sobrevivientes del huracán María que participaron en las intervenciones de DMT con énfasis en enraizamiento individual y relacional.

Metodología

Para este estudio, se utilizó el siguiente procedimiento que duró dos días: en el primer día los participantes contestaban un cuestionario inicial que tenía el propósito de entender su contexto ante el huracán. El cuestionario consistía de cinco preguntas cerradas, dos de ellas con la opción de explicar sus respuestas. Además, cada participante realizaba un dibujo de una figura humana y generaba una lista de palabras que expresara lo que sintieron antes, durante y después del huracán. Una vez completado el cuestionario, el dibujo y las listas de palabras, a los participantes se les proveía un taller de DMT con énfasis en enraizamiento individual. En el segundo día, se les ofrecía otro taller de DMT con énfasis en enraizamiento relacional. Posterior al segundo taller, cada participante volvía a generar un dibujo de una figura humana y una lista de palabras que expresaran lo que sintieron antes, durante y después del huracán. La comparación de los dibujos y las listas de palabras que se generaron antes y después de los talleres fue lo que permitió identificar las resignificaciones de los participantes frente a la experiencia del huracán María y, por ende, los posibles efectos de los talleres de DMT.

El trabajo realizado se enmarca por un diseño cualitativo tipo práctico-interventivo basado en la teoría de constructos personales de George Kelly (1955). Esta teoría parte de la idea de que las personas interpretan el mundo a partir de sus aprendizajes y experiencias previas, construyendo así su realidad a través de un sistema de constructos personales. Es decir, la experiencia es una construcción personal que puede pasar por transformaciones y resignificaciones cuando se expone a nuevas vivencias (Botella & Feixas, 1998). Por ende, las intervenciones de DMT se desarrollaron para proveer un espacio donde los participantes tuvieran

la oportunidad de vivir nuevas experiencias corporales, abriendo paso a la reconstrucción y resignificación emocional, cognitiva y física de sus constructos relacionados al huracán María.

Para reclutar participantes e identificar espacios donde se ofrecieran los talleres, se contactaron diversas organizaciones comunitarias y sin fines de lucro en distintos municipios de la Isla de Puerto Rico. Las organizaciones que confirmaron su interés en colaborar, ofreciendo tanto el espacio para los talleres como un grupo de participantes fueron: Programa de Educación Comunal de Entrega y Servicio (PECES) en Humacao, Mujeres de Isla en Culebra, Techos Pa' mi Gente en San Juan y Comunidad Organizada de San Salvador en Caguas. La organización PECES organizó un grupo de participantes de nueve mujeres de la tercera edad. Mujeres de Isla proveyó dos participantes mujeres. Techos Pa' mi Gente, a través de la escuela superior Central High School, convocó un grupo de cinco participantes adolescentes entre 14 y 17 años, dos de ellos de género masculino y tres de género femenino. Por último, la Comunidad Organizada de San Salvador aportó ocho participantes adultos, los cuales siete eran de género femenino y uno de género masculino.

Se diseñaron dos talleres de DMT utilizando el enraizamiento como herramienta principal, cada uno con una duración de una hora y media. Estos dos talleres se dividieron en dos días. El primer día tuvo un enfoque de enraizamiento individual con el objetivo de crear una conexión de cada participante con su presente a través de la conciencia corporal. Se realizaron ejercicios de respiración consciente, atención a los cinco sentidos y de movimientos guiados de los pies sobre el suelo. Se iniciaba pidiéndole a los participantes que colocaran sus manos en su pecho o abdomen para tomar una serie de respiraciones con la opción de cerrar los ojos. Luego se les invitaba a ir prestando atención a lo que observaban de su alrededor, los sonidos que se escuchaban, el tacto de las manos en el cuerpo, el sabor que reconocieran en el momento y el

olor del espacio. Seguido a esto, se invitó a tomar conciencia de los pies sobre el suelo e irlos moviendo y desplazando por el espacio en distintas velocidades. En el segundo día, hubo énfasis en el enraizamiento relacional (De Tord & Bräuninger, 2013), comenzando por los ejercicios iniciales del día anterior y luego añadiendo el componente de interacción grupal a través del movimiento en círculo, acompañado por la música del género afropuertorriqueño de la bomba con los ritmos de yubá y sicá. Se seleccionaron estos ritmos porque, según la experiencia de la investigadora, invitan a pisar con más firmeza. En la formación del círculo, se les invitaba a pisar al ritmo de la música de forma unísona para crear una cohesión grupal. Más adelante, manteniendo la formación del círculo, se hacía un ejercicio de espejo donde por turno, cada participante en el círculo proponía movimientos al ritmo de la música para que el resto del grupo siguiera.

La bomba es un género musical y de danza originado en el siglo XVI, que nació bajo la necesidad de expresión comunitaria entre los esclavos y ha sido históricamente símbolo de resistencia cultural en Puerto Rico (Rivera & Vélez Peña, 2019). Según De Tord & Bräuninger (2013), los ritmos africanos que contienen percusión pueden ser adecuados para invitar al contacto de los pies con el suelo y la conexión grupal, así brindando una experiencia compartida. Además de facilitar la interacción colectiva, la incorporación de la bomba ofreció la oportunidad a los participantes de reconectar tanto con sus raíces culturales como con su corporalidad.

Antes de iniciar el primer taller, se entregó una hoja de consentimiento informado donde se explicaban los objetivos de la investigación, la confidencialidad de los datos recogidos y la opción de consentir o no a formar parte del estudio. Luego, se les proporcionó un cuestionario para recopilar información sobre sus experiencias y pérdidas luego del huracán María. El cuestionario estuvo compuesto por cinco preguntas cerradas, con la posibilidad de complementar

abiertamente la primera y la última pregunta. Las preguntas iban dirigidas a establecer si cada participante estuvo en su casa durante el huracán, si tuvo pérdidas materiales, si tuvo familiares o seres queridos que salieron de Puerto Rico tras el huracán y si sufrió la pérdida de familiares o seres queridos. La última pregunta iba dirigida a identificar el reconocimiento de cada participante de cambios en sus reacciones emocionales ante el aviso de una tormenta o huracán.

Adicionalmente, para generar datos se invitó a cada participante a que generara un dibujo de una figura humana y a elaborar una lista de palabras sobre lo que sintió o asoció con el antes, durante y después del huracán. Ambas herramientas fueron utilizadas antes del primer taller y luego del segundo taller para luego evaluar las resignificaciones transcurridas antes y después de los talleres de DMT.

Según Pérez (2010), el test del dibujo de la figura humana es una técnica utilizada por parte de psicólogos y pedagogos para generar información sobre la persona que está ejecutando el dibujo. Según Koppitz (2000), de esta información se puede divisar el estado interior de la persona en un momento dado. Además, según Hammer (2005) a través del dibujo se puede apreciar cómo la persona se auto visualiza en momentos del día a día o en un momento traumatizante. Para generar el dibujo, se les facilitó una hoja en blanco y un lápiz a los participantes con un límite de tiempo de 10 minutos bajo las instrucciones: “Dibuja una persona de la mejor manera que puedas.” La técnica proyectiva de HTP (House-Tree-Person) de John Buck (1948) sirvió como referencia para el análisis, enfocándose en aspectos como el tamaño y la proporción de la figura, el tipo de trazo, la simetría, la perspectiva y los detalles omitidos o añadidos.

La lista de palabras (Martín, 2014) se utilizó como otro recurso que ayudaría a conocer la experiencia y las emociones de los participantes antes, durante y después del huracán. Para

evaluar y analizar las palabras generadas, se utilizó el análisis de contenido cualitativo de Mayring (2000) para identificar patrones y temas dominantes.

La dimensión ética del diseño fue atendida con la explicación del objetivo del estudio a los participantes, la descripción de los objetivos de la investigación, la confidencialidad de los datos recogidos y la opción de consentir o no a formar parte del estudio en cualquier momento del proceso. Esto se hizo tanto por escrito en el consentimiento informado antes del inicio de la intervención como verbalmente antes de iniciar los talleres. De particular relevancia en la dimensión ética de la intervención fue el hecho de que la misma persona que diseñó la intervención con los participantes, realizó los talleres e interpretó los resultados. En el diseño original de la metodología, las intervenciones con los participantes las iba a hacer una danza movimiento terapeuta, para así abonar a una mayor imparcialidad en el análisis de datos de este estudio. Por razones de tiempo, esto no se logró y la autora del estudio realizó los talleres. El hecho de que la misma persona que ofreció los talleres fue quien analizó los resultados, creó un dilema moral particularmente al momento de la interpretación de los resultados. Consciente de este sesgo, se intentó la mayor imparcialidad posible para no perjudicar el análisis de datos.

Análisis de Datos

Para agrupar los datos provistos por los participantes, se crearon tres categorías o tres niveles de riesgo de vulnerabilidad emocional: verde (bajo riesgo) amarillo (riesgo medio) y rojo (alto riesgo). Los participantes que respondieron afirmativamente a tres o más preguntas del cuestionario relacionadas con pérdidas materiales y personales, familiares que se mudaron de Puerto Rico luego del huracán y cambios emocionales a los avisos de tormenta o huracanes, fueron ubicados en el grupo rojo. Los participantes que respondieron afirmativamente dos veces

en el cuestionario, fueron ubicados en el grupo amarillo, mientras que los participantes que respondieron “sí” una sola vez o menos entraron en el grupo verde.

En total participaron 25 personas. En el grupo verde (bajo riesgo) se ubicaron ocho participantes, de los cuales un participante no completó el dibujo de la figura humana y no volvió al segundo taller. En el grupo amarillo (riesgo medio) se ubicaron nueve participantes, de los cuales tres no volvieron al segundo taller. Finalmente, en el grupo rojo (alto riesgo) se ubicaron ocho participantes, de los cuales todos estuvieron presentes en ambos talleres. Aunque la mayoría de los participantes no indicaron su edad en el cuestionario, cinco participantes que se reclutaron fueron adolescentes y nueve participantes eran de la tercera edad. Del grupo de adolescentes, uno se clasificó dentro del grupo verde, dos dentro del grupo amarillo y dos dentro del grupo rojo. Esto sugiere que, en la adolescencia, la edad no es un factor que influye en las resignificaciones de la integración emocional, cognitiva y física. En el grupo de tercera edad, la mitad de los participantes clasificó dentro del grupo rojo, lo cual sugiere que, en este grupo, la edad sí influyó en la resignificación. Cabe destacar que cuatro participantes respondieron en el cuestionario que no estuvieron presentes en Puerto Rico durante el huracán María. Estos participantes se distribuyeron entre el grupo verde y amarillo. El hecho de que ninguno clasificó dentro del grupo rojo, apoya la conclusión de que los participantes que vivieron el huracán estando en Puerto Rico, tenían mayor riesgo de vulnerabilidad emocional que los participantes que no estuvieron presentes.

La decisión de agrupar los participantes en distintos grupos de riesgo después del huracán, permitió analizar el impacto de los talleres de Danza Movimiento Terapia según el nivel de vulnerabilidad emocional de cada grupo. A partir de esta clasificación, se llevó a cabo un análisis comparativo de los dibujos y las listas de palabras creadas por los participantes, antes y

después de los talleres. A continuación, un desglose tabular de la agrupación de participantes por nivel de riesgo.

Tabla 1: Categoría de riesgo - Grupo Verde

| Participante | Municipio | Presente en la casa | Pérdidas materiales | Mudanza de familia o ser querido | Pérdida de familiar o ser querido | Cambio emocional ante aviso de huracán | Presente en los 2 talleres |
|--------------|-----------|---------------------|---------------------|----------------------------------|-----------------------------------|--|----------------------------|
| Verde 1 | Culebra | No-casa de amigo | No | No | No | No | Sí |
| Verde 2 | Humacao | No-Nueva Jersey | Sí | No | No | No | Sí |
| Verde 3 | Humacao | Sí | No | No | No | Sí-Más alerta a los avisos y me preparo con tiempo | Sí |
| Verde 4 | Caguas | Sí | No | No | No | No | Sí |
| Verde 5 | Caguas | No-casa de hermana | No respondió | Sí | No | No | Sí |
| Verde 6 | Guaynabo | No-E.E. U.U | No | No | No | Sí-Más alerta | Sí |
| Verde 7 | Caguas | Sí | Sí | No | No | No | No |
| Verde 8 | San Juan | No-casa de abuela | Sí | No | No | No | Sí |

Tabla 2: Categoría de riesgo - Grupo Amarillo

| Participante | Municipio | Presente en la casa | Pérdidas materiales | Mudanza de familia o ser querido | Pérdida de familiar o ser querido | Cambio emocional ante aviso de huracán | Presente en los 2 talleres |
|--------------|---------------|---------------------|---------------------|----------------------------------|-----------------------------------|--|----------------------------|
| Amarillo 1 | Humacao | Sí | Sí | No | No | Sí-Siento miedo que vaya a ocurrir lo mismo | No |
| Amarillo 2 | Humacao | No-casa de hijo | Sí | No | No | Sí-Miedo, inseguridad, preocupación por lo que pasará | Sí |
| Amarillo 3 | Humacao | No-casa de hija | Sí | No | No | Sí-Mi perspectiva cuando viene la temporada de huracanes | Sí |
| Amarillo 4 | Culebra | No-E.E. U.U | Sí | No | No | Sí- De estar más preparada en la forma de comunicación, como satellite phone | No |
| Amarillo 5 | Caguas | Sí | No | Sí | No | Sí-Estar más atenta a los boletines | Sí |
| Amarillo 6 | Caguas | Sí | Sí | No | No | Sí-Estoy preparada a tiempo, con todo lo que cubre las necesidades básicas | No |
| Amarillo 7 | Caguas | Sí | Sí | No | No | Sí-Pienso en la preparación | Sí |
| Amarillo 8 | Carolina | No-Panamá | Sí | Si | No | Si-Mis preocupaciones | Sí |
| Amarillo 9 | Trujillo alto | No-casa de abuelos | Sí | No | No | Sí-Me da miedo que se vaya la luz | Sí |

Tabla 3: Categoría de riesgo - Grupo Rojo

| Participant e | Municipio | Presente en la casa | Pérdidas materiales | Mudanza de familia o ser querido | Pérdida de familiar | Cambio emocional antes aviso de huracán | Presente en los 2 talleres |
|---------------|---------------|------------------------------------|---------------------|----------------------------------|---------------------|--|----------------------------|
| Rojo 1 | Naguabo | Sí | Sí | Sí | No | Sí-Con mucho nerviosismo | Sí |
| Rojo 2 | Humacao | No-Casa de hija | Sí | Sí | No | Sí-Nervios | Sí |
| Rojo 3 | Humacao | Sí | Sí | Sí | No | Sí-Me da mucha ansiedad | Sí |
| Rojo 4 | Humacao | No-Trabajando manejo de emergencia | Sí | Sí | No | Sí | Sí |
| Rojo 5 | Humacao | Sí | Sí | Sí | No | Sí-Nervios | Sí |
| Rojo 6 | Trujillo Alto | Sí | Sí | Sí | No | Sí-Ahora estoy más preocupado | Sí |
| Rojo 7 | Carolina | Sí | Sí | Sí | No | Sí-Ahora me preocupo, es decir, que estoy consciente de lo grave que puede ser | Sí |
| Rojo 8 | Caguas | Sí | Sí | Sí | No respondió | Sí-Quedar inerte, shock, lenta | Sí |

A partir de esta clasificación, se llevó a cabo un análisis comparativo de los dibujos y otro de las listas de palabras creadas por los participantes, antes y después de los talleres.

Análisis de los dibujos

El análisis de los dibujos de la figura humana se llevó a cabo mediante la técnica HTP (House-Tree-Person) (Buck, 2008). Se analizaron los dibujos generados antes (D1) y después (D2) de los talleres dentro de cada nivel de riesgo (verde, amarillo y rojo). Posteriormente, se realizó una comparación entre los tres grupos. Para el análisis se tomó en cuenta el tamaño y

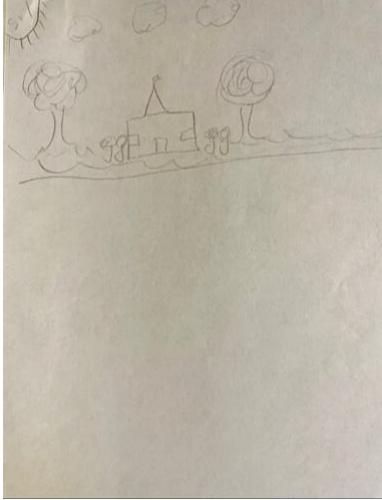
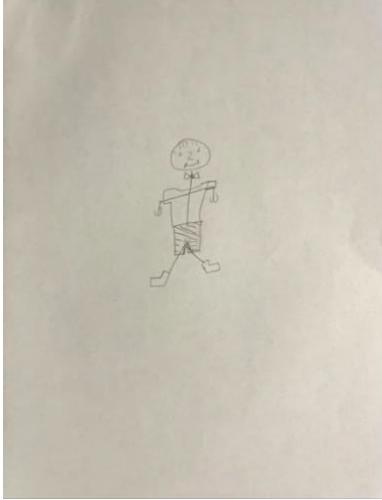
proporción de la figura, la perspectiva (ubicación de la figura en la hoja), el tipo de trazo (claridad en intensidad de las líneas) y los detalles u omisiones (presencia o ausencia de partes del cuerpo).

Grupo Verde

En los dibujos creados antes de los talleres (D1) predominaron líneas débiles y trazos asimétricos, con algunas figuras mostrando omisiones notables tal como manos, pies y orejas. Los tamaños de las figuras oscilaron entre 5-6 cm (figuras pequeñas) y 21 cm (figuras grandes). En cuanto a los detalles, predominó la ausencia de elementos como detalles en las manos y las pupilas. Por otro lado, la gran mayoría de figuras incluían sonrisas en el rostro. En cuanto a la perspectiva, se colocaban ligeramente hacia la derecha o izquierda.

En los dibujos generados después de los talleres (D2), se observó mejora en la simetría y claridad en las líneas, incluyendo pocas borraduras en comparación con los dibujos previos (D1). Las figuras se mostraron en mayor tamaño y mejor consistencia en las proporciones del cuerpo. Además, se añadieron elementos como detalles en la ropa, zapatos y accesorios, al igual que mayor presencia de los pies y las manos. En la perspectiva, los dibujos se encontraban un poco más centralizados en la hoja. Entre las particularidades destacadas del grupo, se encuentra el cambio del participante Verde 2, quien en la figura D1 realizó una casa y para la figura D2 realizó una figura humana. Por otro lado, el participante Verde 3 generó en la figura D1 una persona del sexo masculino y en el D2 una persona del sexo femenino.

El grupo de bajo riesgo mostró cambios consistentes en términos de detalles, simetría y el posicionamiento de las figuras tras el taller. Esto apunta hacia la posibilidad de que hubo una expresión emocional más abierta y un incremento de la conciencia corporal gracias a los ejercicios de arraigamiento proveídos en los talleres.

| | |
|--|---|
|  |  |
| <p><i>Ilustración 1: D1 de participante Verde 2</i></p>  | <p><i>Ilustración 2: D2 de participante Verde 2</i></p>  |

Grupo Amarillo

La mayoría de las figuras creadas antes de los talleres (D1) contenían trazos y líneas bastante bien marcadas, aunque en algunos casos se observaban líneas débiles y la presencia de borraduras. Los tamaños de las figuras oscilaron entre 5-6 cm (pequeños) y 21 cm (grandes). En cuanto a los detalles, se evidenció una ausencia frecuente de manos y pies, al igual que

inconsistencias en la representación de ropa. En la perspectiva, la mayoría de figuras se ubicaron hacia el lado izquierdo de la hoja y en algunos hacia la parte superior de la hoja.

Después de los talleres (D2), se observó mayor claridad en los trazos y líneas, al igual que una reducción en las borraduras y una mejora general en la simetría corporal de las figuras. La mayoría de las figuras mostraron aumento en sus tamaños, aunque hubo algunas que redujeron sus dimensiones. Hubo incremento en detalles decorativos en la ropa como botones, cinturones y accesorios. Además, se incluyeron elementos previamente omitidos, como orejas y pies. En cuanto a la perspectiva de las figuras se mostró una mayor centralización de las figuras en las hojas. Entre particularidades a destacar se encuentra la figura D2 del participante Amarillo 5 que incluyó un mensaje junto a su figura diciendo, “*Vamos ayudar, lo lograremos*” mientras que en la figura de su D1 había omitido las piernas. Además, el participante Amarillo 7 añadió en su D2 lo que parece ser un suelo bajo los pies de su figura.

El grupo de riesgo medio mostró cambios significativos entre sus figuras de D1 y D2, aunque algunas figuras se mantuvieron con proporciones inconsistentes especialmente en brazos y/o piernas, al igual que ciertas omisiones. Estos resultados podrían reflejar indicios de mayor conexión emocional con los eventos ocurridos después del huracán como se observa en la inclusión de una frase de acción comunitaria y resiliencia en la figura D2 del participante Amarillo 5. Aun así, la persistencia en desproporciones del cuerpo y omisiones puede ser indicativo del nivel de vulnerabilidad emocional de ciertos participantes del grupo tras los eventos del huracán. Cabe destacar que en este grupo hubo tres participantes que no volvieron al segundo taller, por ende, no se pudo evaluar la posible evolución de sus figuras.



Ilustración 5: D1 de participante Amarillo 5



Ilustración 6: D2 de participante Amarillo 5



Ilustración 7: D1 de participante Amarillo 7

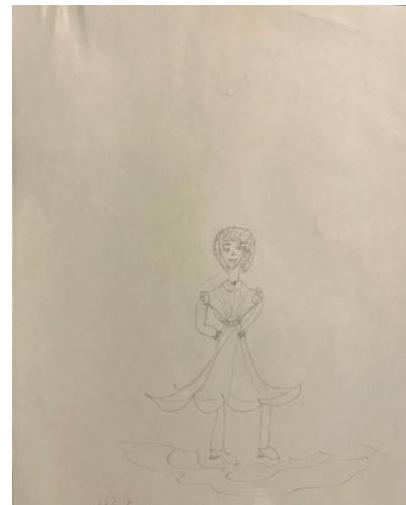


Ilustración 8: D2 de participante Amarillo 7

Grupo Rojo

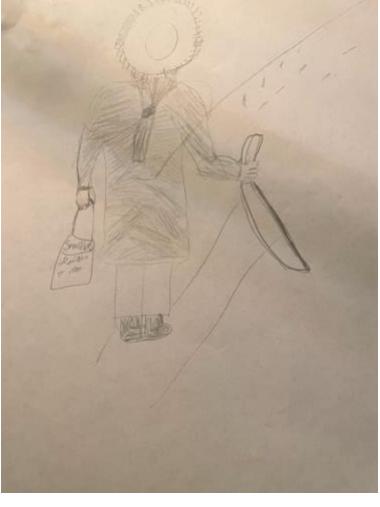
En los dibujos previos a los talleres (D1), el grupo rojo presentó una variedad de líneas, yendo desde trazos débiles y poco definidas hasta bien marcadas. Algunos contienen pocas borraduras, mientras que otros no presentan correcciones. En la mayoría de las figuras, la simetría es escasa. Los dibujos fluctuaron entre tamaños pequeños (4-7 cm) y medianos (16-24 cm), ubicándose una gran mayoría en la parte superior o izquierda de la hoja, mientras que otras

figuras presentan los pies en el borde inferior de la hoja. Las omisiones de manos, orejas, pies y detalles faciales son bastante frecuentes, al igual que hay poca presencia de ropa o detalles decorativos.

Luego de los talleres (D2), los trazos y las líneas cobraron mayor definición y claridad. Sin embargo, la simetría de las figuras se continuó mostrando limitada. En cuanto a los tamaños, algunos dibujos aumentaron en sus dimensiones y algunas figuras se centralizaron en su perspectiva. En los detalles se añadieron detalles en las extremidades y en la ropa, aunque en algunos casos continúan las omisiones. En particularidades a destacar se encuentra el caso del participante Rojo 4 que presenta en el D1 una figura incompleta y en D2 presenta una figura con más detalles incluyendo la presencia de cuello y piernas. Otro caso que sobresale es el caso del participante Rojo 8 donde en su primera figura (D1) muestra una figura con ojos cerrados y en el extremo izquierdo de la hoja, mientras que en la siguiente figura (D2) muestra una figura de espaldas como si estuviese en rumbo a un camino con un machete en una mano y un contenedor de semillas en la otra mano.

El grupo rojo, clasificado como el grupo de mayor riesgo emocional evidenció cambios en sus dibujos, aunque de forma más gradual y menos uniforme en comparación con los grupos verde y amarillo. La asimetría persistente, junto con la recurrente omisión de detalles, refleja la vulnerabilidad emocional y la dificultad de integrar las experiencias vividas tras el huracán María. Sin embargo, los cambios sutiles observados, como la adición de detalles en las extremidades y la ropa, así como la centralización de algunas figuras, indican una posible respuesta positiva a los talleres, que podría estar facilitando un proceso inicial de elaboración emocional y exploración de la conciencia corporal. En conclusión, aunque el grupo rojo mostró una evolución más lenta y menos consistente que los otros grupos, los cambios observados

apuntan a que los talleres facilitaron una apertura hacia la expresión emocional y un reconocimiento gradual del cuerpo, elementos que pueden ser esenciales para promover la resiliencia y la estabilidad emocional en futuros procesos.

| | |
|---|--|
|  |  |
| <i>Ilustración 9: D1 de participante Rojo 4</i> | <i>Ilustración 10: D2 de participante Rojo 4</i> |
|  |  |
| <i>Ilustración 7: D1 de participante Rojo 8</i> | <i>Ilustración 8: D2 de participante Rojo 8</i> |

Conclusiones del análisis comparativo de los dibujos:

Los tres grupos demostraron mejoras en los detalles, la simetría y el posicionamiento de las figuras tras los talleres. Esto sugiere que hubo un impacto positivo de los talleres de Danza Movimiento Terapia en los participantes, ayudándoles en la exploración emocional y la

proyección corporal. El grupo verde, siendo el de menor riesgo demostró una evolución más consistente en sus figuras, reflejando una posible mayor estabilidad emocional antes y después de los talleres. En el caso del grupo amarillo, se observaron cambios importantes, especialmente en la incorporación de detalles corporales y la inclusión de símbolos de apoyo comunitario. Esto sugiere un aumento en el sentido de la resiliencia y la proactividad. Sin embargo, se mantuvieron algunas inconsistencias en la proporción de las figuras junto a ciertos indicios de vulnerabilidad emocional. Mientras tanto, el grupo rojo, clasificado como el de mayor riesgo emocional, presentó una evolución más desorganizada. Aunque algunos participantes mostraron cambios notables, otros mostraron poca evolución en su segundo dibujo. Esto puede ser indicio de que los participantes en este grupo poseen una mayor dificultad de poder integrar el impacto emocional después del huracán María.

Análisis de palabras

Para el análisis de las listas de palabras se crearon varias categorías a partir de las palabras expuestas por los participantes. Se agruparon palabras primero en emociones dominantes y luego en tipos de acción. Las emociones dominantes resultaron ser ansiedad e incertidumbre, miedo y sensación de peligro y tranquilidad. Los tipos de acciones fueron tan variados que no permitió crear otras subcategorías. Estas categorías facilitaron el análisis dentro de cada grupo y luego permitieron generar una conclusión comparativa entre los tres grupos antes y después de los talleres.

Grupo verde

I. Antes del huracán

Antes de los talleres, el grupo verde plasmó en esta etapa las emociones predominantes de ansiedad e incertidumbre con palabras como “nervios”, “preocupación” y “perdí el apetito”.

Además, se incluyeron situaciones que envolvían peligro como, por ejemplo, "mi casa está en peligro" y "es un monstruo". Por otro lado, surgieron palabras que sugieren tranquilidad y control como, "calma", "protección" y "seguridad". Luego de los talleres, continuaron predominando palabras que caen dentro de las emociones predominantes de ansiedad e incertidumbre, sin embargo, surgieron más palabras dentro de la categoría acción como "llamadas", "preguntas" y "textos".

II. Durante el huracán

Antes de los talleres, las emociones predominantes de ansiedad e incertidumbre estuvieron presentes con palabras como, "confusión" e "intranquila". Se incluyeron situaciones de sensación de peligro como "¿Por dónde se metió tanta agua?" y "¿Habrá cerrado el cilindro de gas?". Sin embargo, se añadieron palabras que entraron en la categoría de tranquilidad como "calma" y "autocontrol". Luego del taller, si bien persisten el miedo y la ansiedad en la mayoría de las palabras, se observa una actitud más activa y reflexiva. Aparecen palabras relacionadas con la observación dentro de la categoría de acción, como "anotando todo lo que sucedía", "escuchar otras voces" y "contactos".

III. Después del huracán

Antes del taller las emociones predominantes de la categoría ansiedad e incertidumbre se hallaron en palabras como "ansiedad por falta de energía eléctrica" y "confusión". Además, se mencionaron situaciones concretas de miedo y sensación de peligro, como "Wow, se derrumbó y llegó cerca a la puerta de mi casa" y "Ver derrumbes y no poder pasar a mi casa". Por otro lado, se incorporaron palabras a la categoría de tranquilidad y control como "paz" y "calma". Luego del taller se observó una mayor inclinación hacia emociones y actitudes de superación dentro de la agrupación de palabras de tranquilidad como, por ejemplo, "resiliencia", "acción", "recaudar

fondos" y "aprendí". Sin embargo, persistieron emociones asociadas a la ansiedad e incertidumbre como "Desconfianza por la falta de energía" e "indefensa".

Tabla 4: Comparación de listas de palabras: Grupo Verde

| | Antes de los talleres | Después de los talleres |
|--------------------|--|--|
| Antes del huracán | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Nervios ● Perdí el apetito ● Preocupación <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Mi casa está en peligro por derrumbes ● Es un monstruo <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Calma ● Protección ● Seguridad | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Frustración ● Desconocimiento <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preparación ● Asegurar ● Feliz <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preguntas ● Llamadas ● Textos |
| Durante el huracán | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Confusión ● Intranquila <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Habrán cerrado el cilindro de gas ● ¿Por dónde se metió tanta agua? <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Calma ● Autocontrol | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Intranquilidad ● Preocupada <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Temor ● Miedo (mencionado varias veces) <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Anotando todo lo que sucedía en una libreta ● Contactos |

| | Antes de los talleres | Después de los talleres |
|---------------------|---|---|
| Después del huracán | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad por falta de energía eléctrica • Confusión <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ver derrumbes y no poder pasar a mi casa • Wow, se derrumbó y llegó cerca a la puerta de mi casa <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Paz • Calma | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Indefensa • Desconfianza por la falta de energía eléctrica <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Empatía • Resiliencia • Orientada |

Grupo Amarillo

I. Antes del huracán

Antes del taller, las palabras predominantes del grupo se centraban en las emociones de ansiedad e incertidumbre con palabras y frases como “tengo nervios” y “¿Qué va a pasar?”. Además, hubo muchas palabras asociadas a las acciones de preparación como, “recoger”, “asegurarse” y “chequear las ventanas”. Hubo un poco de mención de palabras que entraron en la categoría de tranquilidad y control como “tranquila” y “normal”. Después de los talleres persistieron las palabras asociadas a la ansiedad e incertidumbre, pero aparecen palabras de colaboración como “acomodar las áreas”, “dialogar con familiares” y “ayudar” dentro de la categoría de acción.

II. Durante el huracán

Antes del taller surgieron palabras relacionadas a las emociones de ansiedad e incertidumbre junto al miedo y sensación de peligro. Estuvieron muy presentes las palabras “miedo”, “pánico”, “desesperación” y las frases “Esto es horrible” y “temor de pérdidas humanas”. A estas palabras le acompañaron otras relacionadas a la acción como “sacar agua” y

“trabajando sacando agua de mi casa”. Luego de los talleres, se aprecia un cambio notable con la aparición de palabras relacionadas con tranquilidad, como “orar”, “dialogar con familiares y vecinos si todo está bien”, “esperar ver que todos estén bien”. Sin embargo, surgieron las preguntas “¿Qué pasará?” y “Qué quedará?”.

III. Después del huracán

Antes del taller surgieron las emociones predominantes de ansiedad e incertidumbre, haciendo énfasis en el impacto negativo del evento, con palabras como “desastre” y las frases “Cada vez que llega la temporada de huracanes siento miedo” y “Todo fue devastado”. Sin embargo, surgieron palabras que señalaban la resiliencia y la adaptación en acciones con frases como “Volver a empezar” y “Comienza la restauración”. Después de los talleres continuaron a surgir más palabras relacionadas a la acción comunitaria como “ayudar”, “reunir grupos”, “apoyarnos” y “asistir a otros”. Palabras relacionadas a la resiliencia siguen surgiendo como, “ver hacia el futuro” y “gratitud”. Sin embargo, persistieron palabras relacionadas a las categorías de ansiedad y miedo como “todavía ansiosa y con miedo”.

Tabla 5: Comparación de listas de palabras: Grupo Amarillo

| | Antes de los talleres | Después de los talleres |
|-------------------|--|---|
| Antes del huracán | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tengo nervios ● ¿Qué va a pasar? <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Recoger ● Asegurarse ● Chequear las ventanas <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tranquila ● Normal | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preocupación ● Incertidumbre ● Ansiedad <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Miedo (mencionado varias veces) ● Esto es horrible <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Acomodar las áreas ● Dialogar con familiares y vecinos si todo está bien |

| | Antes de los talleres | Después de los talleres |
|---------------------|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> • Orar |
| Durante el huracán | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Temor de pérdidas humanas y materiales • Ansiosa • Desesperación • Confusión <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Miedo (mencionado varias veces) • Intenso <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabajando sacando agua de mi casa • Sacar agua | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué pasará? • ¿Qué quedará? <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Paciencia • Tranquila • Estamos en casa <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dialogar • Observar hasta donde se pueda • Escuchar el viento y la lluvia |
| Después del huracán | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desesperación • ¿Cuándo volvemos? <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cada vez que llega la temporada de huracanes siento miedo • Todo fue devastado <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resiliencia • Adaptación • Comienza la restauración <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tenemos que ayudar • En la parroquia formamos grupos | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Todavía ansiosa y con miedo • ¿Por cuánto tiempo estaremos así? <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resiliencia • Gratitud • Ver hacia el futuro <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Empezar de nuevo • Reunir a grupos • Apoyarnos • Ayudar |

Grupo Rojo

I. Antes del huracán

Las palabras más presentes entraron en la categoría de ansiedad e incertidumbre y miedo y sensación de peligro con múltiples menciones de la palabra “ansiedad” y “miedo”. Las

menciones de palabras relacionadas a tranquilidad como “no tenía temor” y “confianza” fueron pocas. Luego de los talleres, continuaron las palabras asociadas a miedo y ansiedad, pero surgen palabras relacionadas a la preparación como “preparar la casa y los primeros auxilios” y “prevención”.

II. Durante el huracán

Antes de los talleres, las palabras se dirigían hacia las emociones de pánico y desesperación en las categorías de ansiedad e incertidumbre y miedo y sensación de peligro. Algunos ejemplos son, “pánico”, “nervios” e “impotencia ante la naturaleza”. No surgieron palabras relacionadas a la acción. Luego de los talleres, persistieron las emociones relacionadas al miedo y la ansiedad, pero surgieron unas palabras distintas como “orando” y “comprensión”, las cuales pueden señalar una actitud de reflexión ante la duración del fenómeno.

III. Después del huracán

En esta fase continuaron predominando las palabras asociadas al miedo e incertidumbre y miedo y sensación de peligro con la presencia de palabras como, “preocupación” y “desespero”. Además, se reflejaron frases indicativas del daño luego del huracán como “desolación”, “todo fue devastado” y “perdimos la cosecha”. A pesar de que persistieron las emociones de tristeza, temor y dolor, luego del taller aumentaron las palabras relacionadas a la resiliencia y la acción comunitaria como lo son “recoger escombros”, “restaurar”, “renacer” y “ayudar a otros”.

Tabla 6: Comparación de listas de palabras: Grupo Rojo

| | Antes de los talleres | Después de los talleres |
|---------------------|--|--|
| Antes del huracán | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ansiedad (mencionada varias veces) ● Incertidumbre ● Desvelo <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Miedo (mencionado varias veces) ● Dios mío que nada malo suceda y protéjanos de todo <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● No tenía temor ● Confianza | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preocupados porque no sabíamos qué iba a suceder ● Falta de sueño <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preparar la casa y los primeros auxilios ● Prevención |
| Durante el huracán | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pánico ● Preocupación ● Nervios ● Ansiedad (mencionado varias veces) ● Desvelo <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Miedo (mencionado varias veces) ● Impotencia ante la fuerza de la naturaleza | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preocupada (mencionado varias veces) ● Alerta ● Falta de sueño <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Miedo (mencionado varias veces) ● Asustada (mencionado varias veces) <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Orando ● Comprensión |
| Después del huracán | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preocupación ● Desespero <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Desolación ● Perdimos la cosecha ● Desastre <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Sentido de comunidad ● Valorar la vida | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preocupada por el desastre ● Incomunicada ● Vulnerabilidad <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tristeza (mencionado varias veces) ● Dolor <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Sentido comunitario ● Nueva percepción |

| | Antes de los talleres | Después de los talleres |
|--|---|---|
| | <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Empezar de nuevo ● Llimpiar/restaurar ● Sembrar | <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Recoger escombros ● Restaurar ● Renacer ● Ayudar a otros |

Conclusiones de las listas de palabras

Tras la observación y el análisis de la evolución en las listas de palabras, se puede apreciar que hubo cambios notables en los tres grupos después de participar en los talleres de DMT basados en enraizamiento. Los tres grupos demostraron mayor inclinación a palabras asociadas a la resiliencia y acción comunitaria en la segunda lista de palabras. Al igual que en el análisis del dibujo de la figura humana, se pudo observar que el impacto de los talleres varió según el nivel de vulnerabilidad emocional de cada grupo. Iniciando por el grupo verde, se presentó una evolución más consistente y homogénea en las palabras presentadas hacia la resiliencia. Mientras tanto, el grupo amarillo mostró cambios dirigidos hacia la acción y el apoyo mutuo, aunque persistieron algunas emociones de miedo y ansiedad. Por otro lado, el grupo rojo, demostró evoluciones más sutiles y una mayor presencia de emociones de pánico y terror, pero al final mostrando indicios de reconstrucción y mayor inclinación a la tranquilidad y la acción.

Discusión y conclusiones

La investigación exploró cómo las intervenciones de Danza Movimiento Terapia (DMT) y el enraizamiento facilitaron la resignificación emocional, cognitiva y física de la experiencia del huracán María en los participantes. Los resultados evidenciaron cambios en la representación

corporal de los dibujos y en el lenguaje de las listas de palabras. Previo a los talleres, la gran mayoría de los dibujos presentaron fragmentación y omisión en partes del cuerpo lo cual sugiere una desconexión psico-corporal como producto del impacto de los eventos después del huracán. A modo de ejemplo, la ausencia de pies en muchos dibujos sugiere la falta de integración emocional, cognitiva y física posiblemente asociada al desenraizamiento (De Tord & Bräuninger, 2013). Luego de los talleres, los cuerpos proyectados en los dibujos mostraron ser más completos añadiendo en algunos casos suelo. Esto apoya la conclusión de que los ejercicios de enraizamiento promueven la integración del cuerpo en el presente (Pitluk et al., 2021). Por otro lado, en las listas de palabras se hacía mucho énfasis en sensaciones de miedo, peligro y ansiedad en relación al huracán. Sin embargo, luego de los talleres, en las listas de palabras surgieron más palabras aludiendo a la comunidad, restauración, reconstrucción, resiliencia y esperanza. Esto sugiere que los talleres pudieron haber favorecido en la resignificación de las palabras asociadas a la experiencia antes, durante y después del huracán. Sorprendentemente, a pesar de que han transcurrido ocho años desde el huracán María, en las intervenciones fue evidente la perduración de sus efectos a través de lo que expresaron los participantes tanto en sus dibujos como en sus palabras escritas. Por ende, esta investigación sugiere que el cuerpo sigue sintiendo los efectos de un evento traumático como este aún con el paso de los años.

Desde la teoría de los constructos personales de Kelly (1955), los cambios evidenciados sugieren que las intervenciones de DMT y enraizamiento ofrecieron un espacio para resignificar los constructos post-huracán María a través de la experiencia corporal de los talleres. El enraizamiento—integrado en las sesiones de DMT en el primer taller a través de ejercicios de atención a los sentidos y del contacto de los pies con el suelo—mostró ser una herramienta poderosa para la autoconciencia de los participantes, la conexión con el presente, y la

resignificación emocional, cognitiva y física. Además, en el segundo taller, el uso del género afro puertorriqueño de la bomba para promover el enraizamiento relacional (De Tord & Bräuninger, 2013) abrió paso a una experiencia compartida, favoreciendo la integración grupal y la conexión tanto con el suelo como con las raíces culturales. Esto se pudo ver reflejado particularmente en los grupos amarillo y rojo que incluyeron en sus palabras y dibujos mensajes relacionados a la ayuda mutua y la comunidad. Por ende, no solo fue importante la elaboración de la experiencia de forma individual, sino también de forma grupal. El análisis de estos resultados apoya la valoración de las intervenciones desde el cuerpo para individuos que han experimentado una situación traumática (Levine & Land, 2016; Ogden et al., 2006). Además, apoya las conclusiones de estudios que están comprobando la efectividad de la DMT: “investigaciones en neurobiología sugieren que el movimiento, el cual es la base conceptual de la DMT, puede ser potencialmente efectiva como intervención para problemas relacionados al trauma” (Levine & Land, 2016, p. 330; traducido del inglés).

La pequeña cantidad de participantes (25) con relación a la población de Puerto Rico es una de las limitaciones de este estudio. Las intervenciones se hicieron en sólo cuatro de los 78 municipios de Puerto Rico. Por lo tanto, los resultados no se pueden generalizar a la población completa. Además, hubo participantes que no completaron los dos talleres por lo cual no se pudo apreciar la evolución de sus experiencias. Por otro lado, la duración de las intervenciones fue muy corta (dos talleres) para cada grupo de participantes, por lo cual sería interesante explorar la posibilidad de crear procesos que contengan un número mayor de intervenciones. Otra limitación importante es el posible sesgo derivado del doble rol de la investigadora como facilitadora de los talleres y analista de los datos, lo que podría haber influido en la interpretación de los resultados. Asimismo, el diseño del estudio tampoco incluyó un grupo control, razón por la cual se debe

tener cautela con las conclusiones. No obstante, estas limitaciones, el estudio aporta a las potencialidades de la DMT en contextos post-desastre climático y abre puertas a futuras investigaciones con una muestra más amplia y metodologías que eliminen sesgos.

La investigación ha sido una semilla sembrada para demostrar cómo la DMT junto al enraizamiento pueden ser herramientas potentes para la resignificación emocional, cognitiva y física del trauma en comunidades afectadas por desastres naturales como el huracán María. Además, los resultados subrayan la importancia del cuerpo cuando se quiere intervenir terapéuticamente el trauma. Por último, este estudio invita a diseñar y crear futuras intervenciones de DMT que respondan a la progresiva necesidad de bienestar emocional ante un mundo que enfrenta una crisis climática.

Referencias

- Botella, L., y Feixas, G. (1998). *La teoría de los constructos personales: Aplicaciones a la práctica psicológica*. Laertes.
- Buck, John N. (2008). *Casa-árbol-persona: H-T-P. Técnica proyectiva de dibujo: Manual y guía de interpretación*. Revisado por W.L. Warren; traducción y adaptación, Irene Fernández Pinto & Jaime Pereña Brand. TEA.
- Campissi, J., & White, J. (2018). Puerto Rico vuelve a tener electricidad a casi un año después del huracán María. . . excepto por 25 clientes. *CNN en Español*. <https://cnnespanol.cnn.com/2018/08/07/puerto-rico-huracan-maria-electricidad-temporada-de-huracanes>
- Carrero Morales, M. (2014). El huracán en la mitología taína. *Asociación Estudiantes Graduados de Historia, CEAPRC*. <https://aeghcea.wordpress.com/wp-content/uploads/2014/12/14-el-huracc3a1n-en-la-mitologc3ada-tac3adna.pdf>
- De Tord Figueras, P., & Bräuninger, I. (2013). *Grounding: concepto y usos en danza movimiento terapia (DMT)*. https://ddd.uab.cat/pub/trerecpro/2013/hdl_2072_247527/TESINA_MASTER_DMT-Patricia_de_Tord.pdf
- Durán Berrios, K. (2016). Los taínos: Mitología y creencias religiosas. *EnciclopediaPR*. <https://enciclopediapr.org/content/los-tainos-mitologia-y-creencias-religiosas/>
- Engelhard, E. S., Pitluk, M., & Elboim-Gabizon, M. (2021). Grounding the connection between psyche and SOMA: Creating a reliable observation tool for grounding assessment in an adult population. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.621958>

Hammer, E.F. (2005). *Tests proyectivos gráficos*. Paidós.

Hodges, J. C., Maldonado-Molina, M. M., Schwartz, S. J., García, M. F., Pineros-Leano, M. F., Bates, M. M., Montero-Zamora, P., Calderón, I., Rodríguez, J., & Salas-Wright, C. P. (2023). The impact of hurricane trauma and cultural stress on posttraumatic stress among hurricane Maria survivors relocated to the U.S. mainland. *Cultural Diversity & Ethnic Minority Psychology*. Advance online publication.

<https://doi.org/10.1037/cdp0000623>

Holland, G., & Bruyère, C. L. (2013). Recent intense hurricane response to global climate change. *Climate Dynamics*, 42 (3–4), 617–627. <https://doi.org/10.1007/s00382-013-1713-0>

Oficina Central de Recuperación, Reconstrucción y Resiliencia. (s.f.). *Huracanes Irma y María*.

<https://recovery.pr.gov/es/huracanes>

J. Pasch, R., B. Penny, A., Berg, R., & National Hurricane Center. (2023). *Hurricane Maria (AL152017)*. National Hurricane Center Tropical Cyclone Report.

Kelly, G. A., (1955) *The psychology of personal constructs* (vol. 1). Norton.

Kishore, N., Marqués, D., Mahmud, A., Kiang, M. V., Rodriguez, I., Fuller, A., Ebner, P., Sorensen, C., Racy, F., Lemery, J., Maas, L., Leaning, J., Irizarry, R. A., Balsari, S., & Buckee, C. O. (2018). Mortality in Puerto Rico after Hurricane Maria. *New England Journal of Medicine*, 379 (2), 162–170. <https://doi.org/10.1056/nejmsa1803972>

Koppitz, E.M. (2000), *El dibujo de la figura humana*. Guadalupe.

Leon, G. R. (2004). Overview of the Psychosocial Impact of Disasters. *Prehospital and Disaster Medicine*, 19(1), 4–9. <https://doi.org/10.1017/s1049023x00001424>

Levine, B., & Land, H. M. (2015). A Meta-Synthesis of Qualitative findings about Dance/Movement therapy for individuals with Trauma. *Qualitative Health Research*, 26(3), 330–344. <https://doi.org/10.1177/1049732315589920>

Lu, D., & Alcantara, C. (2018). Tras María, Puerto Rico sigue en la oscuridad. *The Washington Post*. <https://www.washingtonpost.com/graphics/2017/national/puerto-rico-recuperacion-huracan/>

Macias, R. L., LeBrón, A., Taylor, K., & Silva, M. (2020). Después de la tormenta: Collective trauma following Hurricane Maria in a northeastern Puerto Rican community in the United States. *Journal of Community Psychology*, 49(1) <https://doi.org/10.1002/jcop.22442>

Martin, E. (2014). DMT y el caso de una exdeportista. En *Encontrar - Compartir - Aprender: Máster en Danza Movimiento Terapia, Jornadas del 10.º aniversario* (pp. 134–146). Universitat Autònoma de Barcelona.

Mayring, P. (2000). Qualitative content analysis. *Forum Qualitative Sozialforschung*, 1(2). <https://doi.org/10.17169/fqs-1.2.1089>

Miner Solá, E. (2002). *Diccionario taíno ilustrado* (Serie Puerto Rico Prehistórico, 1). Ediciones Servilibros.

Muñoz, A. (2018). La pérdida como rastro descriptor de los tiempos post-María. *Revista de Administración Pública*, 49, 67–85. <https://revistas.upr.edu/index.php/ap/article/view/13779/11488>

Nina-Estrella, R. (2019). La experiencia del huracán María desde la óptica puertorriqueña. *Cuadernos de Crisis y Emergencias*, 18(1), 23–35.

http://cuadernosdecrisis.com/docs/2019/numero18vol1_2019_2_huracan_maría.pdf

Ogden, P., Minton, K., & Pain, C. (2006). *Trauma and the body: A sensorimotor approach to psychotherapy*. Norton.

Panhofer, H. (Comp.) (2005). *El cuerpo en psicoterapia: Teoría y práctica de la Danza Movimiento Terapia*. Gedisa.

Pérez, S. (2010) Proyecto DEC. Danza esquema corporal y su repercusión emocional. *La investigación en danza en España*. 108-115. Mahali.

Pitluk, M., Elboim-Gabizon, M., & Engelhard, E. S. (2021). Validation of the grounding assessment tool for identifying emotional awareness and emotion regulation. *The Arts in Psychotherapy*, 75, 101821. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2021.101821>

Rivera, P. L., & Vélez Peña, J. J. (2019). Bomba y plena, música afropuertorriqueña y rebeldía social y estética. *Forum for Inter-American Research*, 12(2), 74–89. <https://interamerica.de/wp-content/uploads/2019/11/riveravez.pdf>

Scaramutti, C., Salas-Wright, C. P., Vos, S. R., & Schwartz, S. J. (2019). The mental health impact of Hurricane Maria on Puerto Ricans in Puerto Rico and Florida. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 13(1), 24–27. <https://doi.org/10.1017/dmp.2018.151>

Schachter, J., & Bruce, A. B. (2020). Revising methods to better reflect the impact of disaster. *U.S. Census Bureau*.<https://www.census.gov/library/stories/2020/08/estimating-puerto-rico-population-after-hurricane-maria.html>

Schwartz, S. J., Montero-Zamora, P., Salas-Wright, C. P., Brown, E. C., Garcia, M. F., Scaramutti, C., Rodríguez, J., Piñeros-Leaño, M., Bates, M. M., & Maldonado-Molina, M. M. (2022). After Hurricane Maria: Effects of disaster trauma on Puerto Rican survivors on the U.S. mainland. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 16(5), 861–871. <https://doi.org/10.1037/tra0001371>

Anejos

D1 de participante Verde 1

Varias borraduras, asimétrico, líneas poco marcadas, se dibujó una persona del mismo sexo, se dibujaron las pupilas, nariz con orificios, no hay ropa, sin pies y orejas.

- 1) Tamaño y proporción- 21 cm, tronco y brazos largos.
- 2) Perspectiva-colocado al centro y mayormente en la parte inferior. No hay movimiento.
- 3) Detalles: Cabeza proporcional con el cuerpo, los ojos pequeños (introspección), hay sonrisa en la boca. Piernas troceadas y separadas. El pelo aparece ser lacio. No hay pies y líneas poco marcadas.

D2 de participante Verde 1

Una borradura, más simétrico, líneas bien marcadas, se dibujó una persona del mismo sexo, se dibujaron pupilas, no hay ropa, aparecen los pies, pero no hay orejas.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 12 cm y el cuerpo está más en proporción.
- 2) Perspectiva: Está ubicado en la parte superior de la hoja y ligeramente hacia la izquierda (rumiación del pasado)
- 3) Detalles: carencia de detalles. Incluye las piernas y los pies. El torso es bastante fino. El cabello cambia a rizado.



D1 de participante Verde 1



D2 de participante Verde 1

D1 de participante Verde 2

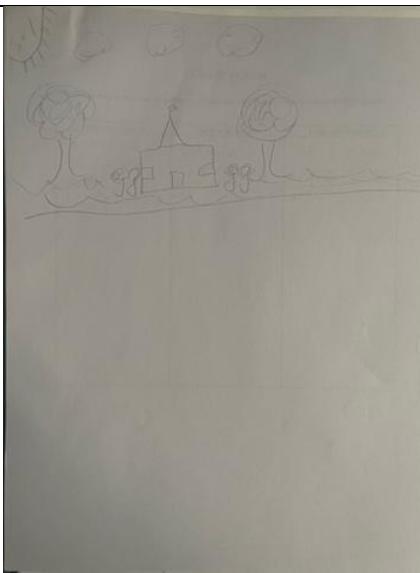
La participante dibujó una casa en vez de una figura humana. Se evaluó entonces lo plasmado en la casa. Esta participante pasó el huracán en N. J. en casa de su hijo. Tiene pocas borraduras y es asimétrica. Las líneas son débiles.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 11 cm de alto y 19 de ancho. La casa es pequeña y le rodea un jardín con el sol presente en la esquina izquierda. El techo de la casa es pequeño en proporción con las paredes.
- 2) Perspectiva: La casa está ligeramente colocada más hacia la izquierda (rumiación del pasado) y en la parte superior y parece verse en la lejanía. Hay líneas de suelo.
- 3) Detalles: Hay presencia de detalles. La puerta es pequeña sin un mango al igual que las ventanas. Hay árboles, flores y el sol en la extrema izquierda incluyendo la palabra “sol”.

D2 de participante Verde 2

Para el segundo dibujo hizo una figura humana. Pocas borraduras y asimétrica. Las líneas son un poco débiles. Es una persona del mismo sexo e incluyó los senos. No hubo pupilas y la nariz sin orificios. Incluyó los pies y las orejas.

- 1) Tamaño y proporción- Mide unos 12 cm de alto. La cabeza aparece un poco más grande que el resto del cuerpo.
- 2) Perspectiva: La figura está bastante centrada y es posible que se observa un poco en la lejanía.
- 3) Detalles: Incluye ropa transparente. Los brazos no están bien definidos y hay ausencia de manos. Hay una sonrisa en la boca. Los pies están presentes con zapatos de tacones.



D1 de participante Verde 2



D2 de participante Verde 2

D1 de participante Verde 3

En este primer dibujo, la participante hizo pocas borraduras y hay un poco de simetría. Se dibujó una persona del sexo opuesto. No se dibujaron las pupilas y la nariz está sin orificios. La ropa tiene transparencia. Tiene pies, pero no orejas.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 6 cm de alto. Los brazos no son simétricos con el resto del cuerpo.
- 2) Perspectiva: El dibujo está colocado levemente hacia la parte superior. Es posible que se observa en la lejanía.
- 3) Detalles: La figura está creada de líneas finas. Los brazos son muy cortos y se han omitido las manos. Son tipo espagueti. Hay una sonrisa en el rostro. Las piernas están separadas y la ropa es transparente. Los pies están presentes con zapatos. Tiene un lazo como para reafirmar la identidad de varón en la figura.

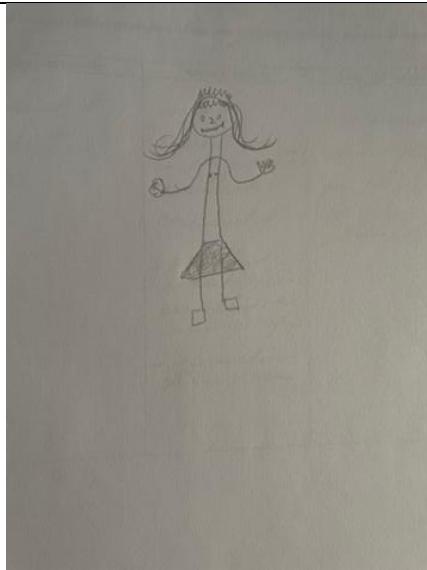
D2 de participante Verde 3

No tiene borraduras. El torso es asimétrico. Las líneas no son débiles. Esta vez se dibujó una persona del mismo sexo e incluyó los senos. La nariz es sin orificios y la ropa está presente. Dibujó los pies, pero no las orejas.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 9 cm de alto. El torso es bastante largo, por ende, no es simétrico con el cuerpo.
- 2) Perspectiva: La figura está bastante centralizada.
- 3) Detalles: Las líneas continúan siendo finas. El torso es fino y largo. Los brazos tienen mejor definición y se incluyeron las manos.



D1 de participante Verde 3



D2 de participante Verde 3

D1 de participante Verde 4

Pocas borraduras y un poco de asimetría en el área de los brazos. Las líneas son débiles. Se dibujó a persona del mismo sexo. Se dibujaron vagamente los ojos, con nariz sin orificios y una sonrisa en la boca. Están presentes los pies.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 5 cm de alto. Los brazos son cortos mientras que las piernas son un poco más largas.
- 2) Perspectiva: El dibujo se encuentra en la parte superior y ligeramente hacia la derecha.
- 3) Detalles: Los brazos son muy cortos y las manos tienen muy poca definición. Los ojos no tienen mucha definición y la boca está con sonrisa y abierta sin mostrar dientes. La ropa no está bien definida. Los pies no parecen estar sobre suelo.

D2 de participante Verde 4

No se aprecian borraduras y la cabeza aparenta grande para el cuerpo. Las líneas continúan siendo débiles. La nariz no tiene orificios y los pies sí aparentan estar sobre suelo, aunque tengan zapatos.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 8 cm de alto y está centralizado. Hay un poco más de simetría en la unión de las partes del cuerpo.
- 2) Perspectiva: Está más centralizado que el primer dibujo y en la parte superior de la hoja
- 3) Detalles: Los ojos parecen estar cerrados (introversión), hay una sonrisa abierta con los dientes presentes. El pelo tiene un poco más de definición y aparenta estar rizado. La cabeza es más grande que la proporción del cuerpo (posible regresión) y el cuello está omitido. Las manos están un poco más definidas. Aparece una falda amplia como si hubiera movimiento. En los pies se coloca unos zapatos de tacones.



D1 de participante Verde 4



D2 de participante Verde 4

D1 de participante Verde 5

Las líneas son débiles especialmente en el área de los brazos. Ha dibujado las pupilas, la nariz no tiene huecos y en la boca aparenta haber una sonrisa. No se perciben borraduras. Se ha dibujado una persona del mismo sexo. La conexión de cuello y torso no se percibe muy bien.

- 1) Tamaño y proporción: La figura mide 6 cm de alto. No hay proporción en las partes del cuerpo.
- 2) Perspectiva: La figura se encuentra en el punto medio real y un poco hacia la izquierda.
- 3) Detalles: En los brazos se divisa uno hacia arriba y otro hacia abajo. No aparenta haber torso presente. Se encuentra una falda y los pies están presentes. Poca definición en las manos. El cuello se aprecia largo. El pelo está presente.

D2 de participante Verde 5

No hubo borraduras y las líneas tienen un poco más de definición. Hay mayor simetría y es persona del mismo sexo. No se incluyeron las pupilas. Se indica bien la ropa y un cinturón. Están presentes los pies.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 14 cm de alto y está centralizada la figura. El cuerpo está dentro de unas buenas proporciones.
- 2) Perspectiva: Está en el centro con una pequeña inclinación hacia la izquierda.
- 3) Detalles: No se omiten partes del cuerpo, excepto las pupilas. Hay mayor detalle en la ropa donde hay una falda larga y las manos están sobre la cintura. Los pies están presentes con zapatos de tacones.



D1 de participante Verde 5



D2 de participante Verde 5

D1 de participante Verde 6

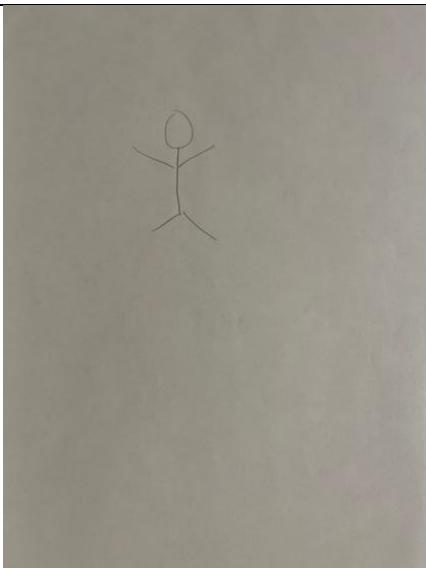
Las líneas no son débiles y no hubo borraduras.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 5 cm de alto.
- 2) Perspectiva: Está colocado en la parte superior del lado izquierdo.
- 3) Detalles: No se incluyeron rasgos faciales ni sexo.

D2 de participante Verde 6

No hubo borraduras. Se dibujó con mayor claridad el cuerpo.

- 1) Tamaño y proporción. Mide 21 cm de alto.
- 2) Perspectiva: La figura está más centralizada
- 3) Detalles: Contiene mayores detalles al dibujo anterior. Hay ropa, pelo rizado y torso. Hay rasgos faciales y aparenta haber una sonrisa. No se pueden apreciar los pies y los brazos no fueron terminados.



D1 de participante Verde 6



D2 de participante Verde 6

D1 de participante Verde 8

No hay borraduras y se aprecian líneas un poco débiles. Es persona del mismo sexo. Están incluidas las pupilas, nariz sin orificios, ropa, pies y orejas.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 21 cm de alto y hay bastante simetría en el cuerpo dibujado.
- 2) Percepción: La figura se encuentra en el centro y los pies llegan a la parte inferior de la página.
- 3) Detalles: Los brazos se encuentran semi ocultos, como si tuviera las manos agarradas por detrás (inadecuación). La cabeza es proporcional con el resto del cuerpo. Hay una sonrisa en el rostro. Las piernas están un poco separadas y los pies están omitidos (falta de autonomía).

D2 de participante Verde 8

Hay pocas borraduras, existe simetría. Las líneas están un poco más marcadas. Se dibujó una persona del mismo sexo. Están presentes las pupilas, nariz sin orificios y la ropa. Se les añadió zapatos a los pies.

- 1) Tamaño y proporción: El tamaño del dibujo se redujo a 15 cm de alto. El cuerpo sigue estando en proporción.
- 2) Percepción: El dibujo se encuentra bastante centralizado, aunque con un poco de inclinación hacia la derecha (preocupación por el entorno).
- 3) Detalles: Los pies quedan ahora más lejos del borde.



D1 de participante Verde 8



D2 de participante Verde 8

D1 de participante Amarillo 1

Se puede divisar una borradura y hay poca simetría. Las líneas están bien marcadas. No se divisa el sexo de la figura. No se dibujaron las pupilas y la nariz está sin orificios. La ropa está presente en la parte inferior del cuerpo. Hay pies y orejas.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 5 cm de alto. Hay poca proporción del cuerpo en sí.
- 2) Perspectiva: Está colocado en la parte superior en la página (miedo o evitación del entorno) y en el lado izquierdo (regresión).
- 3) Detalles: Los brazos son tipo espagueti (dependencia, organicidad). La cabeza tiene borraduras y en proporción es más grande que el cuerpo. Los ojos son pequeños (introversión). En la boca aparenta haber una sonrisa. El torso es una línea vertical en el medio (inferioridad). La ropa es escasa (narcicismo). Las manos no tienen mucho énfasis

*No hizo el D2



D1 de participante Amarillo 1

D1 de participante Amarillo 2

No contiene borraduras y tiene simetría. Las líneas están bien marcadas y se dibujó una persona del mismo sexo. Las pupilas están presentes, la nariz está sin orificios y tiene ropa. Se dibujaron los pies, pero no las orejas.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 15 cm de alto. El cuello es bastante largo y las piernas se ven cortas, pero puede ser por el largo del traje.
- 2) Perspectiva: El dibujo está bastante centralizado (rigidez).
- 3) Detalles: Los brazos son bastante cortos (inadecuación). Las piernas se ven cortas por la presencia de la ropa (desamparo, falta de autonomía). Los hombros son un poco cuadrados (hostilidad). En la ropa se encuentran botones y un corazón del lado derecho como decoración. Los pies tienen zapatos y medias.

D2 de participante Amarillo 2

No se divisan borraduras y hay bastante simetría. Las líneas están bien marcadas. Se dibujó una persona del sexo contrario. Se dibujaron las pupilas, nariz sin orificios y se indica la ropa y cinturón. Se dibujaron los pies y las orejas.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 9 cm de alto. Los brazos son bastante cortos en proporción con el cuerpo.
- 2) Perspectiva: Está colocado en el lado izquierdo de la hoja (aislamiento, regresión) y en la parte inferior (Necesidad de apoyo).
- 3) Detalles: Los brazos son bastante cortos (culpa, inadecuación) y la cabeza pequeña (inadecuación). Los ojos son pequeños (introversión) y en la boca hay una sonrisa. El sexo aparece ser masculino (la participante es mujer). Las piernas vuelven a estar un poco omitida por la ropa que se ha dibujado.



D1 de participante Amarillo 2



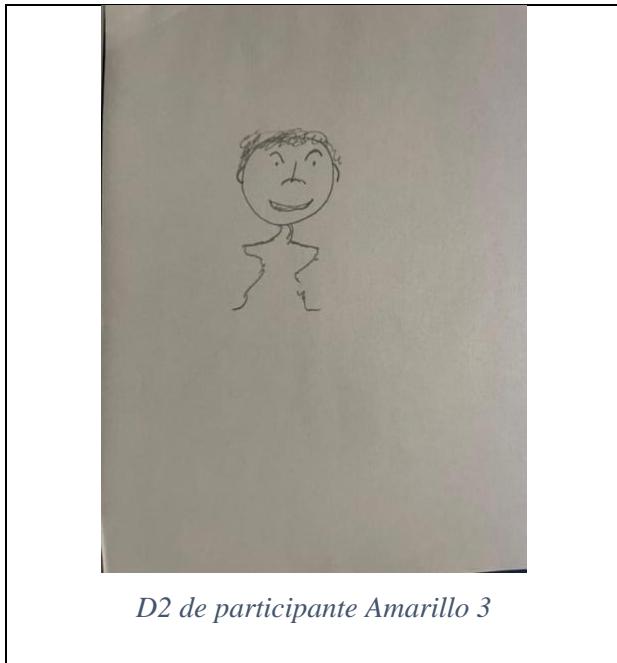
D2 de participante Amarillo 2

*no hizo el D1

D2 de participante Amarillo 3

No hubo borraduras. No existe simetría en el dibujo. Las líneas están bastante marcadas. No se tiene claro si es una persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y la nariz no tiene orificios. No se indica ropa, se dibujó las orejas, pero no hay pies.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 8 cm de alto y la cabeza no tiene proporción con el torso dibujado.
- 2) Perspectiva: La figura se encuentra en el punto medio de la página y hacia el lado izquierdo (regresión)
- 3) Detalles: No están los brazos (culpa, sentimiento de inadecuación) ni las piernas (falta de autonomía, desamparo). La cabeza es grande (regresión, grandiosidad). Hay énfasis en los rasgos faciales, especialmente en las cejas. Los ojos pequeños (introversión). Hay sonrisa en la boca y surgen los dientes (agresividad). Torso fragmentado (organicidad). No hay ropa.

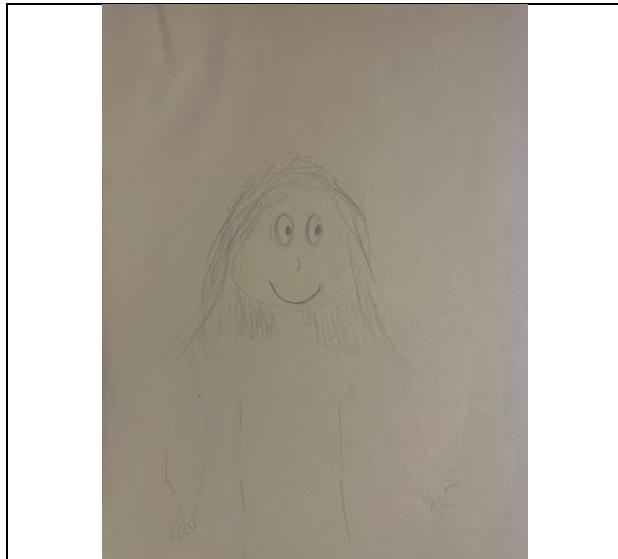


D1 de participante Amarillo 4

Tiene pocas borraduras con algo de simetría. Las líneas son débiles. Se dibujó persona del mismo sexo. Las pupilas están presentes, al igual que una nariz sin orificios. No se indica la ropa ni los pies y orejas.

- 1) Tamaño y proporción: La figura mide 21 cm de alto. Los brazos no son proporcionales con el cuerpo.
- 2) Perspectiva: La figura está colocada mayormente del lado izquierdo (aislamiento, regresión) y el torso está en el borde inferior (necesidad de apoyo).
- 3) Detalles: Hay sonrisa en la boca. Las piernas están omitidas (falta de autonomía). Pocos detalles de la figura.

*No hizo el D2



D1 de participante Amarillo 4

D1 de participante Amarillo 5

No hay borraduras con un poco de simetría. Líneas un poco débiles. Es persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y la nariz sin orificios. Se indica la ropa y el cinturón. No están los pies ni las orejas.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 10 cm de alto. Hay poca proporción en el lado derecho del cuerpo.
- 2) Perspectiva: Está colocada en el punto medio y levemente hacia el lado izquierdo de la hoja.
- 3) Detalles: Los brazos están la cintura, simulando como si las manos estuvieran en la parte de atrás de la figura. La cabeza es un poco pequeña (inadecuación). Ojos pequeños (introversión). En la boca hay sonrisa. Las piernas no están presentes (tal vez falta de tiempo).

D2 de participante Amarillo 5

Hay pocas borraduras y un poco de simetría en el cuerpo. Las líneas son un poco débiles. No es claro si es una persona del mismo sexo. Y la nariz sin orificios. Se indica la ropa y el cinturón. Los pies están presentes, pero no se divisan las orejas.

- 1) Tamaño y proporción: La figura mide 6 cm de alto.
- 2) Perspectiva: Está colocada en la parte superior de la hoja y levemente hacia el lado izquierdo.
- 3) Detalles. Los brazos están doblados de nuevo, pero ahora se divisan las manos sobre la cintura. La cabeza aparece estar levemente de perfil. Las piernas y los pies están presentes con zapatos en los pies (tal vez botas). Le acompaña a la figura un machete y una escoba con la frase: “Vamos ayudar, lo lograremos. Todos unidos podemos hacer más”



D1 de participante Amarillo 5



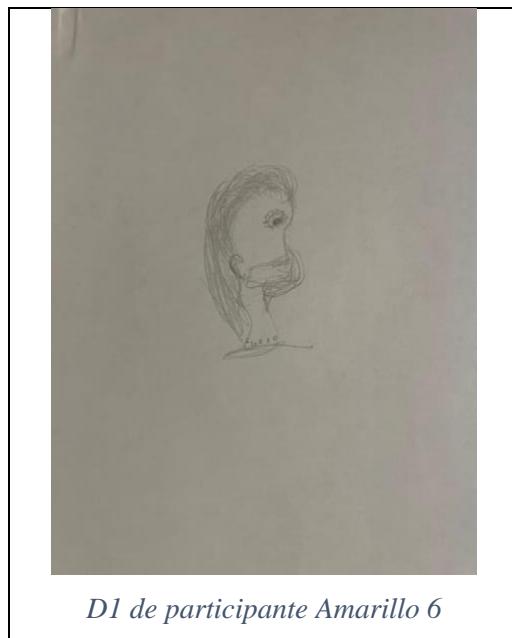
D2 de participante Amarillo 5

D1 de participante Amarillo 6

El dibujo consiste de un cabeza de perfil con pocas borraduras y asimetría. Las líneas son un poco débiles. No es muy claro si es persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y no es muy claro si hay una nariz presente. Se dibujó oreja, pero no hay pies.

- 1) Tamaño y proporción: La figura mide 7 cm de alto y no hay mucha proporción entre la cabeza y el cuello.
- 2) Perspectiva: Es una cabeza que está colocada de perfil, en la parte superior de la hoja y está centralizada.
- 3) Detalles: Parece a ver una mascarilla sobre la boca, no es muy claro. Hay indicios de comienzo de ropa en el cuello.

*No hizo el D2



D1 de participante Amarillo 7

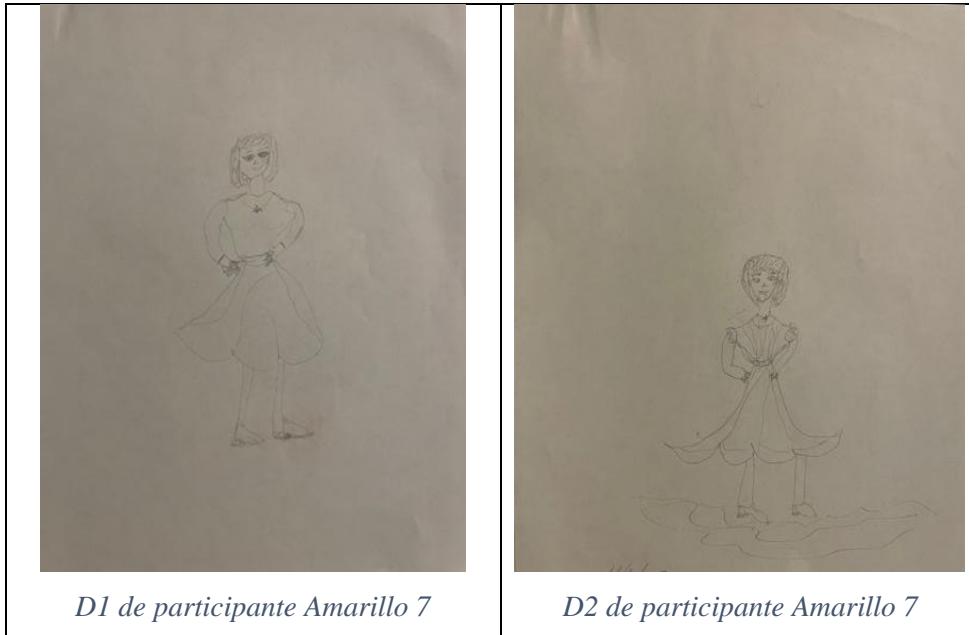
Pocas borraduras y bastante simetría. Las líneas son débiles. Se dibujó una persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y la nariz está sin orificios. No están las orejas. Se indica la ropa y el cinturón.

- 1) Tamaño y percepción: Mide unos 15 cm de alto y tiene bastante simetría como una figura completa.
- 2) Perspectiva: La figura está bastante centralizada.
- 3) Detalles: Los brazos están doblados de forma que las manos están sobre la cintura. La cabeza es pequeña (inadecuación). Hay una sonrisa en el rostro. Se le incluye falda, un cinturón y lo que parece ser una blusa. En los pies se han incluido zapatos.

D2 de participante Amarillo 7

Tiene pocas borraduras y simetría. Las líneas continúan siendo un poco débiles. Se dibujó persona del mismo sexo, con pupilas y sin orificios en la nariz. Se indica nuevamente la ropa y el cinturón.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 13 cm de alto y el cuerpo tiene bastante proporción.
- 2) Perspectiva: La figura está bastante centrada y en la parte inferior de la hoja. Se creó líneas en el suelo (necesidad de seguridad)
- 3) Detalles: La figura vuelve a estar en la misma posición que en el primer dibujo con manos en la cintura. Hay más definición en la ropa y se añadió un collar. Se añadió un suelo en donde está parada la figura. Pareciera que hay movimiento en este suelo.



D1 de participante Amarillo 8

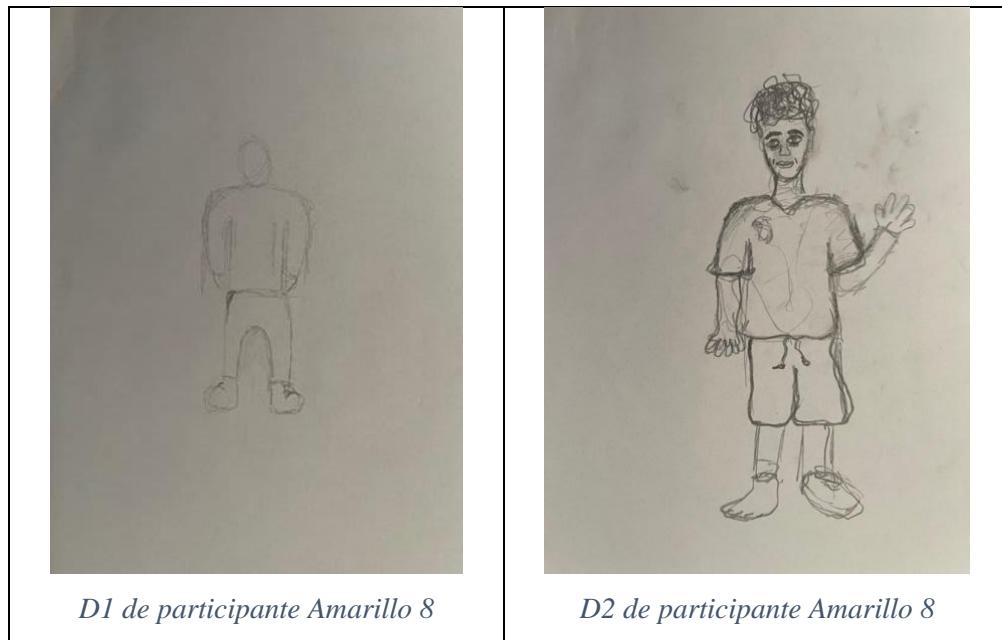
El dibujo tiene pocas borraduras y simetría. Las líneas están bien marcadas. Parece ser persona del mismo sexo. No se incluyeron los rasgos faciales. Se indica la ropa y zapatos.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 14 cm de alto y hay bastante simetría.
- 2) Perspectiva: La imagen está bastante centralizada.
- 3) Detalles: Los rasgos faciales están omitidos. Los brazos están pegados al cuerpo y las manos cerca de los que parecería ser los bolsillos. El cuello también fue omitido. Los hombros aparentan ser bastante cuadrados (hostilidad) y las piernas están separadas (agresividad).

D2 de participante Amarillo 8

Pocas borraduras y hay simetría. Las líneas están más marcadas. Se dibujó persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y no se colocaron los huecos de la nariz. Se incluyen los pies y las orejas.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 21 cm de alto. Hay bastante simetría en la imagen.
- 2) Perspectiva: La imagen está bastante centralizada, aunque con una pequeña inclinación hacia la derecha.
- 3) Detalles: En el segundo dibujo, ahora sale la mano del lado derecho saludando al espectador. La cabeza toma una forma más alargada. Los rasgos faciales ganan más detalles y se incluyen las orejas que antes no estaban. Las piernas están menos separadas que en el primer dibujo. Hay mayor detalle en la ropa, como por ejemplo los cordones del pantalón. Incluye el cuello, que antes no estaba. En los pies aparece que uno tiene zapato puesto y el otro no.



D1 de participante Amarillo 9

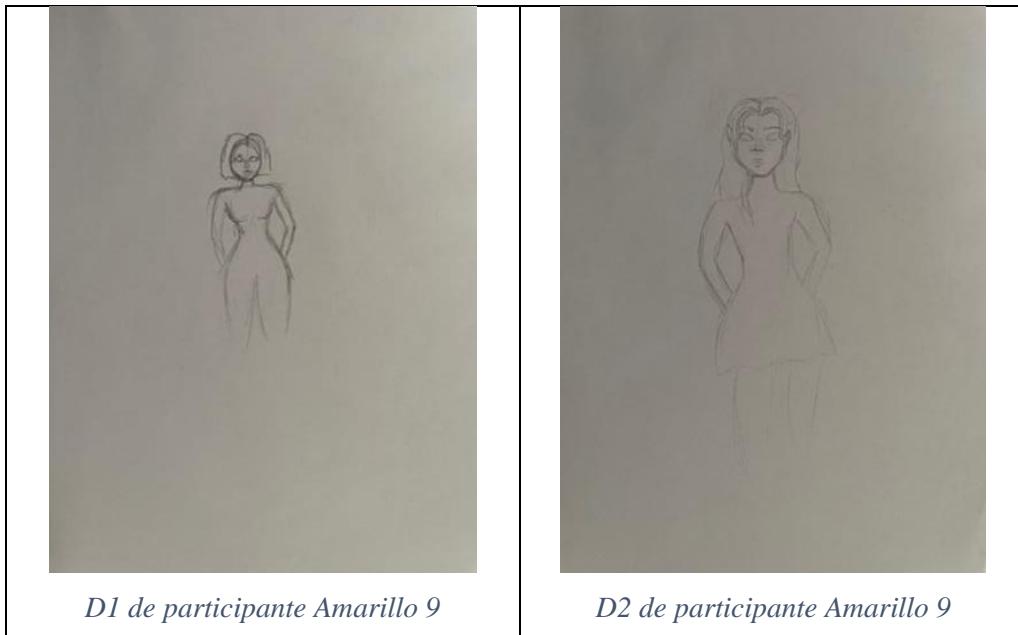
Contiene pocas borraduras y simetría. Las líneas están bastante bien marcadas. Aparenta ser persona del mismo sexo. No se dibujaron las pupilas y la nariz no tiene orificios. No hay presencia de ropa. No hay pies, ni orejas.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 11 cm de alto y hay bastante simetría en el cuerpo.
- 2) Perspectiva: La figura está centralizada y en la parte superior de la hoja (miedo o evitación del entorno)
- 3) Detalles: Los brazos están doblados y dirigidos hacia la cintura y las manos están escondidas u omitidas. En los rasgos faciales faltan las pupilas en los ojos. Hay definición en el busto y la cintura. No se dibujaron los pies y las piernas aparentan llegar antes de las rodillas. La figura no tiene ropa.

D2 de participante Amarillo 9

Hay pocas borraduras y hay simetría en el cuerpo. Hay líneas marcadas en el torso, pero en las piernas son un poco más débiles las líneas. Se dibujó una persona del mismo sexo. No se dibujaron las pupilas. Esta vez se indica ropa y se añadieron las orejas.

- 1) Tamaño y proporción: La figura mide 17 cm de alto y es bastante proporcionada.
- 2) Perspectiva: La figura está más centralizada en la hoja.
- 3) Detalles: Los brazos continúan doblados con las manos omitidas. Las orejas son añadidas y aparentan ser un poco puntiagudas. Se le ha añadido un traje a la figura y el pelo ha ganado mayor definición. En el dibujo anterior el cabello era más rígido y corto. No se incluyeron los pies en esta figura.



D1 de participante Rojo 1

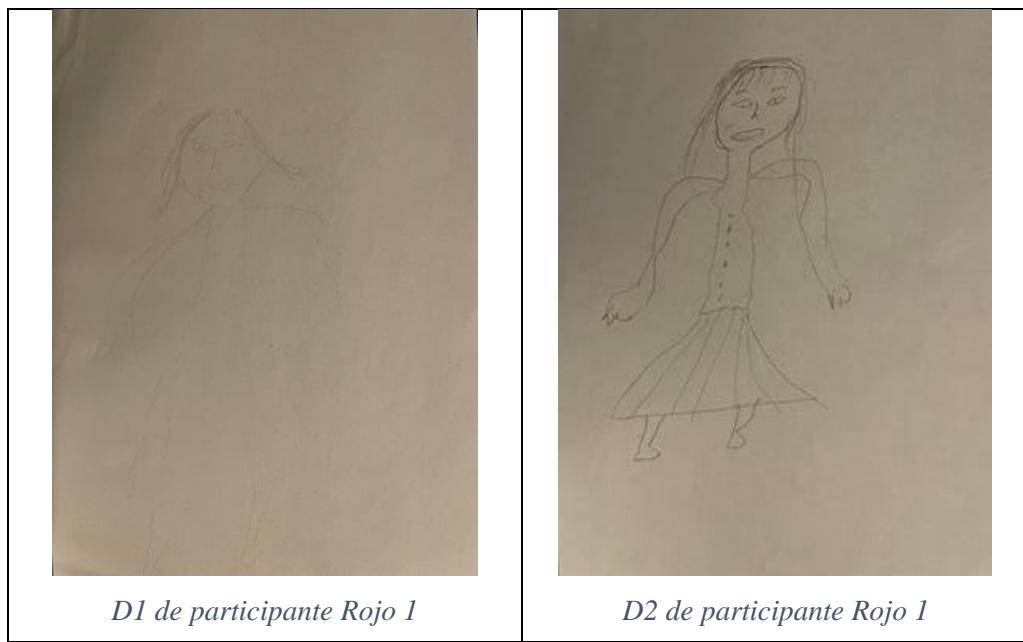
Tiene pocas borraduras y poca simetría. Las líneas son muy débiles, tan así que apenas se puede percibir el dibujo, especialmente en el área del torso. Parece ser una persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y la nariz sin orificios. Se indica un poco la ropa. Están presentes los pies, pero no las orejas.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 24 cm de alto y no se puede apreciar bien la proporción del cuerpo por lo débiles que son las líneas.
- 2) Perspectiva: La figura está colocada del lado izquierdo y los pies están colocados en el borde inferior (necesidad de apoyo)
- 3) Detalles: En el rostro aparenta haber una sonrisa. El cuerpo está débilmente marcado. Los brazos empiezan de forma fina y luego se ensanchan hacia el área de las manos, las cuales omitió. La ropa parece ser un traje largo. Los pies no tienen mucha definición.

D2 de participante Rojo 1

La figura tiene pocas borraduras y hay poca simetría. Las líneas están mejor marcadas que en el primer dibujo. Se entiende mejor la figura. Se dibujó una persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y la nariz sin orificios. Se indica la ropa. Los pies están presentes, pero las orejas no.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 18 cm de alto y no hay mucha proporción, el torso es bastante largo.
- 2) Perspectiva: La figura sigue estando del lado izquierdo de la hoja, pero ahora la figura que más arriba, alejando los pies del borde inferior.
- 3) Detalles: Los brazos tienen irregularidades en su grosor. Las manos fueron incluidas. La ropa cambió a una blusa y falda, ganando detalles como botones y rayas en la falda. Los pies no tienen mucha definición en su forma, pero parece que no se incluyeron zapatos.



D1 de participante Rojo 2

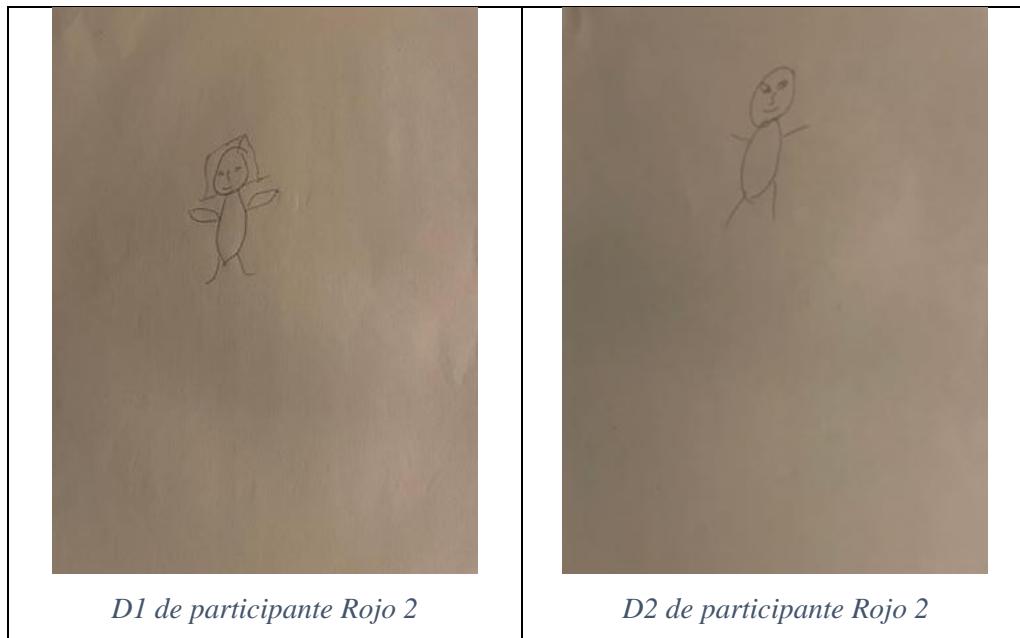
El dibujo no contiene borraduras y pocas borraduras. Las líneas están bien marcadas. Aparenta ser una persona del mismo sexo. No se dibujaron las pupilas y la nariz no tiene orificios. No se indica la ropa y no están las orejas. Los pies aparentan estar presentes.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 6 cm de alto y hay poca proporción en el cuerpo.
- 2) Perspectiva: La figura se coloca hacia la parte superior de la hoja y hacia el lado izquierdo.
- 3) Detalles: Los brazos son anchos, cortos y no incluyen las manos. Pocos detalles en el torso y no se divisa la presencia del cuello. Tampoco hay ropa. Las piernas son tipo espagueti y parece que al final de las piernas están los pies. Hay presencia de pelo y en los ojos no se divisan las pupilas.

D2 de participante Rojo 2

No se divisan borraduras y hay poca simetría en el cuerpo. Las líneas están bastante bien marcadas. No parece ser persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y la nariz está sin orificios. No se indica la ropa, los pies ni las orejas.

- 1) Tamaño y proporción: La figura mide 6 cm de alto y no tiene mucha proporción.
- 2) Perspectiva: La figura se coloca en la parte superior de la hoja y está más centralizada que en el primer dibujo.
- 3) Detalles: Los brazos cambiaron a tipo espagueti (dependencia) y las manos están omitidas. En los rasgos faciales se incluyeron las pupilas. No hay elementos que indiquen que es una figura del mismo sexo. El cuello continúa estando omitido (impulsividad). No hay ropa. Las piernas continúan en forma espagueti y no se divisan los pies.



D1 de participante Rojo 3

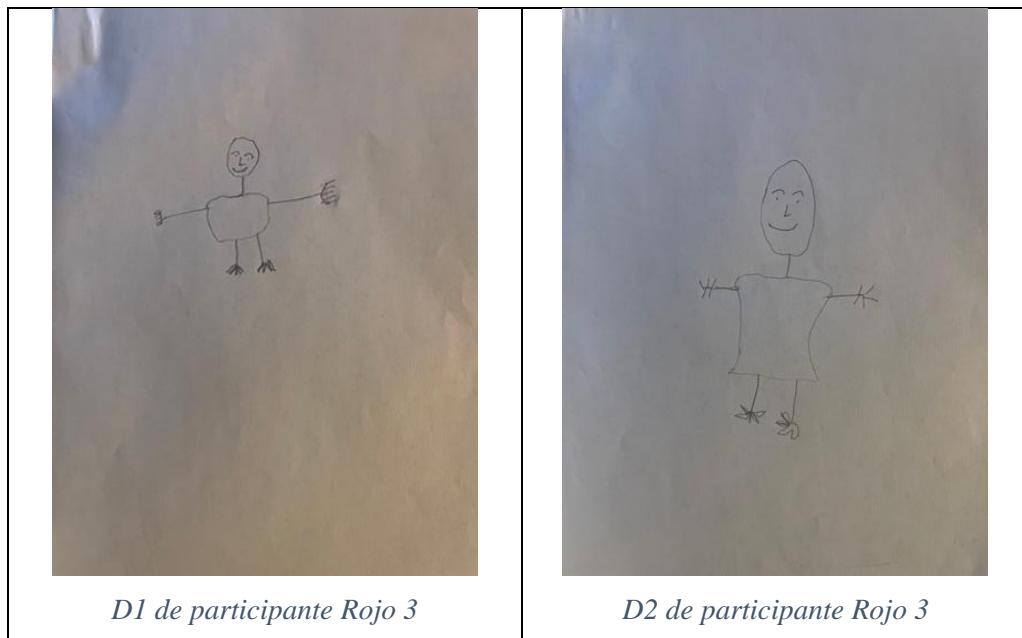
El dibujo tiene pocas borraduras y poca simetría. Las líneas están bien marcadas. No es claro si es persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y una nariz sin orificios. No se indica ropa, ni orejas. Sí están los pies.

- 1) Tamaño y proporción: La figura mide 7 cm de alto y hay poca proporción.
- 2) Perspectiva: La figura está localizada en el lado izquierdo de la hoja y en la parte superior.
- 3) Detalles: Los brazos son tipo espagueti, al igual que las manos, las piernas y los pies. El torso es cuadrado y el cuello es tipo espagueti también. No se indica ropa ni pelo. Hay una sonrisa en el rostro.

D2 de participante Rojo 3

No se perciben borraduras y no hay mucha simetría. Las líneas continúan siendo bastante marcadas. No se percibe si es persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y una nariz sin orificios. No se indica ropa, ni orejas. Los pies están presentes.

- 1) Tamaño y proporción: La figura mide 12 cm de alto con poca simetría.
- 2) Perspectiva: La figura está más centralizada.
- 3) Detalles: Los detalles se mantienen bastante iguales con la excepción de los brazos que se han vuelto más cortos.



D1 de participante Rojo 4

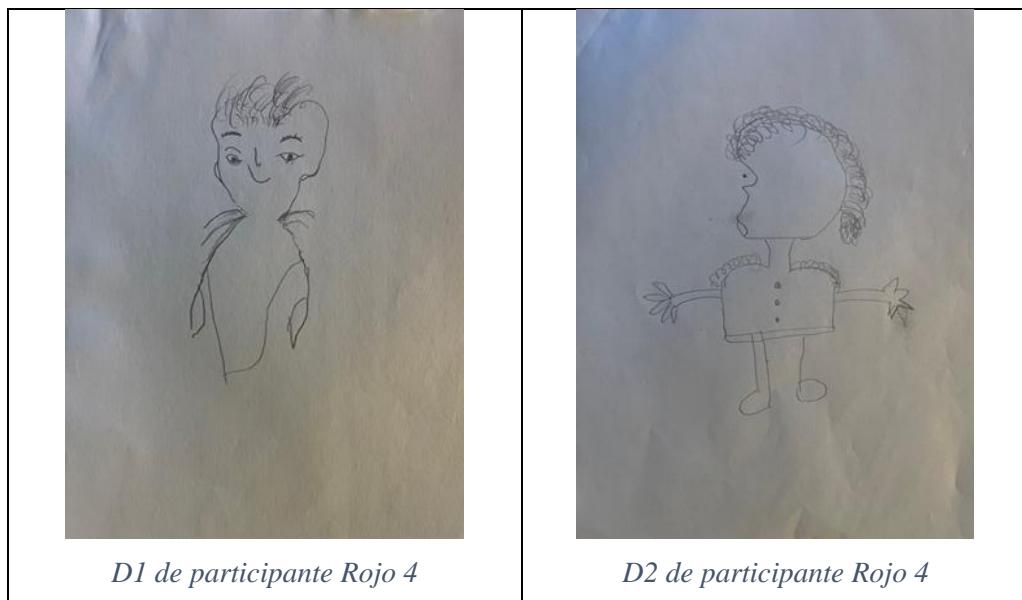
No se encuentran borraduras. Hay poca simetría y las líneas están bastante marcadas. No es claro si es una persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y no hay rotos en la nariz. No se indica ropa y no hay pies.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 16 cm de alto y no hay proporción.
- 2) Perspectiva: La figura se encuentra centralizada, aunque gran parte de la figura se ubica en la parte superior de la hoja (falta de realismo).
- 3) Detalles: Los brazos no están muy claros, parecen ser de forma de espagueti y terminan en lo que parecería ser unas manos más anchas en forma similar a un diamante. La cabeza tiene un tamaño bastante grande (regresión). El cuello está omitido. De lo que parecería ser los hombros salen unas líneas que no son claras en cuanto a qué son. Las piernas y los pies están omitidos. El pelo sólo se ubica en el área de la frente.

D2 de participante Rojo 4

Tiene pocas borraduras y falta simetría entre las partes del cuerpo. Las líneas están bastante bien marcadas. No es claro si es persona del mismo sexo. Se indica la ropa. Están presentes los pies, pero no las orejas.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 14 cm de alto y no tiene mucha proporción.
- 2) Perspectiva: La figura está más centralizada que el dibujo anterior. La figura parece estar con la cabeza de perfil y el cuerpo de frente (organicidad).
- 3) Detalles: Los brazos se observan rígidos hacia los lados y extendidos. Las manos tienen los dedos puntiagudos (impulsividad). Hay presencia de cuello y de piernas que no había antes. Una de las piernas está dibujada en forma de espagueti y la otra tiene más grosor. El torso es corto y cuadrado y hay presencia de botones. La cabeza está de perfil, la boca aparece estar abierta y la pupila separada de la cabeza.



D1 de participante Rojo 5

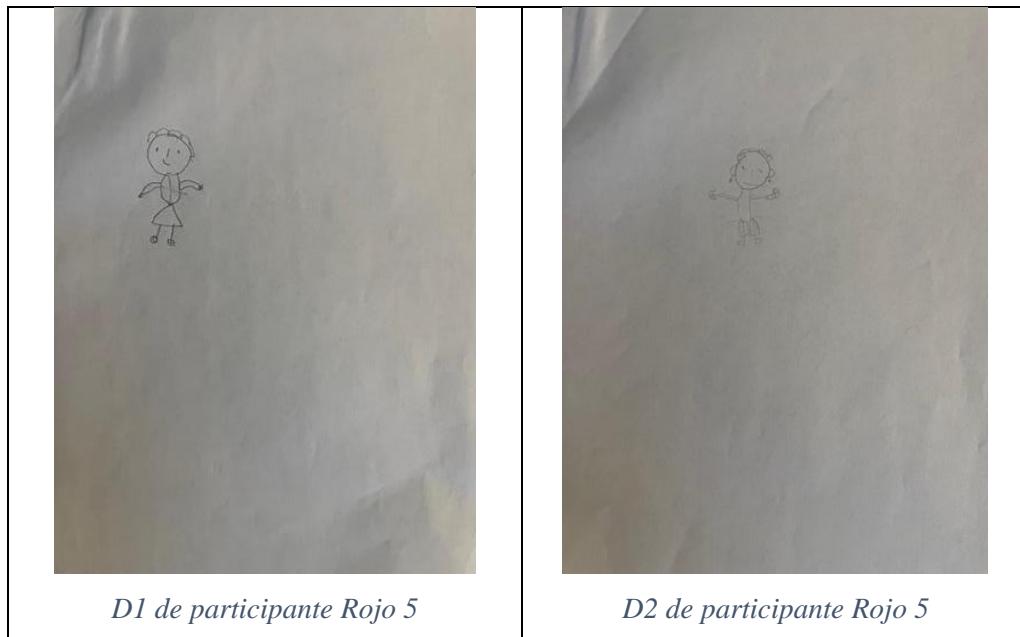
Tiene un poco de borraduras y algo de simetría en la figura. Las líneas están bastante bien marcadas. Aparenta ser una persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y no se incluyeron los orificios de la nariz. Se indica la ropa y los pies. No están presentes las orejas.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 6 cm de alto y hay poco de proporción en el cuerpo.
- 2) Perspectiva: La figura se encuentra en la parte superior e izquierda de la hoja (regresión).
- 3) Detalles: El cuello está omitido (impulsividad). Las manos no están muy bien definidas. Hay una pequeña sonrisa en el rostro. En el torso no es muy claro si hay ropa, aunque está presente una falda.

D2 de participante Rojo 5

No hay borraduras y las líneas son un poco más débiles que el dibujo anterior. Hay un poco más de simetría en el cuerpo. Aparenta ser una persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y la nariz está sin orificios. Se indica la ropa como unos pantalones en esta versión. Están presentes las orejas y los pies.

- 1) Tamaño y proporción: Mide 4 cm de alto.
- 2) Perspectiva: Está un poco más centralizada que la figura anterior, pero sigue en el lado izquierdo y superior de la hoja.
- 3) Detalles: Los brazos son más finos y la ropa cambió a unos pantalones. El torso tiene mejor proporción con el cuerpo. Se han añadido unos pendientes en las orejas. Los pies tienen una forma más cuadrada.



D1 de participante Rojo 6

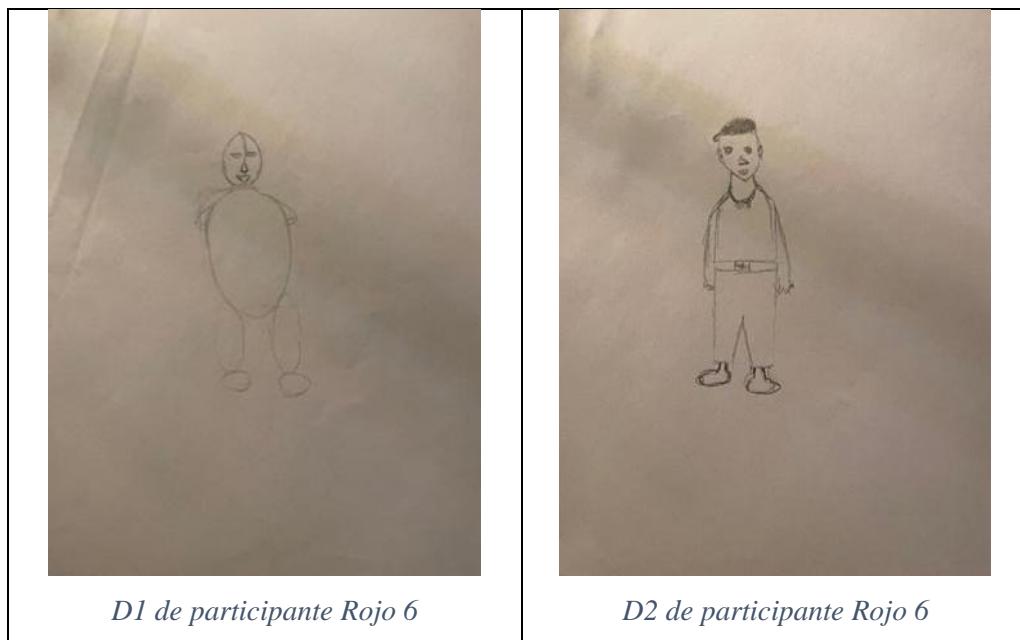
Se encuentran un poco de borraduras y hay poca simetría. Las líneas son un poco débiles. Parece ser una persona del mismo sexo. No se dibujaron las pupilas y la nariz está sin orificios. No se indica la ropa. Están los pies, pero no están las orejas.

- 1) Tamaño y proporción: La figura mide unos 12 cm de alto y no hay mucha proporción en la figura.
- 2) Perspectiva: La figura está bastante centralizada.
- 3) Detalles: Están omitidos los brazos (culpa, sentimientos de inadecuación) y hay énfasis en la nariz (preocupaciones sexuales, común en niños). El torso es bastante redondo y no está el cuello (impulsividad). Hay una línea que se marca desde la frente a la nariz, es posible que era la técnica para centralizar la nariz.

D2 de participante Rojo 6

No se divisan borraduras y hay un poco más de simetría. Se dibujó una persona del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas y hay orificios en la nariz. Se indica la ropa y un cinturón. Están presentes las orejas y los pies.

- 1) Tamaño y proporción: Mide unos 13 cm de alto y hay un poco más de proporción en el cuerpo.
- 2) Perspectiva: La figura sigue centralizada, aunque ahora queda un poco más hacia la izquierda.
- 3) Detalles: Hay mayor claridad en la figura. Además de añadir ropa, ha añadido una gorra en la cabeza. En la boca se divisan dientes (agresividad). Otro detalle nuevo es un collar que tiene con varios adornos. Los brazos ahora están presentes.



D1 de participante Rojo 7

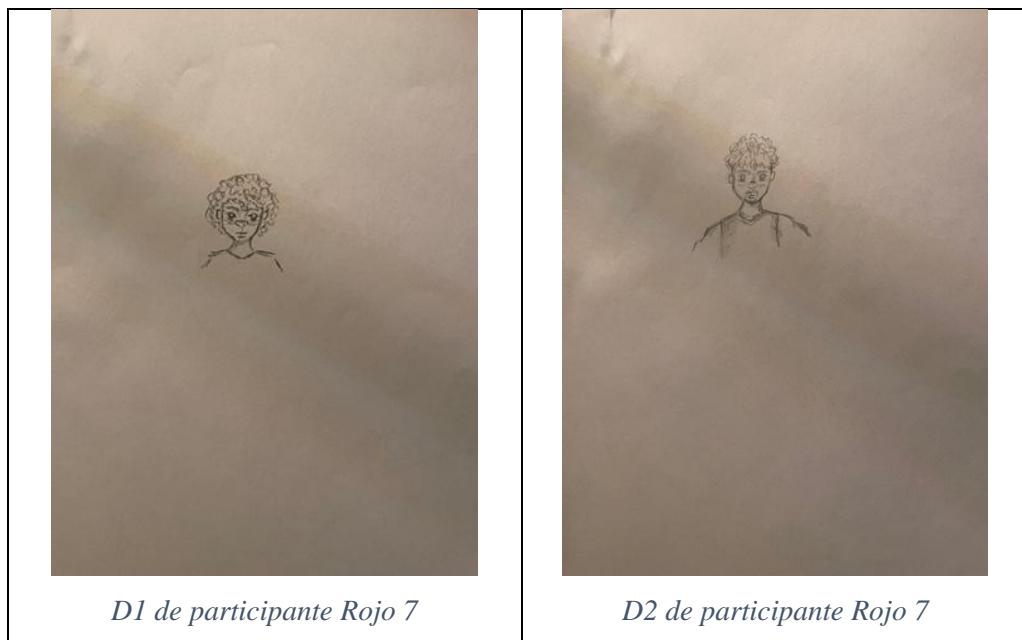
No se aprecian borraduras y las líneas están bastante bien marcadas. No es claro si es un sujeto del mismo sexo. Se dibujaron las pupilas, los orificios de la nariz y las orejas. Aparenta haber ropa en los hombros. No hay presencia de un cuerpo completo, por ende, no hay presencia de los pies.

- 1) Tamaño y proporción: Es una figura que mide 4 cm de alto y hay proporción dentro del dibujo.
- 2) Perspectiva: La figura se encuentra en la parte superior de la hoja y hacia el lado izquierdo.
- 3) Detalles: Hay bastante énfasis y detalle en los rasgos faciales. El pelo tiene la textura rizada. No está el resto del cuerpo. Puede ser por falta de tiempo o deseo de enfatizar en los rasgos faciales.

D2 de participante Rojo 7

No hay borraduras y hay simetría. Las líneas están bien marcadas. Se dibujó una persona del sexo contrario. Se dibujaron las pupilas, los orificios de la nariz y la ropa. La figura nuevamente está sin un cuerpo completo.

- 1) Tamaño y proporción: La figura mide 6 cm de alto y se aprecia proporción.
- 2) Perspectiva: La figura continúa siendo en la parte superior y hacia el lado izquierdo de la hoja.
- 3) Detalles: Da la impresión que de un dibujo al otro, hubo un crecimiento de la figura. No solo en tamaño, sino en edad. Hay énfasis en los rasgos faciales y ahora se le añadió vello facial. El pelo es más corto y ahora se puede apreciar un poco más el área del pecho donde hay presencia de ropa.



D1 de participante Rojo 8

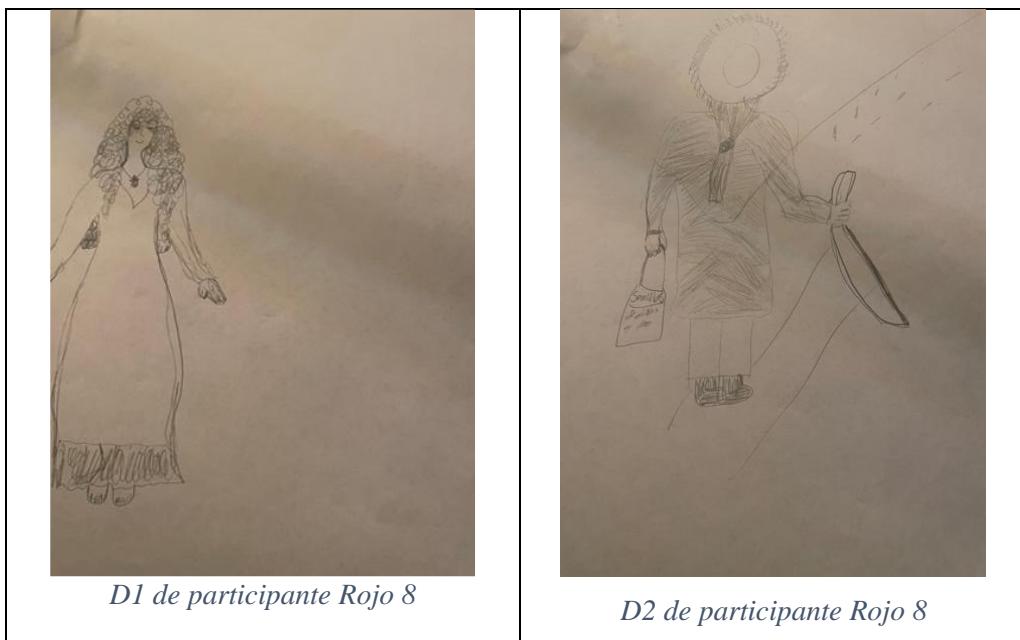
Tiene pocas borraduras, simetría y líneas bien marcadas. Se dibujó una persona del mismo sexo. No se dibujaron las pupilas porque los ojos aparentan estar cerrados. La nariz está sin orificios, se indica la ropa, las orejas y los pies.

- 1) Tamaño y proporción: La figura mide 17 cm de alto y tiene bastante proporción.
- 2) Perspectiva: La figura se encuentra en el lado extremo izquierdo de la hoja.
- 3) Detalles: Los ojos aparentan estar cerrados con una sonrisa en el rostro. El cabello es bastante abundante y rizo. El traje tiene detalle y claridad. Los pies están presentes con lo que parecen ser sandalias. Tiene un collar. Una de las manos quedó cortada por el borde de la hoja.

D2 de participante Rojo 8

No se divisan borraduras, hay simetría y las líneas están bien marcadas. Se dibujó una persona del mismo sexo. No se pueden divisar los rasgos faciales porque la figura está de espalda. Los pies están presentes.

- 1) Tamaño y proporción: La figura mide 17 cm de alto y tiene bastante proporción.
- 2) Perspectiva: La figura está de espalda como si fuera hacia un camino que tiene por delante. Se encuentra en el lado izquierdo y un poco más hacia arriba en comparación con el primer dibujo.
- 3) Detalles: Se añaden detalles como un sombrero, machete y lo que parece ser un contenedor con semillas. La ropa y los zapatos (botas) son adecuados a los detalles que tiene porque indica que la figura está mirando hacia al frente para sembrar y trabajar un terreno. Es un dibujo inspirador que trae la imagen de construir el futuro (simbología).



Lista de palabras Grupo Verde – Antes de los talleres

| Antes del huracán | Durante el huracán | Después del huracán |
|---|--|--|
| <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preocupación ● Ansiedad ● Nervios ● Perdí el apetito ● Incertidumbre ● Impaciencia ● Impotencia ● Desorientada <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Miedo ● Desorientada ● Es un monstruo ● Mi casa está en peligro por derrumbes ● Me tengo que mover a otra casa <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Calma ● Paciencia ● Control ● Calmada ● Feliz ● Seguridad ● Previsión ● Protección <p>Otros elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Agua ● Alimentos ● Energía eléctrica ● Familia | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Confusión ● Desesperación ● Intranquila ● Estrés ● Incertidumbre <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Temor ● Miedo (repetido varias veces) ● Preocupación ● Alerta ● Tristeza ● "Habrán cerrado el cilindro de gas" ● "¿Por dónde se metió tanta agua?" ● "Dicen de que todo acabará" <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Calma ● Autocontrol ● Paciencia ● Estabilidad <p>Otros elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Viendo noticias | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ansiedad por falta de energía eléctrica ● Confusión ● Incertidumbre ● Preocupada ● Desconcierto <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tristeza ● Coraje (por FEMA) ● Indignación ● "Ver derrumbes y no poder pasar a mi casa" ● "Wow, se derrumbó y llegó cerca a la puerta de mi casa" ● "Hay que esperar a que la casa se derrumbe" <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tranquilidad ● Paz ● Calma ● Autocontrol ● Paciencia ● Control ● Reflexión ● Ánimo ● Esperanza ● Feliz <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Presta para ayudar ● Movimiento ● Misión ● Labor ● Ayuda <p>Otros elementos:</p> |

| | | |
|--|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> ● Regresar a P.R. ● Destrucción ● Desastre |
|--|--|--|

Lista de palabras Grupo Verde – Después de los talleres

| Antes del huracán | Durante el huracán | Después del huracán |
|--|--|---|
| Ansiedad e incertidumbre: <ul style="list-style-type: none"> ● Preocupación ● Mucha preocupación ● Ansiedad ● Alerta ● Desorientada ● Estresada ● Frustración ● Desconocimiento | Ansiedad e incertidumbre: <ul style="list-style-type: none"> ● Intranquilidad ● Preocupada ● Estresada ● Frustrada ● Incertidumbre ● Problemas ● Confusión | Ansiedad e incertidumbre: <ul style="list-style-type: none"> ● Indefensa ● Desconfianza por la falta de energía eléctrica ● Prisa ● No descanso ● Anemia ● Tristeza |
| Miedo y sensación de peligro: <ul style="list-style-type: none"> ● Miedo | Miedo y sensación de peligro: <ul style="list-style-type: none"> ● Temor ● Miedo (mencionado varias veces) | Miedo y sensación de peligro: (No hubo menciones) |
| Tranquilidad: <ul style="list-style-type: none"> ● Preparación ● Asegurar ● Feliz | Tranquilidad: <ul style="list-style-type: none"> ● Concentrada en lo que estaba sucediendo ● Apreciación de las personas | Tranquilidad: <ul style="list-style-type: none"> ● Tranquilidad ● Empatía ● Resiliencia ● Más tranquila ● Orientada ● Con fe ● Despreocupada ● Calmada |
| Acción: <ul style="list-style-type: none"> ● Preguntas ● Llamadas ● Textos | Acción: <ul style="list-style-type: none"> ● Viendo noticias ● Anotando todo lo que sucedía en una libreta ● Escuchar otras voces ● Contactos | Acción: <ul style="list-style-type: none"> ● Limpiar la casa ● Aprendí ● Acción ● Recaudar fondos ● Movimiento ● Respuestas ● Reconocimiento |
| Otros elementos: <ul style="list-style-type: none"> ● Afuera | Otros elementos: <ul style="list-style-type: none"> ● Velero ● Materiales | Otros elementos: <ul style="list-style-type: none"> ● Saludable |

Lista de palabras Grupo Amarillo—Antes de los talleres

| Antes del huracán | Durante el huracán | Después del huracán |
|---|--|---|
| <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tengo nervios ● Miedo ● Inseguridad ● Preocupación ● Worry (preocupación) ● Helpless (desamparo) ● Scared (asustada) ● ¿Qué va a pasar? ● ¿Cuánto tiempo vamos a estar afuera? ● La casa se va a inundar <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Protégenos señor ● Miedo <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tranquila ● Normal ● Despreocupación <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Recoger ● Lpiar ● Asegurarse ● Chequear las ventanas ● Puertas ● Los animales ● Preparativos ● Asegurar la propiedad ● Hay que recoger lo que se pueda ● Comprar comida <p>Otros elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Family (familia) ● Natural ● Small (pequeño) | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pánico ● Temor de pérdidas humanas y materiales ● Impaciencia ● Ansiosa ● Desesperación ● Confusión ● Intriga <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Miedo (mencionado varias veces) ● Intenso ● Esto es horrible ● Qué fuerte <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Hay que cogerlo con calma ● Comendar a Dios <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Trabajando sacando agua de mi casa ● Despierta ● Sacar agua ● ¿Te contestó abuela? <p>Otros elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Waiting game (juego de espera) ● Destruction (destrucción) ● Los ruidos del viento ● No se ve la Isla ● Emoción | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Miedo ● Ansiedad ● Insomnio ● Desesperación ● Helpless (desamparo) ● Let down by the government (defraudado por el gobierno) ● ¿Cuándo volvemos? <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Cada vez que llega la temporada de huracanes siento miedo ● Todo fue devastado ● Desastre ● Reguero <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Gracias señor esto pasó ● Resiliencia ● Volver a la realidad del momento ● Adaptación ● Volver a empezar ● Comienza la restauración <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Buscar a mi familia ● Comunicación ● Rebuild (reconstruir) ● Tenemos que ayudar ● Tengo que salir ● Reunión para dar ayuda ● En la parroquia formamos grupos ● Trabajo lavando a mano ● Limpieza de afuera de la casa (hojas, escombros) ● Tomé fotografías de todo el barrio ● Ver otras familias que estén bien ● Recoger |

| | | |
|--|--|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> • Limpiar <p>Otros elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Por lo menos están bien • Curiosidad |
|--|--|--|

Lista de palabras Grupo Amarillo– Despues de los talleres

| Antes del huracán | Durante el huracán | Después del huracán |
|--|--|---|
| Ansiedad e incertidumbre: <ul style="list-style-type: none"> • Preocupación • Incertidumbre • Ansiedad • Nerviosismo • Angustia • Desespero • Intriga • No saber qué pasa | Ansiedad e incertidumbre: <ul style="list-style-type: none"> • Temor • Ansiedad • Ansiosa • Desesperada • ¿Qué pasará? • ¿Qué quedará? • No angustiarme <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dios nos cuide • Estar alerta • ¿Y abuela está bien? • No se ve Puerto Rico en el radar <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Paciencia • Tranquila • Estamos en casa • Esperar ver que todos estén bien <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dialogar • Orar • Observar hasta donde se pueda • Escuchar el viento y la lluvia • Descubrir algo nuevo <p>Otros elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ea (expresión coloquial) | Ansiedad e incertidumbre: <ul style="list-style-type: none"> • Todavía ansiosa y con miedo • ¿Por cuánto tiempo estaremos así? • Desconcertación • Soledad <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ver destrozos <p>Tranquilidad y control:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Orden • Resiliencia • Acomodo • Limpieza • Gratitud • Ver hacia el futuro • Gracias Dios nuestro <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ayudar • Levantarse • Distraernos • Reunir a grupos • Apoyarnos • Llevar paz • Asistir a otros • Llegar hasta lo más lejano • Empezar de nuevo |

| | | |
|--------------|--|---|
| ● Ignorancia | | <ul style="list-style-type: none"> ● Ayudar a otros (familiares, vecinos) ● Recoger <p>Otros elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Inconciencia ● Ignorancia ● Privilegio ● No hubo comunidad en mi caso ● Cambio ● Anda |
|--------------|--|---|

Lista de palabras Grupo Rojo—Antes de los talleres

| Antes del huracán | Durante el huracán | Después del huracán |
|--|---|---|
| <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ansiedad (mencionada varias veces) ● Incertidumbre ● Desvelo ● Falta de sueño ● Stress ● Preocupación ● Viene no viene <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Miedo (mencionado varias veces) ● Corre y corre ● Dios mío que nada malo suceda y protéjanos de todo <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● No tenía temor ● Estaba feliz ● Despreocupación ● Tranquilidad ● Confianza <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preparación | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pánico ● Preocupación ● Nervios ● Ansiedad (varias menciones) ● Desvelo ● Falta de sueño ● Stress ● Incertidumbre ● Preocupada ● Ansiosa ● Negación <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Miedo (varias menciones) ● Asustado ● Tristeza ● Impotencia ante la fuerza de la naturaleza ● Ira ● Molesta <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Espera | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preocupación ● Desespero ● Ansiedad ● Incertidumbre ● Desilusión ● Negación <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Tristeza ● Miedo (mencionado como “miedo-ratas-mosquitos”) ● Desolación ● Nervios ● Preocupado ● “Dios mío, qué desastre” <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Calma ● Alegría ● Alivio ● Sentido de comunidad ● Preparada ● Informada ● Valorar la vida |

| | | |
|---|---|---|
| <p>Otros elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Hambriento | <ul style="list-style-type: none"> ● Dios nos cuide mucho <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● No se hallaron palabras relacionadas con esta categoría <p>Otros elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Frustrado ● Aburrido ● Cansancio ● Asombro | <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Empezar de nuevo ● Limpiar/restaurar ● Sembrar ● Remediar ● Renacer ● Prevenir ● Enfrentar la realidad ● Condolencia <p>Otros elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Me sentí más conectado con mi Isla ● Curiosidad ● Asombro ● Lo observaba ● Lo escuchaba ● Necesidad |
|---|---|---|

Lista de palabras Grupo Rojo– Despues de los talleres

| Antes del huracán | Durante el huracán | Después del huracán |
|--|--|--|
| <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ansiosa (varias menciones) ● Ansiedad (varias menciones) ● Preocupados porque no sabíamos qué iba a suceder ● Incertidumbre ● Temor ● Falta de sueño ● Inestabilidad ● Desinformación | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preocupada (mencionado varias veces) ● Alerta ● Ansiedad ● Incertidumbre ● Desesperación ● Falta de sueño <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Miedo (mencionado varias veces) ● Desespero ● Terror ● Asustada (mencionado varias veces) ● Tengo miedo | <p>Ansiedad e incertidumbre:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preocupada por el desastre ● Incomunicada ● Desconcierto ● Ansiedad ● Fragilidad ● Vulnerabilidad <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Miedo ● Terror ● Asustada ● Tristeza (varias menciones) ● Desolación ● Dolor ● Impotencia |
| <p>Miedo y sensación de peligro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Miedo ● Asustada ● Temor ● Imprudencia | | |

| | | |
|--|---|---|
| <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Seguro ● Tranquilidad ● Alegría <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Preparar la casa y los primeros auxilios ● Prevención <p>Elementos relacionados al huracán:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Alimentos ● Agua ● Medicina ● Artefactos energéticos ● Gasolina ● Se hablaba de gasolina, suministros <p>Otros elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Poco juicio ● Curiosidad ● Desconocido para mis vecinos ● Arrogante | <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Impotencia ● Ira/frustración ● Miedo/susto <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Orando ● Agradecimiento ● Comprensión <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Saca el agua ● Cuidado ● Nos ahogamos <p>Otros elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Impacto ● Aburrido | <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Coraje ● Abandono ● Frustración-Estado ● Se perdió la cosecha <p>Tranquilidad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Alegría ● Agradecida ● Reflexión ● Comprensión ● Compasión ● Empatía ● Sentido comunitario ● Nueva percepción ● Social ● Humilde <p>Acción:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● A recoger escombros ● Restaurar ● Renacer ● No esperar ● Dar trabajos ● Alimentos ● Ropas-limpieza ● Agua ● Energía <p>Otros elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Sorprendida ● Esa casa no se veía ● El árbol de pana se fue ● Impresionada ● Perpleja/asombro ● Destrucción ● Necesidad |
|--|---|---|