

Resiliencia en todas sus facetas

La Resiliencia es el término empleado en **ecología desde comunidades y ecosistemas** para indicar la capacidad de estos de absorber perturbaciones, sin alterar significativamente sus características de estructura y funcionalidad; pudiendo regresar a su estado original una vez que la perturbación ha terminado. Por regla empírica general, se ha observado que las comunidades o los ecosistemas más complejos —que poseen mayor número de interacciones entre sus partes—, suelen poseer resiliencias mayores, ya que existe una mayor cantidad de mecanismos auto reguladores.

Hay un ejemplo vivo en el 35 % de los corales del norte y centro de la Gran Barrera de Australia muere por blanqueo, según investigaciones submarinas, restando vida marina a otras especies en cadena. Esto puede deberse al calentamiento de la escala global de las aguas.

La alternativa sería reforestar a las orillas de las playas y ríos para aminorar el calentamiento y producir un balance. Se inicia con campañas y publicidad que conciencien a la humanidad.



www.ekoenerg.v.org

La capacidad de resiliencia de un ecosistema está directamente relacionada con la riqueza de especies y el traslado de las funciones ecosistémicas. Es decir, que un sistema en el cual sus integrantes tengan más diversidad y número de funciones ecológicas, será capaz de soportar de mejor manera una perturbación específica.

Hay muchos gases de efecto invernadero responsables de un calentamiento adicional de la atmósfera, los cuales son producidos de distintas formas por personas. La mayoría provienen de la combustión de combustibles fósiles de los coches, de las fábricas y de la producción de electricidad. El gas responsable de la mayoría del calentamiento es el dióxido de carbono, también llamado CO₂. Otros contribuyentes son el metano expulsado de los vertederos y de la agricultura (especialmente de los sistemas digestivos de los animales que pastan), óxido nitroso de los fertilizantes, los gases usados para la refrigeración y procesos industriales, y de la pérdida de bosques que de otra forma almacenarían CO₂. *

*<http://www.ekoenergy.org/es/extras/background-information/climate-change/>

La resiliencia se define como la capacidad de un sistema para retornar a las condiciones previas a la perturbación. Para calcularla en un intervalo determinado de tiempo se realiza el cociente entre las medidas antes y después de la perturbación de cualquier variable descriptora del ecosistema. Antes de la destrucción o cambio natural negativo cómo se observaba el ambiente y después al cabo de un tiempo determinado que factores han perturbado el ecosistema para producir pérdidas notorias.

La **Resiliencia desde su perspectiva psicológica** se determina por la capacidad de las personas de sobreponerse a períodos de dolor emocional y situaciones adversas. Hay varios investigadores a finales del Siglo XX e inicio del siglo XXI que definen y explican el alcance del término resiliencia.

- El término resiliencia se ha utilizado de formas diversas. Entre los psicólogos, Emmy Werner, en 1995 quien explica que se refiere a tres usos generales del término resiliencia: buen desarrollo a pesar de alto riesgo social; mantención de las competencias pese al estrés continuo; y recuperación después del trauma.
- Emily Hunter, en 1999, conceptualiza la resiliencia como un continuo entre dos polos: «resiliencia menos que óptima» y «resiliencia óptima». En el caso de adolescentes sometidos a riesgo psicosocial que responden en forma menos que óptima, refiriéndose este tipo, a respuesta que incluyen «tácticas violentas de supervivencia, comportamientos de alto riesgo y abandono social y emocional, y que el pronóstico más probable es que sean adultos mal adaptados.
- Michael Rutter, entre 1999 y 2000, define resiliencia como la resistencia relativa al riesgo psicosocial, sin necesariamente esperar un resultado positivo, sino más bien enfocado en la forma o proceso en que la persona enfrenta el riesgo. Rutter desarrolló sus estudios a partir de tres áreas de investigación: el estudio de poblaciones de alto riesgo como la de los hijos de padres con enfermedades mentales; los estudios sobre temperamento realizados en la década de los 60 y el estudio de las diferencias a nivel individual para enfrentar las distintas situaciones de vida.
- Suniya Luthar, entre el 2000 y el 2006, define resiliencia como una adaptación positiva pese a la adversidad, enfatizando los dos elementos que la constituyen: la adversidad significativa y la adaptación positiva, lo cual lleva a la conclusión de que la resiliencia sólo se mide indirectamente a través de estos elementos. Esta idea es compartida por varios investigadores.
- El psiquiatra y psicoanalista Boris Cyrulnik divulgó este concepto que extrajo de los escritos de John Bowlby. Es un término que se toma de la resistencia de los materiales que se doblan sin romperse para recuperar la situación o forma original. Por ejemplo un arco que se dobla para lanzar una flecha, o los juncos bajo la fuerza del viento. Cuando un sujeto o grupo es capaz de hacerlo, se dice que tiene una resiliencia adecuada y puede sobreponerse a contratiempos o incluso resultar fortalecido por estos.

Hay factores que inciden en lograr resiliencia personal, según American Psychological Association, en la obra El Camino hacia la Resiliencia, siendo estos:



La **Resiliencia en el arte**, supongamos la obra: El Patito Feo de Boris Cyrolnick que desde una suposición de imagen y entorno que te irradia una negatividad, en vez de creatividad explica teorías de alternativa ante situaciones infantiles traumáticas que se consideran irreparables.

Es la capacidad de la obra de arte para conservar a través de la estética su particularidad, a pesar del creciente subjetivismo.

“Los patitos feos” es un libro optimista que demuestra que ninguna herida es irreversible, que un niño herido no está condenado a convertirse en un adulto fracasado ya que no todo se juega antes de los tres años y no todo está decidido a los seis. En contra de la creencia general, un niño maltratado no tiene por qué convertirse en un padre maltratador. **

Por tanto, la resiliencia no es una patología, sino una respuesta común a la adversidad. El Kintsugi, técnica originaria del Siglo XV en Japón, se encarga de restaurar piezas de cerámicas como vajillas, tazas y ornamentos con barniz de resina, oro, platino y plata por dentro y fuera. Lo que se pensaba que era inservible, toma otro matiz, brilla y luce como pieza original, restaurando la imagen y retomando valor intrínseco para el restaurador y para el objeto. Esto es decisión, creatividad y acción.

**(<http://www.arteyresiliencia.blogspot.com>).

- **Resiliencia (cultura emprendedora)**, es la capacidad que tiene el emprendedor para confrontar situaciones que confunden a la generación y al desarrollo de un plan cultural en beneficio de la historia, del folclore, de la idiosincrasia; la conservación de las tradiciones generando sinergia con sus socios o colaboradores para salir airoso y con determinación de ella; basado en la previsión del riesgo.

Un ejemplo vivido es el Desfile de Las Mil Polleras, el Festival del Jazz en Panamá, los Carnavales, las fiestas patronales en las diferentes provincias. Esto genera la concentración de la música, el baile, la organización de los pueblos y la sinergia entre todos. Las Autoridades que deben participar deben estar coordinadas por el Instituto Nacional de Cultura, los Municipios y demás Gobernaciones.

- **Resiliencia (urbanística)**, es la capacidad de la ciudad para resistir una amenaza, también absorber, adaptarse y recuperarse de sus efectos de manera oportuna y eficiente, incluye la preservación y restauración de sus estructuras y funciones básicas. Estas son las adaptaciones, la proyección de imagen del país y el acondicionamiento para mantener una calidad de vida con servicios públicos, respeto al medio ambiente, respeto a la diversidad que tiene la población, que cambien las normas que dan cabida a las malas prácticas sociales y jurídicas en el país.

Planificar en el tiempo las mejoras para tener la satisfacción de las necesidades básicas que requiere la población no solo en las Ciudades de Panamá y Colón, sino en todo el país. Llámese las líneas de Metro, el soterramiento de las líneas eléctricas, el cambio de tuberías de agua potable y de aguas negras, el saneamiento de la Bahía de Panamá, la reconstrucción del Casco Viejo, la conservación de las autopistas; la conservación de las vías ferroviarias de Panamá y Colón, la limpieza de las playas, la censura de propagandas nocivas y la conservación de escuelas, hospitales, mercados públicos, seguridad y transporte.