



**Percepciones y experiencias sobre el impacto del cambio climático en la salud mental de familias en Caldas, Antioquia: un estudio cualitativo.**

**Trabajo de grado para optar por el título de psicóloga**

**Melissa Zapata Chavarriaga**

**Paula Andrea Galindo Ochoa.**

**PhD. (c) en psicología.**

**Corporación Universitaria Lasallista  
Facultad de Ciencias Sociales y Educación  
Psicología  
Caldas, Antioquia  
2025**

## Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo comprender cómo las familias del municipio de Caldas, Antioquia, perciben y experimentan el impacto del cambio climático en su salud mental durante el año 2025. Para ello, se desarrolló una investigación cualitativa con enfoque fenomenológico-interpretativo, a partir de entrevistas semiestructuradas realizadas a cinco familias residentes en el municipio. Este enfoque permitió explorar en profundidad los significados subjetivos y las vivencias emocionales asociadas a los cambios ambientales percibidos en su cotidianidad. Los resultados evidencian que las familias reconocen transformaciones claras en el clima, aumento y variabilidad de la temperatura y precipitaciones y mayor frecuencia de eventos extremos, que afectan sus rutinas, dinámicas familiares y sensación de seguridad. Estos cambios generan emociones como preocupación, irritabilidad, incertidumbre, miedo e impotencia; sin embargo, la mayoría no identifica estas reacciones como afectaciones directas a su salud mental, sino que las naturaliza como parte de una nueva realidad del entorno. Asimismo, factores culturales, educativos y comunitarios influyen en la forma en que las personas interpretan su malestar, lo que limita el reconocimiento explícito del impacto psicológico derivado de la crisis climática. El estudio concluye que existe una afectación evidente a la salud mental asociada al cambio climático, manifestada en diversas formas de malestar emocional que, aunque presentes, no siempre son reconocidas como tales por las familias. Este hallazgo subraya la necesidad de diseñar intervenciones psicosociales contextualizadas y de promover políticas públicas que incorporen la dimensión psicológica en la gestión del riesgo climático. Asimismo, se resalta la importancia de ampliar la investigación local para profundizar en esta problemática emergente y avanzar hacia estrategias de atención más integrales y basadas en evidencia.

**Palabras clave:** Cambio Climático, Salud Mental, Percepciones, Experiencias, Afrontamiento y Adaptación.

## Tabla de contenido

Título de la Investigación .....	6
Pregunta de investigación:.....	6
Introducción .....	7
Planteamiento del problema .....	10
Justificación .....	12
Objetivos .....	16
General.....	16
Específicos .....	16
Marco teórico .....	17
Antecedentes de literatura internacional.....	17
Antecedentes de literatura nacional y regional.....	20
Antecedentes de literatura departamental y municipal .....	24
Referentes teóricos.....	27
Cambio climático ´ .....	27
Cambio climático y salud mental ´ .....	27
Eco-ansiedad.....	28
Percepción.....	29
Psicología ambiental .....	30
Fenomenología .....	30
Consideraciones éticas.....	37
Resultados cualitativos .....	37
Lista de categorías y subcategorías .....	38
Presentación de cada categoría.....	40
Hallazgos.....	42
1. Conocimiento y contextualización sobre el cambio climático.....	42
1.1. Conocimiento previo sobre el cambio climático .....	42
1.2. Conocimiento previo sobre la salud mental .....	43
1.3. Información sobre los efectos del cambio climático en la salud mental.....	44
2. Percepción sobre el cambio climático 2.1. Cambios percibidos en el clima de Caldas en los últimos años .....	45
2.2. Eventos climáticos presenciados.....	47

2.3. Sentimientos ante el cambio .....	49
3. Impacto en la salud mental .....	50
3.1. Importancia del clima en el bienestar diario .....	50
3.2. Impacto del clima en la rutina .....	51
3.3. Cambios de ánimo asociados al clima .....	53
3.4. Malestar psicológico frente al futuro asociado al cambio climático .....	54
3.5. Alteraciones en la convivencia y dinámica familiar asociadas al cambio climático.....	56
3.6. Afectaciones emocionales derivadas de las variaciones climáticas .....	58
4. Impacto en la comunidad .....	59
4.1. Impacto comunitario del cambio climático .....	59
5. Afrontamiento y adaptación .....	61
5.1. Prácticas de adaptación frente al cambio climático .....	61
5.2. Estrategias de afrontamiento emocional frente al cambio climático .....	62
5.4. Percepciones ciudadanas sobre la gestión ambiental local.....	66
5.5. Expectativas ciudadanas frente a la gestión ambiental del gobierno local .....	68
Categorías emergentes: E1. Afectaciones fisiológicas relacionadas con el cambio climático ....	70
E2. Expansión urbana y transformación del territorio .....	72
Discusión .....	73
Conclusiones .....	83
Recomendaciones .....	88
Referencias .....	92
Apéndices .....	100
Apéndice 1: Instrumento de Recolección de Datos .....	100

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> .....	<b>39</b>
----------------------	-----------

**Título de la Investigación**

Percepciones y experiencias sobre el impacto del cambio climático en la salud mental de familias en Caldas, Antioquia: un estudio cualitativo.

**Pregunta de investigación:**

¿Cómo perciben y experimentan las familias de Caldas, Antioquia, el impacto del cambio climático en su salud mental en 2025?

## Introducción

El cambio climático es uno de los mayores desafíos que enfrenta la sociedad hoy en día. Aunque suele describirse como un problema ambiental, es más pertinente concebirlo como un problema humano. La comunidad científica confirma que la gravedad actual del cambio climático no es resultado de procesos naturales, por el contrario, acepta de manera casi universal que las acciones de los seres humanos son las responsables directas del cambio climático (Huertas & Corraliza, 2016). En la misma línea, El término "calentamiento global" lleva implícito la influencia de la acción humana. Por ello, no debe verse solo como un problema ambiental sino como un problema de la humanidad, estrechamente ligado a nuestros estilos de vida y al comportamiento humano.

Este estudio requiere hacer una distinción entre cambio climático (CC) y calentamiento global (CG), ya que suelen emplearse como términos intercambiables, pero tienen importantes diferencias conceptuales. Por un lado, “el calentamiento global se refiere al aumento en temperaturas planetarias, mientras que el cambio climático se refiere a los impactos y condiciones meteorológicas causados por el calentamiento global.” (Barboza Lizano, 2013).

El mismo autor, menciona además que el calentamiento global no se debe considerar como cambio climático, sino como el fenómeno generador de los problemas ambientales globales más complejos, representando un desafío social que requiere una solución urgente. (Barboza Lizano, 2013). El aumento promedio de la temperatura global provoca la elevación del nivel del mar e intensifica la frecuencia de fenómenos extremos como olas de calor, sequías, inundaciones, lluvias torrenciales y ciclones, etc. (Gauche Républicaine et Socialiste, 2021)

A medida que el CC continua, cada región experimenta eventos climáticos extremos de distintas formas, a veces combinados y con múltiples consecuencias. Estos efectos impactan diferenciadamente los países del mundo, según sus condiciones y características particulares. Las manifestaciones de un clima cada vez más extremo han afectado todos los ámbitos de la sociedad –científico, económico, cultural y político–, haciendo que tanto los países desarrollados como en desarrollo enfrenten el desafío del CC. Como resultado, los esfuerzos por comprender con mayor precisión estos cambios se han intensificado. (Pinilla Herrera et al., 2012).

Todo el tema del CC, además de ser un problema en sí mismo, es un sujeto de estudio que se relaciona con diversas temáticas que involucran las ciencias naturales y sociales, abordando aspectos sensibles en múltiples dimensiones y áreas del conocimiento. (Rozas O., 2003). Los enfoques de las ciencias naturales han explicado el clima a partir de los cambios en la atmósfera y las alteraciones en los patrones meteorológicos, como tormentas, granizadas y heladas, así como en variables climatológicas como la temperatura, la humedad y la precipitación. Sin embargo, desde la perspectiva de las ciencias sociales, el clima se entiende principalmente como el resultado de la forma en que los individuos perciben, se apropian e interpretan los eventos meteorológicos y climáticos que experimentan en su entorno. (López, 2011).

En este sentido, cada cultura posee sus propias concepciones, percepciones y formas de relacionarse con la naturaleza y sus territorios. Sin embargo, se ha demostrado que el impacto de la extrema variabilidad climática no ha sido uniforme, ya que algunos grupos y sectores presentan distintos niveles de vulnerabilidad. Por ejemplo, en Latinoamérica la intensidad y ocurrencia de eventos climáticos catastróficos afectan de manera más dramática a territorios rurales en donde habitan campesinos, afrodescendientes e indígenas. (Pinilla Herrera et al., 2012).

El aumento extremo de las temperaturas, consecuencia directa del CG, representa una amenaza para muchos países latinoamericanos. En este contexto, los científicos advierten que las olas de calor serán cada vez más frecuentes en países de América del Sur. Estas temperaturas intensas pueden generar estrés y saturación calórica, afectando especialmente a quienes no están acostumbrados a tales condiciones, con un riesgo mayor para los adultos mayores y los niños pequeños. (Paterson, 2017)

Desde el campo de la Psicología Ambiental, se analiza el componente conductual del CC, proporcionando información sobre las percepciones, creencias y actitudes de las personas al respecto, así mismo, se identifican los comportamientos que contribuyen a mitigar las consecuencias y las estrategias de adaptación a los cambios generados, además de las consecuencias psicológicas negativas como estrés, ansiedad, depresión e incertidumbre (Corral-Verdugo, 2021).

En los últimos diez años, las investigaciones sobre el conocimiento y las percepciones del CC han aumentado a nivel mundial. El reconocimiento de los saberes, creencias y prácticas de las comunidades no solo ayuda a llenar vacíos en la información científica, sino que también facilita

el diseño de medidas e intervenciones para mitigar y adaptarse a las transformaciones del clima. (Correa, 2011).

En el contexto colombiano, existen pocos estudios que aborden de manera puntual los efectos del CC en la salud mental (SM) de los individuos, lo que deja un vacío en el conocimiento sobre cómo las comunidades del país perciben y experimentan las consecuencias psicológicas de este fenómeno. Los estudios acerca de la relación clima-cultura en torno a los conocimientos, percepciones y estrategias de adaptación en lo local son recientes y se han enfocado mayormente hacia las comunidades indígenas (Irua, 201) y campesinas de ecosistemas de alta montaña y páramos. (De los Ríos & Almeida, 2011).

En el municipio de Caldas Antioquia, hasta la fecha no se han desarrollado estudios que indaguen sobre el CC y la relación con la SM de sus habitantes. Por lo tanto, este trabajo busca aportar a la construcción de conocimiento de la psicológica ambiental, explorando cómo las familias de Caldas perciben y experimentan el impacto del CC en su SM. A través de un enfoque cualitativo, se pretende dar voz a las familias de la comunidad, brindando un panorama más cercano y detallado sobre esta problemática. La comprensión de sus percepciones, emociones y estrategias de afrontamiento permitirá identificar patrones de malestar psicológico, preocupaciones específicas y posibles mecanismos de adaptación ante los efectos del CC.

Al centrarse en un contexto local, este estudio permitirá visibilizar una problemática global desde una perspectiva comunitaria, facilitando la identificación de necesidades específicas sentidas por los mismos afectados y promoviendo estrategias de intervención adaptadas a la realidad de Caldas. Con ello, se busca generar información aportante para futuras investigaciones y para el desarrollo de políticas públicas desde una mirada local que tenga en cuenta la SM en las estrategias de mitigación y adaptación ante el CC.

## Planteamiento del problema

Según la Organización Mundial de la Salud (2022) “La salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente”. (Salud mental: fortalecer nuestra respuesta., párr.1)

La SM está determinada por una compleja interacción de factores de estrés, vulnerabilidades individuales, sociales y estructurales, los cuales hacen cambios que pueden fortalecerla o debilitarla. No solo los factores psicológicos y biológicos individuales, como las habilidades emocionales y la genética pueden hacer que las personas tengan predisposiciones y sean más vulnerables a las afecciones de SM, sino también factores como la exposición a circunstancias sociales, económicas, geopolíticas y ambientales desfavorables, aumentan el riesgo de sufrir afecciones de SM. (OMS, 2022).

Se hace presente el cambio climático como un factor ambiental con potencial impacto en la SM de las personas. Según Palacio y Buteler (2021), el CC aborda las variaciones del clima a lo largo de la historia del planeta. Variaciones que se deben a múltiples factores naturales como cambios en la actividad solar, en la circulación oceánica, en la actividad volcánica o geológica, en la composición atmosférica, así también como a actividades antropogénicas. Mientras que el calentamiento global (CG) de la tierra es consecuencia del incremento del CO<sub>2</sub> atmosférico, debido específicamente a actividades humanas, como el uso creciente de energías fósiles (carbón, gas y petróleo) en el proceso de industrialización y la tala intensiva de bosques, lo que a su vez produce el efecto invernadero, provocando la elevación de la temperatura media de la atmosfera en 1,5 °C grados centígrados (desde 1850 a 1990).

El CC y concretamente el CG son fenómenos que afectan de diversas maneras a la población y los ecosistemas en distintas regiones del planeta. Colombia, y en particular los municipios del Valle de Aburrá, no son la excepción, ya que en estas áreas urbanas y metropolitanas continúan aumentando las emisiones de Gases de Efecto Invernadero (GEI), intensificando la influencia de la variabilidad climática sobre el territorio y la sociedad. (Prieto, 2019)

Las áreas metropolitanas, al ser centros de actividad económica y poblacional, presentan importantes retos ante el cambio y la variabilidad climática que enfrentan mediante procesos de adaptación y mitigación. Caldas, Antioquia, ubicado en el Valle de Aburrá, no es ajeno a estos fenómenos globales. Entre 2016 y 2019, las emisiones netas de CO<sub>2</sub>-eq en la región metropolitana aumentaron, y se han registrado alteraciones en las dinámicas climáticas que ponen en riesgo el bienestar de las comunidades y su entorno. (Palacio, 2022)

En la actualidad, el CC representa una de las mayores amenazas ambientales. Sus efectos ya se están manifestando, no solo a través de olas de calor extremas, sino también mediante factores menos evidentes, como el aumento gradual de la temperatura promedio y las alteraciones en los patrones de precipitación (Clayton, 2020). Se ha demostrado que los cambios ambientales lentos y progresivos, como el incremento de la temperatura, están relacionados con un aumento en la agresión y el conflicto. Tanto las altas temperaturas como las olas de calor extremas muestran una correlación con distintos tipos de violencia (Miles-Novelo y Anderson, 2019).

Se prevé que el estrés mental y/o existencial derivado del deterioro ambiental y la transformación del entorno seguirá en aumento, afectando significativamente la SM, emocional y espiritual de la población (Galway et al., 2019). Las investigaciones han evidenciado que la exposición a eventos climáticos extremos impacta negativamente la salud física, mental y las relaciones sociales. Entre las consecuencias psicológicas asociadas a estos cambios se incluyen desórdenes del sueño, estrés agudo, ansiedad, depresión, trastorno de estrés postraumático e incluso ideación o intentos suicidas (Dodgen, 2016, como se citó en Jaime, 2023).

Un estudio realizado con el fin de evaluar la percepción de impactos del CC en adolescentes brasileños a nivel local y analizar la relación entre las personas y su ambiente, reveló que el incremento de las temperaturas fue el impacto a nivel local más mencionado. Además, en los grupos de discusión los participantes no solo apuntaron impactos sobre el medio ambiente, sino consecuencias directas sobre la experiencia humana. (Barros y Pinheiro, 2020). Por otro lado, los participantes reconocieron la gravedad del cambio climático, sin embargo, la mayoría lo percibieron como un problema más crítico a nivel global que para sus propias localidades. Algunos justificaron esta percepción debido a que sus ciudades representan un área más pequeña que la del mundo, o por el hecho de que los medios no presentan información local sobre el impacto del CC.

El CC, como un fenómeno con presencia a nivel mundial, ha sido ampliamente documentado en la literatura internacional en relación con sus impactos en la SM humana. Sin embargo, la gran mayoría de estos estudios han sido desarrollados con muestras poblacionales muy generalizadas. En Colombia, la escasez de investigaciones acerca de los temas mencionados y, en particular, la falta de estudios enfocados específicamente en territorios más pequeños, como departamentos y municipios, han generado un vacío en la comprensión de este fenómeno y sus repercusiones en la población local.

Esto es especialmente relevante en el municipio de Caldas (Antioquia), donde aún se desconoce el posible impacto de este fenómeno climático en la SM de sus habitantes, pues hasta el momento, no se han llevado cabo investigaciones que exploren tal relación. Es necesario investigar sobre esta problemática vigente para comprender cómo afecta la población y reconocer colectivamente los contextos a través de las diversas realidades, conocimientos y narrativas que se experimentan como consecuencia del CC.

### **Justificación**

El cambio climático es uno de los problemas más alarmantes que enfrenta actualmente la sociedad, con efectos que van más allá del medio ambiente y afectan directamente la SM de las personas. Investigaciones recientes (Barros & Pinheiro, 2020) han señalado que la actividad humana ha intensificado drásticamente este fenómeno, lo que hace que los estudios psicológicos sean cada vez más relevantes. Diversos autores, por ejemplo, analizan el desafío de abordar los problemas globales del medio ambiente incluyendo los aspectos relacionados con lo humano.

Ante los mencionados efectos, Antioquia es poco vulnerable gracias a su capacidad adaptativa y a la facultad de la humanidad para acomodarse ante posibles daños y afrontar las consecuencias derivadas del cambio climático. En el departamento la mayoría de los municipios se encuentran en una categoría muy alta en cuanto a capacidad adaptativa por lo que su vulnerabilidad es baja. Sin embargo, en el caso de Caldas, la vulnerabilidad es media. Entendiendo vulnerabilidad como la predisposición a ser afectado negativamente por una amenaza, que en este caso es el CC. (Área Metropolitana del Valle de Aburrá, 2022).

Si bien la variabilidad climática es característica del territorio del Valle de Aburrá, se identificaron cambios en el comportamiento usual del clima asociados al cambio climático global.

Actualmente se ha identificado el aumento de temperatura como una de las manifestaciones del cambio climático relevantes para el Valle de Aburrá (Área Metropolitana del Valle de Aburrá, 2019). Los análisis muestran que las zonas urbanas, tienden a tener mayores temperaturas, en comparación con las zonas rurales. Las temperaturas más altas se asocian a barrios con vocación industrial y pocas zonas verdes. (Área Metropolitana del Valle de Aburrá y Universidad Nacional de Colombia, 2018)

La complejidad del CC, incluyendo la ampliamente conocida dificultad de identificar las dimensiones temporales y espaciales de sus causas y sus consecuencias, subrayan la necesidad de realizar estudios psicológicos que analicen cómo las personas se relacionan con este fenómeno a través de la experiencia personal, cómo perciben, cómo se sienten, cómo comunican y qué hacen frente a este problema global (Clayton et al., 2015).

Aunque todos los municipios del valle del Aburrá enfrentan algún tipo de riesgo asociado al cambio climático, vale aclarar que no todas las comunidades experimentan sus impactos en la misma proporción, la crisis climática tiene impactos diferenciados en las diferentes regiones (Área Metropolitana del Valle de Aburrá, 2022). Estos efectos no solo dependen de las características específicas de cada territorio, sino también de las desigualdades sociales estructurales, que agravan la vulnerabilidad de ciertos grupos. Por ello, es fundamental reconocer las percepciones, expectativas y necesidades particulares de los caldenses en relación con su entorno para desarrollar estrategias de mitigación y adaptación que tenga en cuenta las vivencias diferenciadas.

Si bien a nivel internacional se encuentran diversos estudios que han analizado la relación entre el CC y la SM humana, aunque en su mayoría desde una metodología cuantitativa, evidenciando que los fenómenos climáticos extremos pueden generar diversas afectaciones psicológicas, en Colombia, este tema ha sido poco explorado, y en el municipio de Caldas Antioquia, la falta de estudios es aún más evidente. Hoy por hoy, no se han realizado investigaciones que se pregunten sobre las experiencias subjetivas de las comunidades locales frente al CC, lo que deja un gran vacío de conocimiento en este contexto.

La ausencia de investigaciones sobre el impacto del CC en la SM de las personas a nivel nacional hace que sea muy pertinente abordar esta problemática para generar conocimiento que no solo permita entender mejor su impacto, sino también fomentar la concientización de la problemática y otorgarle la relevancia que merece. Además, por la falta de estudios se ve retrasada

la creación e implementación de estrategias de intervención psicológicas para mitigar los impactos, lo que representa una limitación para el desarrollo de programas de SM que integren el CC como un factor de riesgo psicosocial. Por ello, esta investigación es fundamental, ya que aportará un enfoque contextualizado a un problema global que, aunque ha sido ampliamente estudiado en otros países, sigue siendo muy incipiente en el ámbito nacional y municipal.

Atendiendo tal necesidad, en esta investigación se busca llenar un poco ese vacío en la literatura mediante una metodología cualitativa con un diseño fenomenológico, ya que este permite comprender las experiencias subjetivas de las personas frente al impacto del CC en la SM. El enfoque fenomenológico permite explorar a profundidad las vivencias, percepciones y significados que los individuos construyen en torno a un fenómeno, priorizando su perspectiva y la manera en que lo experimentan en su vida cotidiana. Molano y Valencia (2021) plantean que la metodología cualitativa ayuda a la comprensión de las experiencias humanas, pues trata de comprender lo que las personas dicen. Busca obtener una respuesta subjetiva y descriptiva a todo aquello que guarda relación con el ser humano.

Desde esta investigación cualitativa, se aporta un enfoque innovador al analizar el impacto del CC en la SM desde la perspectiva de las familias del municipio, proporcionando una visión más cercana y contextualizada del problema. A diferencia de estudios cuantitativos, que en su mayoría han abordado esta problemática desde un enfoque centrado en datos generales, esta investigación prioriza la voz de los participantes, capturando subjetividades, narrativas y emociones que los estudios cuantitativos no siempre logran visibilizar.

Este estudio contribuirá teóricamente al campo de la Psicología, especialmente a la ambiental al profundizar en la relación entre los individuos y su entorno. Además, al centrarse en una población que no ha sido estudiada, aportará nuevos conocimientos e información útil para comprender como la problemática afecta la SM de los individuos. Al centrarse en las historias de los afectados, también ofrece información valiosa para el futuro diseño de estrategias de intervención psicológicas adaptadas a las necesidades específicas de la comunidad frente a la problemática abordada.

Desde un punto de vista aplicado, los hallazgos de este estudio podrán ser utilizados como base por psicólogos y trabajadores sociales para diseñar estrategias oportunas de intervención en SM frente al CC. Asimismo, contribuirán al entendimiento sobre la influencia del cambio climático

en el bienestar psicológico, proporcionando estrategias para el desarrollo de mecanismos de afrontamiento.

Esta investigación tiene una gran relevancia social, ya que permite visibilizar las afectaciones psicológicas del CC en la comunidad. Como señala Clayton (2019), la investigación psicológica puede contribuir a una mejor comprensión del cambio climático al interpretar sus repercusiones y describir las formas en que amenaza la SM. Esto no solo facilita la generación de conciencia colectiva, sino que también impulsa iniciativas comunitarias para mitigar su impacto emocional.

Los hallazgos de esta investigación beneficiarán a diversos sectores de la sociedad. En particular, se espera que la población caldense se beneficie de una mayor comprensión de las repercusiones psicológicas del CC, lo que podría facilitar la implementación de estrategias tanto individuales como comunitarias de adaptación y la creación de redes de apoyo.

Asimismo, los profesionales en psicología podrán contar con información contextualizada que les permita diseñar estrategias de intervención más ajustadas a la realidad de la población. Este conocimiento facilitará la creación de herramientas psicoeducativas y programas de apoyo emocional que integran el CC como un factor de riesgo psicosocial.

Los resultados también podrán contribuir a la formulación de políticas públicas, estrategias comunitarias y programas de intervención para mitigar los efectos psicológicos del CC en la población local. Al generar conciencia sobre la importancia de esta relación, se espera fortalecer la toma de decisiones informadas y la implementación de acciones preventivas que beneficien a la sociedad en general.

Por último, mencionar que la investigación es viable, ya que se cuenta con acceso a la población objetivo, la cual será seleccionada mediante muestreo intencional, asegurando que los participantes cumplan con los criterios de inclusión y sean pertinentes para la investigación, que en este caso serán personas mayores de 25 años residentes en zonas urbanas de Caldas, Antioquia, que estén dispuestas a participar en una entrevista/grupo focal y compartir sus experiencias, lo que va a permitir recopilar información de primera mano, facilitando la aplicación de entrevistas semiestructuradas.

El estudio no exige una inversión económica, ya que el análisis cualitativo puede realizarse con herramientas accesibles, como un software especializado para la transcripción de las entrevistas. El tiempo disponible es adecuado, siendo posible la ejecución y obtención de resultados dentro del cronograma establecido. Estos factores garantizan la factibilidad y eficacia del estudio.

## **Objetivos**

### **General**

Explorar y comprender las percepciones y experiencias de las familias de Caldas, Antioquia sobre el impacto del cambio climático en su salud mental.

### **Específicos**

1. Identificar los principales efectos psicológicos percibidos por las familias de Caldas, Antioquia, en relación con el cambio climático.
2. Examinar las estrategias de afrontamiento utilizadas por familias de Caldas, Antioquia para mitigar el impacto a nivel psicológico del cambio climático.
3. Describir las expectativas y necesidades de apoyo psicosocial y comunitario manifestadas por las familias ante los impactos del cambio climático.
4. Proponer recomendaciones para intervenciones psicológicas basadas en las percepciones de las familias sobre el impacto del cambio climático en su salud mental.

## **Marco teórico**

### **Antecedentes de literatura internacional**

#### **Global**

Desde el ámbito académico-científico, la atención global sobre el cambio climático se ha enfocado principalmente en investigar las causas naturales y antrópicas de este fenómeno, así como en la identificación de responsabilidades políticas y económicas de la problemática a nivel de los países y del sector privado. En contraste, los aspectos sociales a nivel local han recibido menor atención (Forero, Hernández, & Zafra, 2014).

No obstante, la percepción del impacto negativo del cambio climático se ha posicionado como un tema de discusión en la esfera social en los últimos años. Así pues, las investigaciones sobre los diferentes niveles de conocimiento y percepción del cambio climático han aumentado en la última década a nivel global, puesto que el reconocer los saberes, creencias y prácticas de las comunidades frente a estos fenómenos no solo contribuye a llenar vacíos en la investigación científica, sino que también aporta al diseño de medidas de mitigación y adaptación teniendo en cuenta el punto de vista de la población (Correa, 2011).

Los estudios sobre la percepción pública del CC comenzaron a desarrollarse de manera más metódica a finales de los años ochenta, consecuente a las investigaciones sobre la preocupación ambiental realizadas en los setenta. Empleando tanto metodologías cuantitativas, como encuestas y cualitativas, como grupos de discusión y entrevistas, la investigación desde las ciencias sociales ha explorado diferentes dimensiones, entre ellas el análisis de la opinión pública, nivel de conocimiento ciudadano, las actitudes frente al cambio, la preocupación social, la percepción del riesgo y las posibles soluciones al problema, etc. (Breton, del Carme Llasat, Llasat-Botija, Oltra, Serra, Sala, & Tàbara, 2008).

Breton et al. (2008) también señalan que, para ese entonces, los estudios sobre la opinión pública respecto al CC adquirieron una mayor relevancia dentro de la investigación social, destacándose la alta preocupación general de los ciudadanos sobre el tema como un aspecto común en diversos estudios internacionales. Al revisar los datos de encuestas internacionales de los años 90 se observaba que, en la mayoría de los países considerados una gran parte de la población mostraba al menos algo de preocupación por el CC y en las encuestas realizadas en varios países

durante los años 2000 confirmaban que el grado de preocupación por el CC entre los ciudadanos era elevado.

En cuanto a la actualidad, “investigaciones muestran que la preocupación de la población por el cambio climático no es una mera especulación, sino una realidad global” (de Pereira et al., 2022). Esto queda demostrado por la encuesta de opinión pública más grande jamás realizada sobre el tema, la "People's Climate Vote", llevada a cabo en 2021 por el United Nations Development Programme (UNDP, 2021), que consultó a 1.2 millones de personas en 50 países, los cuales representan el 56% de la población mundial. Entre los resultados más relevantes registrados, se encontró que el 64% de la muestra total afirma que el CC es una emergencia global, manteniéndose la proporción a nivel regional (72% en Europa Occidental y América del Norte, 65% en Asia Central y Europa del Este, 64% en los Estados Árabes, 63% en América Latina y el Caribe, 63% en Asia y el Pacífico, y 61% en África Subsahariana).

El UNDP (2021) afirma que las perspectivas sociales resultan más cruciales que nunca, dado que los países de todo el mundo están adoptando nuevos compromisos climáticos nacionales. Siendo el respaldo popular un factor clave para incrementar la ambición climática de los países hacia las políticas que abordan el CC. En este sentido, Forero et al. (2014) citan a Conde y Lonsdale (2005), quienes destacan que uno de los principales retos para la investigación del CC es reducir la escala espacial para generar escenarios de evaluación a nivel regional y local. Por lo tanto, se hizo imprescindible revisar las investigaciones sobre las percepciones del CC en el contexto latinoamericano.

### **Latinoamérica**

A nivel latinoamericano, los estudios que abordan la relación entre el CC y la SM son muy escasos. La literatura académica existente no se ha centrado especialmente en estas dimensiones ni ha sido necesariamente elaborada por psicólogos. En general, las investigaciones se han enfocado en explorar las percepciones sociales del CC y las respuestas adaptativas de las comunidades (Sapiains Arrué & Ugarte Caviedes, 2017) Esto deja un vacío significativo en el análisis profundo de las implicaciones para la SM individual y colectiva.

Según un informe del IPCC. (2014) en Latinoamérica el impacto del CC está ligado a las condiciones de pobreza, desigualdad y alta vulnerabilidad social, entendiendo a esta última como

inseguridad del bienestar de los individuos, los hogares o las comunidades ante un medioambiente cambiante (en este caso cambios ecológicos), con la posibilidad de sufrir repercusiones y una dificultad para recuperación. Así mismo, estudios muestran que las personas perciben que el CC afecta principalmente al sector agrícola y la soberanía alimenticia, el acceso y suministro de agua y la salud de las comunidades más vulnerables, aumentando la percepción de vulnerabilidad y riesgo especialmente en comunidades campesinas e indígenas (Forero et al, 2014).

Aunque las comunidades perciben alteraciones ambientales tales como el aumento de temperatura, cambios en las precipitaciones y mayor frecuencia de sequías e inundaciones, no las vinculan al CC como concepto científico, diferente a lo que si ocurre en muchos países desarrollados. Esta situación revela que, además de los desafíos en la comunicación entre la comunidad científica, las instituciones y la ciudadanía, en América Latina existen complejidades particulares en torno a la comprensión del fenómeno. (Sapiains Arrué & Ugarte Caviedes, 2017)

En una encuesta realizada en 2019 a 7,232 personas de 18 países latinoamericanos, se observó que, aunque la situación medioambiental no figuraba entre las principales problemáticas percibidas a nivel regional (15%, frente al 55% de la educación o el 46% de la delincuencia), un 93% de los participantes consideró que el CC debía ser una prioridad para el próximo gobierno de su país (p. 10). Además, el 75% de los encuestados manifestó sentir preocupación por el CC, con un 89% indicando estar muy o bastante preocupados al respecto (de Pereira et al., 2022).

En una revisión bibliográfica sobre las investigaciones de percepción del CC que fueron realizadas en comunidades locales campesinas e indígenas en Latinoamérica entre los años 1997 y 2012, se identificaron las siguientes percepciones: variabilidad climática, incremento de temperatura, alteración en la precipitación y cambio en los hábitos culturales. Los resultados indicaron que la percepción que predomina es que la existencia de un cambio asociado con factores climáticos. En cuanto a las estrategias adaptativas para el CC en comunidades locales latinoamericanas, se agruparon en las siguientes tres categorías: agropecuaria, comunitaria e hídrica. (Forero et al, 2014).

En términos metodológicos, esta revisión bibliográfica mostró que los estudios sobre la percepción del CC en comunidades locales de Latinoamérica utilizaron tres enfoques principales: cuantitativo, cualitativo y mixto. Entre ellos, la estrategia cualitativa fue la más prevalente. Además, se observó que las herramientas de entrevista más empleadas en estas investigaciones

fueron, la entrevista semi-estructurada, las encuestas, la observación de campo, las metodologías participativas y el conocimiento local, en este orden de frecuencia, (Forero et al, 2014).

## **Antecedentes de literatura nacional y regional**

### **Colombia**

A nivel nacional, destaca la limitada cantidad de artículos científicos disponibles que documenten los efectos del CC en la salud humana. Esta escasez de literatura se hace aún más evidente al examinar específicamente los impactos del CC sobre la SM. No se identificaron estudios que exploren dicha relación incorporando la variable de percepción. Es importante señalar que las investigaciones existentes se centran en metodologías de carácter cuantitativo, lo que pone en evidencia una notoria ausencia de investigación psicológica y un vacío en la producción científica sobre esta temática, especialmente desde una perspectiva cualitativa.

Por otra parte, se identifican diversos instrumentos que han sido incorporados al portafolio de políticas climáticas del país, tales como planes y estrategias nacionales orientadas a la gestión del CC, la planificación del desarrollo, la ordenación territorial, la gestión ambiental y la reducción del riesgo (Área Metropolitana del Valle de Aburrá y Universidad EAFIT, 2022). Si bien dichos instrumentos proporcionan información relevante sobre el CC en el contexto colombiano, en general se enfocan en las vulnerabilidades y afectaciones de los ecosistemas, los sectores productivos, la infraestructura, la movilidad y la vivienda, mientras que las implicaciones para la salud humana y en particular para la SM son escasamente tratadas o incluso completamente omitidas.

Con el propósito de verificar la inclusión de la SM en la agenda climática del país, se revisaron tres de los instrumentos más relevantes a nivel nacional en materia de CC: la Política Nacional de Cambio Climático (2017), el Plan de Adaptación Nacional al Cambio Climático (2016) y la Estrategia Climática de Largo Plazo de Colombia – E2050 (2021). La revisión se orientó específicamente a identificar referencias a los términos “salud mental”, “enfermedad mental” y “percepción”.

De acuerdo con el Plan de Adaptación Nacional al Cambio Climático (2016), los impactos potenciales del CC en el ámbito de la salud incluyen enfermedades transmitidas por agua o alimentos, enfermedades vectoriales, afecciones respiratorias y cardiovasculares, zoonosis,

accidentes ofídicos y por animales ponzoñosos, inseguridad alimentaria, contaminación de fuentes hídricas y lesiones asociadas a eventos de desastre. El documento omite cualquier referencia a enfermedades de carácter mental o a las posibles consecuencias psicológicas derivadas del CC.

Por su parte, la Política Nacional de Cambio Climático (2017) retoma los hallazgos del Quinto Informe de Evaluación del Grupo Intergubernamental de Expertos sobre el Cambio Climático (IPCC), el cual señala una asociación entre variables climáticas, como la precipitación y la temperatura con la salud pública. Este informe proyecta que estas variables afectarán las condiciones de salud, principalmente por enfermedades preexistentes (sobre todo respiratorias, cardiovasculares y desnutrición) y por deterioro de SM (afectando productividad laboral, entre otros). Además, el documento también advierte que en el país aún no se dispone de información suficiente sobre la incidencia directa de estas variables climáticas en los eventos de salud.

A su vez, en la Estrategia Climática de Largo Plazo de Colombia – E2050 (2021), instrumento mediante el cual el país planifica estratégicamente las transformaciones necesarias para convertirse en un país resiliente al clima, no se registra ninguna aparición sobre la salud o enfermedad mental. Esta ausencia evidencia un vacío importante en el abordaje integral de la salud dentro de la política pública climática y deja entrever que, en las próximas tres décadas, la SM no ha sido contemplada como una prioridad. Lo anterior evidencia la urgente necesidad de visibilizar y posicionar la SM como un componente fundamental en las estrategias de adaptación y mitigación del CC en Colombia.

Desde otra perspectiva más academia, se identificó un proyecto llamado “Perspectivas Culturales y Locales sobre el Clima en Colombia”, una iniciativa creada en 2011 por la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Nacional de Colombia, la cual realizó varias publicaciones en la serie “Perspectivas Ambientales” para divulgar resultados de trabajos de grupos de investigación y dar respuesta a la necesidad de visibilizar las perspectivas culturales del clima y propiciar el diálogo entre la diversidad de conocimientos locales y otros saberes (científicos y políticos) a la hora de definir estrategias para manejar las transformaciones y los impactos causados por el CC.

Esta serie incluye dos libros (con valor comercial) que abordan la relación entre el CC, los conocimientos y la percepción que algunas comunidades tienen frente a este fenómeno. El libro Culturas, conocimientos, políticas y ciudadanías en torno al cambio climático (2013) centra su

atención en los saberes de pueblos indígenas y comunidades campesinas, asociados a nociones, prácticas, afectaciones y estrategias de manejo del clima. Por su parte, el libro *Perspectivas culturales del clima* (2011) recopila conocimientos locales y estrategias culturales orientadas al manejo y la predicción del clima, así como a la evaluación del riesgo y la vulnerabilidad.

Dicha serie de publicaciones, expuso en su momento ejemplos concretos de estudios de percepción, vulnerabilidad y estrategias de adaptación a las variaciones climáticas, sin embargo estas fueron enfocadas en las comunidades indígenas (Correa, 2011; Puenayán, 2011; Ramos et al., 2011) y campesinas de ecosistemas de alta montaña y páramos (De los Ríos & Almeida, 2011; Prieto, 2011). Es importante señalar que no se han encontrado estudios desarrollados en población urbana, ni actualizaciones o nuevas publicaciones relacionadas en lo que va de la década actual. Asimismo, es necesario enfatizar que las investigaciones previamente mencionadas a pesar de explorar percepciones generales de la población y aportar al entendimiento cultural del CC, no incorporan variables clínicas, psicológicas, ni emocionales.

También, se encontró un artículo de revisión, elaborado en 2017, “Cambio climático y salud humana: una revisión desde la perspectiva colombiana”, cuyo objetivo era recoger evidencia científica sobre los efectos del CC en la salud humana con énfasis en Colombia. En la revisión se rastrearon tan solo 17 publicaciones provenientes del país, de las cuales el 82% documentaban la relación que existe entre los efectos del CC (precipitaciones, aumento de temperatura, transformación de ecosistemas) y la presencia de enfermedades transmitidas por vectores (bacterias, parásitos o virus) y el resto corresponde a otros efectos varios sobre la salud. (Malagón-Rojas, Garrote-Wilches & Castilla-Bello, 2017).

Los hallazgos obtenidos en esta investigación, en cuanto a la enfermedad mental, mencionan que los efectos del CC como oleadas de calor, sequías, tormentas y huracanes están asociados a un aumento de los niveles de estrés, ansiedad y depresión, además de incrementar los eventos de violencia, agresividad y pérdida de las redes de apoyo social. También señalan como el aumento de las temperaturas afecta indirectamente la SM, ya que puede agravar trastornos psiquiátricos preexistentes, especialmente por golpes de calor. Esto impacta con mayor fuerza a las personas en situación de calle, la mayoría de las cuales vive en grandes ciudades afectadas por el "efecto isla de calor", lo que incrementa la incidencia de crisis psiquiátricas. Finalmente, apuntan

que los síntomas de la enfermedad de Parkinson y enfermedad de Alzheimer se exacerbaban durante las olas de calor. (Malagón-Rojas et al., 2017)

### **Región Andina**

A nivel regional, se identificó la iniciativa “*Monitoreo Climático*”, un programa desarrollado por ISAGEN y la Fundación Natura, cuyo objetivo es atender la percepción comunitaria frente a posibles alteraciones microclimáticas atribuibles al embalse en el área de influencia de la hidroeléctrica de Sogamoso. Esta iniciativa, con más de una década de implementación, ha trabajado de manera estrecha con familias del departamento de Santander y con comunidades locales, con el propósito de fortalecer las estrategias de monitoreo climático y en consecuencia, mejorar las acciones de adaptación de la población ante el CC.

En esta misma línea, investigadores del grupo de investigación del Convenio Fundación Natura Colombia – ISAGEN llevaron a cabo un estudio complementario centrado en las percepciones sobre los fenómenos de variabilidad climática y CC entre campesinos del centro de Santander, Colombia. El estudio incluyó la aplicación de una encuesta cuyo propósito fue indagar la percepción comunitaria respecto a los cambios en el clima regional. (Rueda Quecho, Espinosa Ospina, Mejía, Díaz Cediell, Badillo & Pinzón, 2023)

Rueda Quecho et al. (2023) analizaron que, de los 487 encuestados, el 89 % afirmó que el clima ha venido cambiando, especialmente en los últimos ocho años, mientras que el 11 % manifestó no haber percibido modificaciones. Este hallazgo evidencia, a nivel local, percepciones y opiniones ampliamente compartidas respecto a la variabilidad climática y la creciente incertidumbre frente al comportamiento actual de las lluvias y la temperatura. En consonancia con lo anterior, el 76 % de la población encuestada coincidió en señalar que los cambios más notorios han sido el aumento en la precipitación, la temperatura y la humedad, lo cual refuerza la percepción de una transformación progresiva en las condiciones climáticas de la región.

Las percepciones descritas anteriormente guardan similitud con los hallazgos reportados por un estudio con comunidades campesinas de Cotacachi, Ecuador. En este, el 75 % de los encuestados manifestó que “ahora hace más calor que antes, el sol está más fuerte y en época de lluvias, las precipitaciones son mucho más abundantes” (VanderMolen, 2011), lo que refleja una

percepción compartida en contextos rurales andinos frente a los cambios en el comportamiento climático.

Finalmente, el 78% de los encuestados en Santander indicó que tanto los cultivos como la salud humana han sufrido diversas consecuencias negativas. Este resultado refleja la estrecha relación entre los aspectos productivos y de salud con la vida diaria de las personas, dado que estas fueron las áreas más afectadas por las variaciones climáticas (Pinilla, Rueda, Pinzón, & Sánchez, 2012). No obstante, aunque se menciona el impacto en la salud humana, no se hace referencia a las posibles consecuencias negativas en términos de SM.

## **Antecedentes de literatura departamental y municipal**

### **Valle de Aburra**

A pesar de no encontrar artículos científicos sobre investigaciones que aborden las variables del presente trabajo, es importante destacar los aportes de la literatura gris producida por agencias gubernamentales en alianza con instituciones educativas. Estos trabajos analizan los escenarios del CC en el Valle de Aburrá, proporcionando información relevante sobre las condiciones territoriales y climatológicas, así como las manifestaciones más significativas del CC en esta región.

Como muestra, a nivel metropolitano, se formuló el instrumento de gestión climática “Plan de Acción ante el Cambio y la Variabilidad Climática (PAC&VC) del Área Metropolitana del Valle de Aburrá 2019-2030”, junto con la Universidad Nacional de Colombia, sede Medellín y con colaboración de la Universidad Pontificia Bolivariana, en el cual se identificaron cuatro manifestaciones del CC relevantes en la región metropolitana del Valle de Aburrá: aumento de temperatura, Intensidad de las tormentas, duración de las temporadas sin lluvia y duración de las temporadas lluviosas. Estas alteraciones generan impactos que pueden deteriorar las condiciones de bienestar o de vulnerabilidad y aumentar el riesgo de las comunidades y los ecosistemas. (Área Metropolitana del Valle de Aburrá, 2019)

Respecto a la manifestación del aumento sistemático de la temperatura, fue asociado con alteraciones en diversas variables tales como la proliferación de hábitats propicios para especies oportunistas perjudiciales para la salud humana o el medio ambiente, así como la pérdida de confort tanto en las viviendas como en los lugares de trabajo y disminución de la productividad

general (AMVA, 2019, p 40). Aunque este informe aborda variables relacionadas con la salud humana en términos generales a través de aspectos como el confort y la productividad, no se hace mención explícita a las posibles afectaciones sobre la SM.

En el apartado “Programa de salud y ambiente”, identificaron diversas enfermedades asociadas directamente a las variaciones climáticas. Se nombran las siguientes: mayor exposición a la radiación solar puede incrementar la incidencia de quemaduras y afecciones dermatológicas. Las altas temperaturas representan un riesgo particular para poblaciones vulnerables, al aumentar la posibilidad de golpes de calor, que en algunos casos puede ser mortal. Los incendios deterioran la calidad del aire y elevan la morbilidad por enfermedades respiratorias. El aumento de la humedad favorece tanto enfermedades respiratorias como dermatológicas (AMVA, 2019, p 97). No se menciona ninguna asociación entre las variaciones climáticas y la enfermedad mental.

### **Caldas Antioquia**

A nivel municipal, tampoco se evidencian antecedentes de literatura científica. Por su parte, el cambio climático aún se aborda de manera incipiente a nivel local. Una muestra de ello es el documento emitido en 2022 por la Unidad de Gestión del Riesgo de Desastres del municipio de Caldas, Antioquia, en el cual se incorpora por primera vez un escenario de riesgo asociado al cambio climático. Este instrumento tiene como objetivo a mediano plazo fortalecer el conocimiento sobre este fenómeno, desarrollar e implementar programas orientados a la mitigación, adaptación y formulación de líneas estratégicas frente al cambio y la variabilidad climática en el municipio.

El Consejo Municipal de Gestión del Riesgo de Desastres de Caldas, Antioquia (2022) en la caracterización de los escenarios de riesgo del municipio, prioriza eventos como movimientos en masa, inundaciones, avenidas torrenciales, sismos e incendios, considerando criterios como la frecuencia, los impactos negativos y la magnitud del riesgo. En este análisis, manifiesta que factores climáticos como la precipitación y la temperatura constituyen posibles causas y elementos determinantes en la generación del riesgo. Asimismo, en la identificación y estimación de daños o pérdidas potenciales en las personas, se reconoce que las afectaciones psicológicas forman parte de las consecuencias relevantes, junto con la muerte, lesiones físicas, desarrollo de enfermedades, y limitaciones en la accesibilidad y movilidad. No obstante, dichas afectaciones en la SM son mencionadas de manera general, sin un abordaje específico o profundo.

Otro ejemplo que evidencia la reciente incorporación del cambio climático en la agenda municipal puede observarse en el *Plan de Desarrollo para el Municipio de Caldas “Creamos 2024–2027”*. En este documento, al abordar los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), específicamente el ODS 13, relacionado con la adopción de medidas urgentes para combatir el CC y sus efectos, se reconoce explícitamente que “no existen datos para el municipio de Caldas con respecto a este cumplimiento de metas”. (Alcaldía de Caldas, Antioquia, 2020). Esta afirmación evidencia que el tema aún es nuevo dentro de la gestión ambiental del municipio y que hace falta integrar la temática del CC a los planes de desarrollo como un eje transversal para la formulación de objetivos, estrategias, programas y así darle seguimiento a la gestión del CC en el municipio.

Dado que hasta el momento no se han realizado encuestas ni estudios enfocados en la percepción del impacto del CC sobre la SM de la población del municipio, resulta pertinente llevar a cabo investigaciones que se cuestionen sobre esta temática tan actual. Además, considerando el creciente impacto del CC a nivel global y la vulnerabilidad específica de las comunidades frente a sus efectos, es fundamental comprender las dimensiones psicológicas de este fenómeno. Realizar un estudio sobre la percepción de la población local permitirá no solo llenar este vacío de conocimiento, sino también sensibilizar a las autoridades sobre la necesidad de integrar la SM en las políticas de adaptación y mitigación del CC.

## Referentes teóricos

### Cambio climático ´

Comprender qué es el cambio climático y la magnitud de sus impactos requiere reconocer que los seres humanos y la naturaleza no son entidades separadas, sino que forman una sola unidad. La humanidad es parte de la naturaleza y está profundamente entrelazada en ella a través de conexiones y redes naturales complejas. (Área Metropolitana del Valle de Aburrá & Universidad EAFIT, 2022)

El denominado CC constituye una de las principales amenazas que enfrenta la humanidad. Según el Panel Intergubernamental sobre Cambio Climático (IPCC, 2018), los efectos negativos sobre el planeta se intensifican progresivamente y se manifiestan en la aparición de fenómenos naturales extremos, como avalanchas, tormentas, olas de calor e inundaciones. Estos eventos ponen en riesgo nuestros sistemas económicos, sociales, de salud, así como la vida misma.

Además, la exposición directa a los cambios ambientales, junto con las alertas difundidas en reportes científicos con mayor o menor precisión por los medios de comunicación, está impactando de manera directa e indirecta la SM y el bienestar psicosocial de las personas (Hoffmann et al., 2022).

### Cambio climático y salud mental ´

Según de Pereira et al. (2022), los efectos adversos del calentamiento global y la crisis ecológica sobre la vida y la salud humana han sido ampliamente documentados. Entre las numerosas consecuencias negativas, se destacan el aumento de enfermedades infecciosas, respiratorias y cardiovasculares, así como problemas relacionados con la alimentación, las migraciones forzadas, entre otros.

La SM no está excluida de los impactos negativos de la crisis climática, a pesar de ser menos conocido y atendido. En este contexto, las amenazas del cambio climático sobre la SM se clasifican en dos categorías. La primera, "Efectos directos del cambio climático sobre la salud mental", incluye eventos climáticos agudos (como terremotos, inundaciones e incendios) que provocan trastornos como estrés postraumático y ansiedad, y eventos climáticos subagudos (como sequías y calor extremo) que pueden generar disrupciones sociales y económicas, como hambrunas y desplazamientos forzados. Luego, se encuentran Los "Efectos indirectos del cambio climático

sobre la salud mental" que se agrupan en varios ámbitos: impactos en la salud física, impactos el entorno físico, en el entorno social y en la adaptación y mitigación. (Sabando, 2021).

Por otro lado, Trombley, Chalupka y Anderko (2017) agrupan en la categoría de "desastres relacionados con el clima" las afecciones asociadas al trastorno de estrés agudo, el síndrome de estrés postraumático, la depresión y la ansiedad. Por otro lado, en la categoría de "efectos graduales del clima", incluyen la depresión bipolar y el suicidio provocados por el calor, así como la angustia, ansiedad y depresión inducidas por las sequías. A esto se suman los cuadros de angustia psicológica y enfermedades mentales asociadas a la inseguridad alimentaria.

De manera similar, Clayton y colaboradores clasifican los efectos del cambio climático sobre la SM en agudos y crónicos. Los efectos agudos, derivados de desastres y eventos meteorológicos extremos, se manifiestan principalmente como traumas, shock y trastornos de estrés postraumático. En cuanto a los impactos crónicos, provocados por climas calurosos, se reflejan en conductas agresivas, un aumento en el uso de servicios de emergencia de SM, y sentimientos de impotencia, depresión, miedo, fatalismo, resignación, solastalgia y ecoansiedad (Clayton, Manning, Krygsman, & Speiser, 2017).

### **Eco-ansiedad**

El CC ha generado un gran interés en el sector salud, no solo por sus efectos físicos en las personas, sino también por el amplio abanico de expresiones psíquicas asociadas a tal fenómeno. En este contexto, la ecoansiedad y la solastalgia proponen una explicación no relacionada con problemas o fallos en el funcionamiento, sino con importantes cuestiones existenciales, surgidas de la separación forzada y dañina entre la naturaleza y la humanidad. (Sabando, 2021).

En los últimos años, se han creado nuevos conceptos para entender mejor la relación entre el CC y la SM. Estos términos han cobrado mayor relevancia en la sociedad, los medios de comunicación y la investigación académica, debido a una creciente conciencia global sobre las amenazas actuales y futuras vinculadas al calentamiento global. (Angelelli et al., 2022).

La ecoansiedad (EA) fue definida en 2017 por la Asociación Americana de Psicología como el miedo crónico a la fatalidad ambiental. Según Kelly (2017, citado en Angelelli et al., 2022), la EA se refiere a la respuesta psicológica ante diversas situaciones ambientales, como el CC, el CG, la pérdida de biodiversidad y la degradación ambiental. Esta respuesta puede incluir

síntomas como ansiedad, preocupación, estrés, desesperanza, trastornos del sueño e irritabilidad. La EA no se considera un trastorno mental, sino una reacción lógica ante la crisis climática.

Este término también está relacionado con otros conceptos creados para entender la conexión entre la SM y la crisis ecológica. Uno de ellos es la "Preocupación por el Cambio Climático" o Climate Change Worry (CCW), que se refiere a una preocupación involuntaria que surge de una serie de pensamientos e imágenes asociadas con sentimientos negativos. Esta preocupación puede ser persistente, difícil de controlar y estar relacionada con los efectos del cambio climático. Además, puede interferir con la capacidad para resolver problemas, generar tensión y contribuir a problemas emocionales como la ansiedad o la depresión (Stewart, 2021).

La "Preocupación Ambiental" (Environmental Worry, EW), aunque comparte las definiciones de preocupación utilizadas para la Preocupación por el Cambio Climático (CCW), abarca un ámbito más amplio que solo el cambio climático. Según Gago y Sá (2021), la EW es un "fenómeno cognitivo, con repercusiones afectivas, provocado por un estresor ambiental, que también puede afectar otras áreas de la vida". Aunque esta preocupación puede interferir en la vida diaria, su función principal es preparar al individuo para una amenaza futura, por lo que, en su origen, es una respuesta adaptativa del ser humano.

## **Percepción**

Continuando con la comprensión de la relación entre el CC y la SM, para un mejor entendimiento del problema es importante considerar factores como el contexto geográfico, político y económico, que afectan la forma en que las personas piensan y actúan. Estos elementos influyen en cómo se perciben los riesgos y en la urgencia con la que se deben abordar. Algunos estudios destacan que la percepción humana de los riesgos involucra la interacción de factores cognitivos, sociales, culturales y emocionales, lo que nos permite diferenciar entre las amenazas reales y la forma subjetiva en que las experimentamos (Pidgeon et al., 2003, citado en Rodríguez, 2021).

La percepción del riesgo se forma en la mente a partir de diversas experiencias. El concepto de riesgo, creado por los seres humanos, está influenciado por la cultura y la mente, por lo que no existe un riesgo independiente de estos factores. Así, los impactos psicosociales negativos del cambio climático deben analizarse desde las percepciones individuales o grupales, reconociendo

que los elementos de riesgo pueden variar según la cultura. (Rodríguez, 2021). Así mismo, cada cultura tiene sus propias concepciones y percepciones sobre la naturaleza y sus territorios, al igual que sus propias interpretaciones sobre la historia de los cambios ambientales y climáticos, que han ocurrido (Heyd, 2010, citado en Forero et al., 2014).

De esta manera, la percepción del riesgo asociado al CC no solo depende de los eventos meteorológicos, sino también de cómo los individuos interpretan y dan significado a esos eventos. Desde la óptica de las ciencias sociales, el clima se entiende como el resultado de cómo los individuos perciben, se apropian e interpretan los fenómenos meteorológicos que ocurren a su alrededor. Mariño (2011) sostiene que el concepto de clima es una construcción cultural, formada a través de procesos materiales y simbólicos, que refleja dimensiones culturales, espaciales e históricas.

### **Psicología ambiental**

De manera similar a lo que se ha mencionado previamente sobre la percepción del riesgo climático, la Psicología Ambiental es una rama que estudia la interacción entre el entorno físico y la conducta humana, enfocándose en los procesos de adaptación. Su objetivo es comprender cómo las personas perciben y experimentan su entorno diario de manera integral. Un aspecto central es la percepción del ambiente, que incluye el conocimiento de los sistemas naturales y artificiales que interactúan y son modificados por la acción humana. También se ocupa de cómo se organizan y reconstruyen las imágenes de aspectos ambientales no visibles, que influyen en la vida social y están vinculados a valores culturales, sociales y naturales específicos de un lugar y momento específico. (Holahan 2004, citado en Valdéz, 2018)

La Psicología Ambiental, como disciplina especializada en el estudio de estas temáticas estudia estas problemáticas en dos áreas principales: el estudio de los impactos del ambiente natural (aunque también físico y socio-cultural) sobre las personas (e.g., salud mental, productividad, aprendizaje, relaciones sociales) y el estudio de los impactos de las personas sobre el medio ambiente. (Arrué & Ugarte Caviedes, 2017)

### **Fenomenología**

En el campo de la psicología, los métodos cualitativos facilitan una comprensión profunda del comportamiento y de las variables que lo afectan, priorizando el contexto, las descripciones

detalladas, el análisis riguroso de los datos, los procesos y el significado personal de las experiencias. Dentro de este enfoque, el Análisis Fenomenológico Interpretativo (AFI), desarrollado en la segunda mitad de los años 90, surgió para fortalecer la investigación cualitativa y experiencial, extendiéndose desde la psicología hacia las ciencias humanas, sociales y de la salud. (Tombolato & dos Santos, 2020)

La AFI se centra en lo particular a dos niveles: en el análisis detallado y en la comprensión de cómo una persona específica interpreta un fenómeno dentro de un contexto determinado. Los estudios que emplean este enfoque trabajan con pocos participantes, buscando formar un grupo relativamente homogéneo en alguna característica, lo que permite identificar tanto similitudes como diferencias en sus experiencias vividas (Tombolato & dos Santos, 2020).

Por tanto, La elección del Análisis Fenomenológico Interpretativo (AFI) como metodología de investigación se justifica por su idoneidad para abordar las percepciones y experiencias de las familias de Caldas, Antioquia, respecto al impacto del cambio climático en su SM. El AFI, al centrarse en el análisis detallado de las experiencias subjetivas y en la interpretación de los significados que las personas atribuyen a sus vivencias dentro de un contexto específico, permite acceder a una comprensión profunda y situada del fenómeno en estudio. Asimismo, su enfoque en la selección de muestras pequeñas y relativamente homogéneas favorece la identificación de patrones entre las diferentes familias.

Como cierre del presente marco teórico, la articulación de estos conceptos —cambio climático y salud mental, percepción, eco-ansiedad, psicología ambiental y fenomenología— permitirá abordar de manera comprensiva cómo las familias de Caldas, Antioquia, perciben y experimentan el impacto psicológico del CC en su SM. Desde un enfoque fenomenológico, se interpretarán los significados atribuidos a los cambios ambientales y sus efectos psicosociales. Asimismo, la psicología ambiental y las nociones de percepción del riesgo y eco-ansiedad facilitarán el análisis de las respuestas emocionales, cognitivas y conductuales frente a los efectos del CC, mientras que las estrategias de afrontamiento permitirán explorar los recursos psicosociales que las familias activan para enfrentar esta realidad compleja.

## **Metodología**

### **Tipo de investigación**

Este estudio se realiza desde una metodología cualitativa, orientada a la comprensión de la realidad como un proceso histórico y socialmente construido desde las lógicas de los propios protagonistas, mediante una mirada interna que rescata la diversidad, particularidad y subjetividad de sus experiencias. En este tipo de metodología, el conocimiento se concibe como un producto social cuya construcción colectiva está atravesada e influenciada por los valores, percepciones y significados de los sujetos que lo producen, reconociendo que comprender la realidad humana implica sumergirse en la subjetividad de quienes la viven. (Galeano, 2004, p. 18)

Por tal motivo, el presente estudio adopta un enfoque cualitativo, de tipo exploratorio-comprensivo, con el propósito de comprender cómo las familias del municipio de Caldas, Antioquia, perciben y experimentan el impacto del cambio climático en sus vidas y, particularmente, en su SM. Se considera exploratorio porque se aborda una temática poco estudiada en el contexto local y comprensivo porque no solo se pretende describir, sino también interpretar la experiencia vivida desde la perspectiva de los actores. Este enfoque permite explorar en profundidad las experiencias subjetivas y simbólicas, significados y emociones asociadas al fenómeno del CC desde la perspectiva de los propios participantes, siendo el más adecuado para abordar fenómenos complejos, sensibles y contextuales, como lo son los impactos psicológicos derivados de problemáticas ambientales.

La perspectiva metodológica usada en esta investigación es la fenomenológica. La fenomenología, entendida como un enfoque metodológico, busca comprender los fenómenos sociales desde la perspectiva del propio actor. Se enfoca en explorar cómo las personas experimentan su entorno, reconociendo que la realidad relevante es aquella que los individuos perciben como significativa" (Galeano, 2004, p. 17, citando a Taylor y Bogdan, 1994).

### **Diseño metodológico**

El diseño metodológico seleccionado es el Análisis Fenomenológico Interpretativo (AFI), un enfoque cualitativo cuyo propósito es comprender cómo las personas otorgan significado a sus experiencias. Esta metodología se orienta al estudio de vivencias que, por su carácter subjetivo y carga emocional, requieren una exploración en profundidad de la forma en que son percibidas e

interpretadas por quienes las viven. El AFI parte del supuesto de que las personas no solo experimentan hechos, sino que construyen activamente su significado desde una perspectiva personal, lo cual permite acceder a una comprensión contextualizada del fenómeno estudiado (Duque & Granados, 2019).

Es necesario mencionar que las bases teóricas del AFI se encuentran en la fenomenología, una corriente filosófica centrada en la comprensión de la experiencia vivida. Aunque el AFI comparte esta preocupación por explorar los significados que las personas atribuyen a sus vivencias, reconoce que dichos significados no son accesibles de manera directa, ya que habitan en la dimensión más íntima de la subjetividad. (Duque & Granados, 2019).

Algunos autores señalan que el AFI se distancia de la fenomenología tradicional, pues no busca identificar las estructuras esenciales de la experiencia, sino que se enfoca en casos particulares y concretos. Así mismo, en lugar de centrarse exclusivamente en los significados vividos, recurre a interpretaciones a través de conceptos psicológicos (Sanguino, 2020, citando a Van Manen, 2018). Esto responde al interés de la psicología por estudiar los significados psicológicos que permitan construir teoría o un sistema conceptual que explique la conducta humana.

Este enfoque es especialmente pertinente para investigar cómo las familias de Caldas, Antioquia, dan significado a sus experiencias frente a los eventos ambientales que ocasionan posibles afectaciones psicológicas y transformaciones en la relación de las personas con su entorno. El AFI maneja un enfoque ideográfico, es decir que se concentra en lo particular, estudiando casos particulares con experiencias significativas y contextualmente situadas, lo que permite explorar a fondo cómo los participantes viven y entienden el fenómeno dentro de su contexto específico. Debido a esta orientación hacia la singularidad de las experiencias, se trabaja con un número reducido de personas, favoreciendo un análisis más personalizado y detallado. Dicha perspectiva es fundamental para comprender cómo cada familia entrevistada afronta, desde su vivencia, los efectos del cambio climático sobre su salud mental.

### **Participantes y muestreo**

Desde el enfoque fenomenológico interpretativo (AFI), la selección de participantes es completamente intencional, lo que implica incluir únicamente a personas que hayan vivido o estén

viviendo la experiencia que se desea comprender. Se busca que las preguntas resulten significativas y despierten sensibilidad en los participantes. En este contexto, “intencional” significa que el investigador elige deliberadamente a quienes pueden aportar una comprensión rica y profunda del fenómeno en estudio. (Miles, Huberman, y Saldaña, 2013)

En cuanto al número de participantes, se observa una tendencia a realizar estudios AFI con grupos reducidos conformados por pocos participantes, se han encontrado estudios con entre cinco y diez casos, e incluso algunos autores señalan que tres casos pueden ser un tamaño adecuado y suficiente para la realización de un estudio, de esta forma existe mayor compromiso con la profundidad del análisis. (Duque & Granados, 2019)

La población objeto de este estudio está conformada por familias residentes en el municipio de Caldas, Antioquia. La muestra será seleccionada mediante un muestreo intencional, guiado por criterios de pertinencia en relación con los objetivos de la investigación. Los criterios de inclusión contemplan: ser mayor de 25 años, residir en el municipio desde hace al menos diez años, haber percibido cambios climáticos en su entorno y manifestar disposición voluntaria para participar en entrevistas y compartir su experiencia relacionada con dichos cambios. Se excluirán aquellas personas que presenten condiciones clínicas que impidan brindar un consentimiento informado o que dificulten significativamente la comunicación durante el proceso de recolección de datos.

Los participantes serán contactados a través de redes vecinales previamente identificadas. Se utilizarán estrategias de acercamiento respetuoso como visitas informales y llamadas telefónicas, explicando de forma clara los objetivos del estudio y solicitando su colaboración de manera voluntaria. Con el fin de garantizar variedad en las perspectivas recolectadas, se buscará incluir familias con diversidad en cuanto a lugar de residencia dentro del municipio, de modo que se logre una representación amplia del fenómeno en diferentes contextos sociales y ambientales.

La selección de los participantes considerará su accesibilidad, disposición y relevancia frente al fenómeno de estudio, con el propósito de garantizar que sus experiencias aporten una comprensión profunda y significativa. Se proyecta trabajar con un grupo de entre 5 y 8 familias, aunque el número final estará determinado por el criterio de saturación teórica.

Dado que el investigador principal mantiene vínculos previos con algunos sectores de la comunidad, se reconocerá de forma explícita esta cercanía para minimizar posibles sesgos. Para

ello, se adoptarán medidas como la reflexión constante en el diario de campo sobre las propias posiciones y posibles influencias en la interacción con los participantes, para garantizar la transparencia y la rigurosidad en el proceso investigativo.

### **Técnicas de recolección de información**

Partiendo de que toda investigación basada en el enfoque fenomenológico interpretativo (AFI) busca explorar en profundidad las experiencias vividas por un grupo de personas y los significados que atribuyen a un fenómeno determinado, su desarrollo se orienta principalmente a través de situaciones de entrevista. En coherencia con este propósito, la recolección de datos se realizará mediante entrevistas familiares semiestructuradas, formuladas a partir de preguntas abiertas y exploratorias que permitan a los participantes expresar sus vivencias de manera libre y reflexiva. Se sugiere el uso de una grabadora de audio, previa autorización de los participantes, para facilitar la posterior transcripción y análisis del material obtenido (Kvale, 2011).

Antes de cada entrevista, el investigador debe preparar una guía que oriente el desarrollo de la conversación. Esta puede incluir una lista de temas clave a tratar o, alternativamente, un conjunto de preguntas abiertas previamente formuladas, preferiblemente no más de cinco o seis por categoría o eje temático. Esta preparación proporciona una estructura básica que facilita el enfoque de la entrevista sin limitar la espontaneidad del relato del participante (Brinkmann, 2013; Kvale, 2011).

Para esta investigación, la técnica principal de recolección de información será la entrevista semiestructurada, para tal fin, se elaborará una guía que contendrá preguntas abiertas organizadas en torno a cinco ejes temáticos: conocimiento previo sobre el CC, percepción sobre el CC, impacto en la salud mental, impacto en la familia y comunidad y estrategias de afrontamiento y adaptación. Las entrevistas serán grabadas en formato de audio, transcritas de forma textual para su posterior análisis y complementadas con notas de campo tomadas durante el proceso.

Para fortalecer la validez del estudio, se utilizarán técnicas complementarias a la entrevista semiestructurada, como la observación y el diario de campo. La observación permitirá registrar aspectos del contexto, comportamientos no verbales, interacciones familiares y dinámicas ambientales que rodean a los participantes, que no siempre emergen de forma explícita en el discurso verbal. Asimismo, se utilizará un diario de campo como herramienta para registrar las

observaciones contextuales, los detalles no verbales y las reflexiones personales del investigador surgidas durante y después de cada encuentro. Este instrumento permitirá complementar los datos recogidos en las entrevistas y favorecerá la identificación de posibles sesgos.

### **Análisis de la información**

Comprender los significados subjetivos y profundamente humanos, exige que el investigador se sumerja en los datos, estableciendo una relación interpretativa con el material recogido. En este proceso, el foco estará en los datos verbales y en las transcripciones de las entrevistas, que servirán como base para desarrollar una lectura analítica e interpretativa de las vivencias compartidas (Smith y Osborn, 2008).

De este modo, a continuación se presentan las etapas que conformaron el proceso de análisis e interpretación de los datos, según Duque y Granados (2019).

### **Procedimiento del análisis**

El análisis de datos de las entrevistas semiestructuradas se llevó a cabo en varias etapas consecutivas y sistemáticas. En primer lugar, se transcribieron las entrevistas de forma literal y se realizó una lectura repetida de los textos, lo que permitió elaborar comentarios iniciales y anotaciones al margen sobre aspectos relevantes del lenguaje, el contenido y la carga emocional. A partir de estas observaciones, se identificaron temas emergentes que capturaban el significado esencial de los fragmentos y se vincularon con marcos teóricos pertinentes. Luego, estos temas fueron agrupados en función de su afinidad semántica, dando lugar a macrotemas que estructuraron la información en categorías amplias.

Con base en esta organización, se construyó una tabla por cada caso, donde se registraron los temas y subtemas junto con marcadores que facilitaban su localización en las transcripciones. Este procedimiento se repitió con cada entrevista, lo que permitió comparar y contrastar los casos, y finalmente integrar los hallazgos en una tabla maestra que priorizó los temas más representativos. A partir de esta síntesis, se redactaron los resultados, presentando los temas con citas textuales ilustrativas (indicando participante, número de entrevista y línea), y se acompaña de comentarios analíticos. Finalmente, se cerró con una discusión que relacionó los hallazgos con la literatura existente.

## **Consideraciones éticas**

Esta investigación se desarrollará bajo los principios éticos fundamentales de respeto, autonomía, confidencialidad. Se garantizará la protección de los derechos de los participantes mediante el diligenciamiento del consentimiento informado, la confidencialidad en el manejo de la información y el anonimato en la presentación de los resultados. Las entrevistas serán grabadas únicamente con autorización previa. Los participantes serán informados de manera clara sobre los objetivos del estudio, la voluntariedad de su participación y su derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencias.

Dado que el estudio aborda experiencias personales relacionadas con el impacto del cambio climático en la salud mental, se prestará especial atención a prevenir cualquier forma de malestar emocional durante las entrevistas, mediante una actitud empática, respetuosa y no invasiva por parte del investigador, garantizando en todo momento la dignidad y el bienestar de quienes compartan sus experiencias.

En caso de que, durante la entrevista, un participante experimente malestar psicológico significativo, se implementará un protocolo de contención emocional, basado en la escucha activa y la validación de sus emociones. Además, si se identifica la necesidad de apoyo profesional, se ofrecerá una remisión voluntaria al Centro de Atención psicológico Lasallista (CAPL).

Asimismo, se solicitará la aprobación del comité de ética de la Corporación Universitaria Lasallista antes del inicio del trabajo de campo, asegurando que el estudio cumpla con los lineamientos institucionales y éticos exigidos.

## **Análisis descriptivo de datos**

### **Resultados cualitativos**

Este apartado presenta los hallazgos derivados del análisis cualitativo realizado en el marco de la investigación *“Percepciones y experiencias sobre el impacto del calentamiento global en la salud mental de las familias en Caldas, Antioquia”*. El propósito central es explorar y comprender las percepciones y experiencias de familias residentes en el municipio, sobre el impacto del cambio

climático en su salud mental. Los resultados se organizan en categorías y subcategorías que emergen del proceso de estructuración y codificación, y se ilustran con citas textuales representativas que dan voz a las percepciones y vivencias de los participantes.

El estudio se desarrolló desde el enfoque del **Análisis Fenomenológico Interpretativo (AFI)**, el cual, al centrarse en el examen detallado de las experiencias subjetivas y en la interpretación de los significados que grupos pequeños y relativamente homogéneos de personas atribuyen a sus vivencias dentro de un contexto determinado, posibilita una comprensión profunda y contextualizada de la problemática abordada.

El proceso analítico se estructuró a partir de la delimitación inicial de cinco categorías consideradas relevantes para la comprensión del objeto de estudio: (1) conocimiento y contextualización sobre el cambio climático, (2) percepción sobre el cambio climático, (3) impacto del cambio climático en la salud mental, (4) impacto del cambio climático en la comunidad y (5) afrontamiento y adaptación. Dentro de estas categorías se agruparon los códigos descriptivos obtenidos en las entrevistas, siguiendo una lógica de codificación deductiva orientada por los objetivos del estudio.

Como resultado de este proceso, se identificaron dieciocho subcategorías que permiten una comprensión más detallada del fenómeno analizado. De manera complementaria, mediante la codificación inductiva surgieron dos categorías emergentes, las cuales reflejan dimensiones adicionales que los participantes consideraron significativas y que enriquecen la comprensión global del tema de investigación, al incorporar aspectos no contemplados en la planificación inicial del análisis.

### **Lista de categorías y subcategorías**

- **1. Conocimiento y contextualización sobre el cambio climático**
  - 1.1. Conocimiento previo sobre el cambio climático – calentamiento global
  - 1.2. Conocimiento previo sobre la salud mental
  - 1.3. Información sobre los efectos del cambio climático en la salud mental
- **2. Percepción sobre el cambio climático**
  - 2.1. Cambios percibidos

- 2.2. Eventos climáticos presenciados
- 2.3. Sentimientos ante el cambio
- **3. Impacto en la salud mental**
  - 3.1. Importancia del clima en el bienestar diario
  - 3.2. Impacto del clima en la rutina
  - 3.3. Cambios de ánimo asociados al clima
  - 3.4. Malestar psicológico frente al futuro asociado al cambio climático
  - 3.5. Alteraciones en la convivencia y dinámica familiar asociadas a los cambios climáticos
  - 3.6. Afectaciones emocionales derivadas de las variaciones climáticas
- **4. Impacto en la comunidad**
  - 4.1. Impacto comunitario del cambio climático
- **5. Afrontamiento y adaptación**
  - 5.1. Prácticas de adaptación frente al cambio climático
  - 5.2. Estrategias de afrontamiento emocional frente al cambio climático
  - 5.3. Conversaciones en torno al cambio climático
  - 5.4. Percepciones ciudadanas sobre la gestión ambiental local
  - 5.5. Expectativas ciudadanas frente a la gestión ambiental del gobierno local
- **Categorías emergentes:**
  - E1. Afectaciones fisiológicas relacionadas con el cambio climático
  - E2. Expansión urbana y transformación del territorio

*Tabla 1*

**Categorías y subcategorías**

Categorías	Subcategorías
<b>1. CONOCIMIENTO Y CONTEXTUALIZACIÓN</b>	1. Cambio climático-calentamiento global
	2. Salud Mental
	3. Información sobre efectos del CC en la SM
<b>2. PERCEPCIÓN SOBRE EL CAMBIO CLIMÁTICO</b>	4. Cambios
	5. Evento climático

	6. Sentimientos ante el cambio
<b>3. IMPACTO EN LA SALUD MENTAL</b>	7. Importancia del clima en el bienestar diario
	8. Impacto en la rutina
	9. Cambio en tu estado de ánimo
	10. Malestar psicológico sobre el futuro (ansiedad, estrés o preocupación, miedo o tristeza)
	11. Convivencia / ambiente familiar / dinámica del hogar
	12. Afectaciones emocionales
<b>4. IMPACTO EN LA COMUNIDAD</b>	13. Afectaciones en la comunidad
<b>5. AFRONTAMIENTO Y ADAPTACIÓN</b>	14. Prácticas de adaptación a los cambios
	15. Estrategias para manejar afectaciones emocionales
	16. Discusiones entorno al cambio climático
	17. Apoyo del gobierno local frente a la problemática
	18. Apoyo deseado frente a la problemática
	<b>Emergentes:</b>
	<b>Afectaciones fisiológicas relacionadas con el cambio climático</b>
	<b>Expansión urbana</b>

### Presentación de cada categoría

Estas categorías estructuraron el análisis cualitativo y permitieron organizar y dar sentido a la información recopilada. Cada una se presenta como un eje temático que agrupa las distintas subcategorías identificadas durante el proceso de codificación, funcionando como una unidad de significados construida a partir del discurso de los participantes.

#### 1. Conocimiento sobre cambio climático y salud mental

Esta categoría explora los saberes previos que los participantes poseen sobre el cambio climático y la salud mental, así como su percepción sobre la relación entre estas variables. Evidencia tanto nociones básicas o intuitivas como vacíos informativos y posibles confusiones entre términos. Este conocimiento base constituye un punto de partida fundamental para comprender cómo se construyen las percepciones y experiencias posteriores a partir de la información disponible en su entorno.

## **2. Percepción sobre el cambio climático**

Esta categoría se refiere a la manera en que los participantes perciben y experimentan los cambios ambientales en su entorno inmediato. Considera los cambios climáticos observados en el municipio, los eventos climáticos recordados en los últimos años y las emociones que dichos fenómenos generan. A través de estas percepciones se evidencian las representaciones subjetivas del fenómeno, las cuales influyen en la forma como las personas interpretan su impacto y responden emocionalmente ante las alteraciones del clima.

## **3. Impacto del cambio climático en la salud mental**

Esta categoría analiza la influencia que las variaciones climáticas ejercen sobre la salud mental de las personas. Comprende aspectos como la importancia que se le otorga al clima en la vida cotidiana, los cambios percibidos en la rutina y el estado de ánimo, la presencia de malestares psicológicos asociados al futuro y contempla las afectaciones en la convivencia familiar y en las dinámicas emocionales dentro del hogar, evidenciando cómo el entorno climático incide en la estabilidad emocional y las relaciones interpersonales.

## **4. Impacto del cambio climático en la comunidad**

Esta categoría examina las percepciones sobre las afectaciones que el cambio climático produce en el entorno colectivo. Incluye la forma en que los participantes reconocen los efectos del clima en la comunidad, tales como daños en infraestructura, alteraciones en actividades productivas o transformaciones en la convivencia social. A partir de estas percepciones se pueden identificar las vulnerabilidades comunitarias y los modos en que los cambios ambientales repercuten en el tejido social.

## **5. Afrontamiento y adaptación**

Esta categoría integra las estrategias y prácticas que las personas y familias emplean para enfrentar y adaptarse a los efectos del cambio climático. Considera tanto las acciones concretas de adaptación, como modificaciones en las rutinas o prácticas domésticas, como las estrategias emocionales utilizadas para manejar la preocupación o el malestar asociado al tema. También incluye el papel del apoyo social, las conversaciones con familiares o amigos, la percepción del respaldo institucional y las expectativas frente al acompañamiento deseado.

## **Hallazgos**

En esta sección se presentan los hallazgos organizados por subcategorías, los cuales sintetizan las respuestas y significados identificados en los relatos de los participantes durante el proceso de codificación.

### **1. Conocimiento y contextualización sobre el cambio climático**

#### **1.1. Conocimiento previo sobre el cambio climático**

En términos generales, los participantes poseen una noción del cambio climático, aunque con distinta profundidad conceptual, desde explicaciones científicas básicas, percepciones cotidianas y concepciones más generales o intuitivas sobre el fenómeno. El cambio climático fue asociado con alteraciones en las temperaturas, desastres naturales y contaminación ambiental, lo que refleja una comprensión más empírica y vivencial que técnica.

Algunos participantes muestran una comprensión relativamente informada. Por ejemplo, para P2, S1, “El cambio climático es como cuando se emiten muchos gases de efecto invernadero y crea una capa de contaminación que afecta la forma en la que llega la luz solar y derrite los campos y cosas así, causando desastres naturales”. Otros lo interpretan a partir de cambios perceptibles en el entorno o en las estaciones, sin profundizar en sus causas: “El cambio climático, pues es que hoy tenemos verano, después invierno” (P317, S9), lo cual sugiere una comprensión más intuitiva.

Asimismo, hay quienes relacionan la responsabilidad humana con el fenómeno y su aceleración, especialmente por prácticas de consumo y contaminación: “Nosotros afectamos mucho porque, por ejemplo, en la industria ganadera utilizan mucha agua para producir lo que nosotros comemos” (P204, S6). En contraste, otros lo perciben como un proceso natural del planeta, aunque influenciado por la acción humana: “Es algo natural que va a suceder en todo el

planeta y nosotros lo afectamos; puede ser que lo aceleremos o lo hagamos que sea algo malo para nosotros mismos” (P202, S7).

Por su parte, una participante de 30 años lo percibe como una realidad propia de su generación: “Fue como algo que no solamente empezamos a escuchar o de cierta forma a empezar a entender, sino a experimentar. Yo diría que el cambio climático es una problemática, uno, real, y dos, que ha sido propia de esta generación” (P115, S4).

En conjunto, las respuestas evidencian que todos los participantes poseen, al menos, una comprensión general o parcial sobre lo que es el cambio climático, lo cual permitió contar con una base conceptual suficiente para abordar la temática durante la entrevista y facilitar la reflexión y profundización en su relación con otras variables, como la salud mental.

## **1.2. Conocimiento previo sobre la salud mental**

En términos generales, los participantes demostraron que tienen una comprensión diversa del concepto de salud mental. Las definiciones van desde concepciones que la asocian con la presencia de enfermedades psicológicas, hasta visiones más integrales que la reconocen como un componente esencial del bienestar. Estas perspectivas combinan ideas personales con interpretaciones influenciadas por las dinámicas y narrativas sociales actuales.

Se identificaron dos perspectivas generales. Por un lado, quienes la asocian directamente con la presencia de trastornos psicológicos, haciendo referencia a una comprensión más patológica de la SM; especialmente entre mayores de 50 años. Por ejemplo, P12, S2 expresa que “la salud mental es lo que se está viendo ahorita con todas las personas que están sufriendo de depresión, de estrés, de enfermedades psíquicas”.

Por otro lado, varios participantes la conciben como un componente esencial del bienestar y del desarrollo personal, perspectiva más común entre menores de 40 años, quienes reconocen la salud mental como una necesidad básica vinculada al autocuidado y al equilibrio emocional. “La salud mental hace parte de lo que debería ser como las vacunas para los niños chiquitos. La salud mental me ha permitido tener un desarrollo sobre todo en la vida del paso como de joven a adulta”. P121, S4.

Varios discursos resaltaron el impacto del contexto social actual. P125, S5, señala que “ahorita la humanidad toda, en general, está trabajando muy aceleradamente, con muchas

preocupaciones; la gente vive toda preocupada, a las carreras y desconfiada. Entonces, eso hace que la gente maneje un voltaje muy alto de estrés”, evidenciando una comprensión que vincula la salud mental con las dinámicas sociales contemporáneas y condiciones de vida actuales.

Esta diversidad de concepciones refleja las distintas formas de entender la salud mental, evidenciando la influencia de factores generacionales y contextuales en su percepción. Es importante señalar que, de manera inicial, ninguno de los participantes relacionó la salud mental con factores ambientales, lo que resalta una separación conceptual entre el bienestar psicológico y las condiciones del entorno natural.

### **1.3. Información sobre los efectos del cambio climático en la salud mental**

La mayoría de los participantes reconoce no haber considerado previamente la relación entre el cambio climático y la salud mental. Por otra parte, consideran que las personas no están informadas sobre los posibles efectos del CC en la SM, lo que evidencia un bajo nivel de información o conciencia sobre un vínculo entre estas variables. Algunos expresan explícitamente que nunca han pensado en esa conexión. P218, S6 “la salud mental siempre va relacionada con problemas emocionales o problemáticas en el trabajo, en el entorno, nunca con pues, con el clima”

Solo una participante mostró una perspectiva emergente y reflexiva, reconociendo que los cambios en el ecosistema y en el entorno pueden influir indirectamente en la estabilidad emocional y psicológica de las personas, incluso afectando decisiones sociales y personales. “Sí hay como una relación porque pues mentalmente tenemos una construcción de un ideal de estabilidad emocional y psicológica y pues si el ecosistema en el que estamos no nos brinda esa estabilidad, pues tampoco la tenemos” (P127, S4).

En esta subcategoría se evidencia un **vacío informativo significativo**, ya que la mayoría de los participantes no relaciona inicialmente la salud mental con los efectos del cambio climático. Este hallazgo refleja la falta de información generalizada sobre esta relación y demuestra que los participantes no han reflexionado sobre cómo las alteraciones del entorno natural pueden incidir en su bienestar emocional o psicológico. La ausencia de conocimiento sobre este vínculo sugiere que, aunque las personas reconocen el fenómeno del cambio climático, no lo asocian con posibles afectaciones en su salud mental, constituyendo un hallazgo relevante por sí mismo.

## **2. Percepción sobre el cambio climático**

### **2.1. Cambios percibidos en el clima de Caldas en los últimos años**

Todos y cada uno de los participantes, tantos adultos jóvenes, medios y mayores, coinciden en la percepción de que, durante las últimas décadas y años, el clima en Caldas ha experimentado cambios significativos, entre los que se mencionan variaciones en las temperaturas, alteraciones en los ritmos habituales del clima y fenómenos meteorológicos extremos, evidenciando una percepción ampliamente compartida de irregularidad climática. Como lo expresa P17, S2: “sí, se han notado cambios en los últimos cinco años. Yo llevo aquí viviendo 55 años y sí se han notado cambios.”

En varios discursos, las percepciones sobre el cambio climático se sustentan en experiencias acumuladas a lo largo del tiempo y en comparaciones entre distintas décadas, lo que refleja una memoria colectiva de cómo solían comportarse el clima. Los participantes con mayor tiempo de residencia en el municipio destacan transformaciones notorias entre el clima de antes y el actual. Como lo menciona P426, S10: “yo sí realmente he sentido muchos cambios. Y cuando no hay frío, ya es lo opuesto, como esta semana, calores excesivos. Yo siento que desde hace 20 años para acá los cambios están muy marcados.”

Uno de los factores que más resaltaron los participantes fue el cambio en los patrones de lluvia y temperatura. Se observó una creciente imprevisibilidad en las lluvias y en la temperatura, donde los ciclos tradicionales ya no se cumplen, con lluvias fuera de temporada y veranos más calurosos. Esto genera dificultades para anticipar las condiciones climáticas y ajustar las actividades cotidianas o productivas. Como lo describe P19, S2: “Primero uno sabía cuándo, en el mes, en qué mes del año iba a llover más... ahora llueve todo el tiempo. Entonces ya no está definido por meses, sino que en cualquier momento llueve y en cualquier momento hace mucho, mucho calor.”

Los habitantes perciben que el clima de Caldas, tradicionalmente frío y húmedo, ha cambiado de manera notoria hacia temperaturas más cálidas y condiciones más secas. Este aumento de temperatura altera no solo las características ambientales del municipio, sino también la estabilidad ambiental que antes brindaba bienestar y tranquilidad a las personas. P133 expresa que “Caldas siempre fue muy frío, muy húmedo, pero a medida que ha ido pasando el tiempo, empieza a ser como más verano (...) el caliente está mucho más caliente, el frío deja de estar frío

para estar tibio”, evidenciando cómo la transformación del clima genera una sensación de pérdida del confort térmico y de la identidad climática del territorio.

Los cambios en los patrones climáticos han tenido un impacto directo en las actividades productivas, especialmente en la agricultura, donde la planificación de siembras y cosechas se ha vuelto más incierta. La alteración climática incrementa el riesgo de pérdidas de producción, afectando tanto la seguridad alimentaria como los ingresos de las familias. P20, S3 señala: “en el campo uno ve que primero la gente sembraba en determinada época porque a la fija era verano o era invierno... Hoy en día se siembra y muchas veces se corre el peligro de que con el invierno la cosa se dañe o con el verano también se dañe.” Este testimonio refleja cómo la imprevisibilidad del clima impacta directamente en la agricultura y economía, con condiciones que antes eran más previsibles.

Asimismo, los participantes perciben un aumento en la intensidad y frecuencia de los fenómenos climáticos extremos, que afectan tanto las actividades productivas, la rutina diaria y recreación. Se observa que los días ya no siguen patrones previsibles, alternando de manera abrupta entre sol intenso, lluvias torrenciales e incluso granizo, lo que genera incomodidad y dificultades para planificar cualquier actividad. Como lo expresa P36, S3: “a diferencia de un poco de años atrás, era muy balanceado el clima, ahorita son muy extremos, mucho calor o mucho frío.” Esta opinión refleja cómo la población percibe que el clima ha perdido su estabilidad tradicional, intensificando los riesgos y la sensación de vulnerabilidad frente a las condiciones meteorológicas.

Por otra parte, la pérdida de las características climáticas tradicionales afecta la familiaridad y el sentido de identidad que los habitantes mantienen con su territorio. La desaparición de elementos distintivos del clima de Caldas, como la regularidad de las lluvias o la duración de las estaciones, genera una sensación de descontrol frente al entorno. Esta transformación impacta la identidad cultural del municipio, históricamente asociada a su clima frío y lluvioso. Como expresa P132, S5: “Caldas se llamaba cielo roto porque teníamos un mes que era de pura agua y por eso se llama cielo roto... ya uno no sabe cuándo va a llover, cuando es verano ni cuando es invierno.” De este modo, la alteración del clima tradicional no solo modifica las condiciones ambientales, sino que también modifica los vínculos simbólicos y emocionales que los habitantes mantienen con su entorno.

Si bien los participantes reconocen la presencia de cambios climáticos evidentes en el municipio, varios coinciden en que la situación en Caldas aún no alcanza niveles críticos comparados con otras partes del mundo. Desde su experiencia, perciben que las transformaciones del clima son notorias, pero todavía manejables. P518, S10 expresa: “realmente yo siento que Caldas todavía no ha llegado a una crisis total y a unas problemáticas digamos tan profundas, pero sí creo que si no hacemos este ejercicio de manera periódica y permanente, ya realmente se nos sale de control todo.” De manera similar, P54, S3 señala: “yo pienso que todavía estamos en un clima, al menos aquí en Caldas, muy muy soportable. Entonces, por ese lado, sí veo las cosas no muy jodidas todavía.” Estas afirmaciones reflejan una percepción moderada del riesgo y cierta tranquilidad, donde se reconoce el cambio, pero sin sentirlo aún como una amenaza inmediata.

En resumen, la percepción del cambio climático en Caldas está atravesada por una combinación de memoria colectiva, observación directa y experiencias personales que permiten reconocer alteraciones significativas en el clima local. Los participantes coinciden en que las transformaciones son evidentes y afectan múltiples dimensiones de la vida: cotidiana, productiva, cultural, generando sentimientos de incertidumbre, pérdida de control y desarraigo frente a un entorno que antes ofrecía estabilidad y previsibilidad. No obstante, persiste una sensación generalizada de que la situación aún es reversible, lo que sugiere la necesidad de fortalecer la conciencia ambiental y promover estrategias locales de adaptación antes de que estas variaciones se conviertan en una crisis climática de mayor magnitud.

## **2.2. Eventos climáticos presenciados**

Los relatos de los participantes evidencian recuerdos vívidos de eventos climáticos como lluvias torrenciales, derrumbes, inundaciones, sequías, granizadas y vientos intensos. Estas experiencias no solo reflejan una percepción de incremento en la intensidad de los eventos climáticos, sino también su impacto directo en la infraestructura, los medios de vida y la seguridad de las personas. Además, muchos de estos sucesos han dejado huellas emocionales significativas, generando sentimientos de miedo, incertidumbre o vulnerabilidad.

Los testimonios muestran una diversidad de eventos climáticos ocurridos. Por un lado, se destacan episodios de exceso de lluvia y sus consecuencias, como desbordamientos de quebradas, represamientos y derrumbes que afectan viviendas, vías y ecosistemas locales. Como lo describe P27, S3 : “Recientemente me pareció muy fuerte pues lo que sucedió en la quebrada de la Valeria,

debido a tanto invierno, toda esa montaña se sobresaturó de agua (...) y hubo mucho daño, hubieron damnificados, el puente pequeño que había se fue, la carretera también se fue, el agua se contaminó, entonces eso generó mucho daño.” De forma similar, P28, S2 recuerda que “hubo mucho tiempo de invierno, donde llovía mucho aquí en Caldas (...) esas tres quebradas se crecieron mucho y entonces el río tuvo un cauce muy grande y eso causó muchas inundaciones, eso hace un año.”

Por otro lado, también se reportaron periodos prolongados de sequía y altas temperaturas, los cuales generan impactos ambientales y de salud. P31,S1 menciona que “debido a que había una época de mucha sequía, que no había llovido casi, se prendió uno de los cerros de Caldas que hicieron una quema y se descontroló y como estaba muy seco todo, se quemó gran parte de la montaña.” A su vez, P154,S4 señala que “llegué a la casa a la 1 de la tarde ardida de los hombros y ni cuenta me di (...) de un sol de por la mañana”, reflejando la percepción de que la radiación solar es más intensa y dañina que en años anteriores.

Asimismo, los testimonios reflejan la aparición de fenómenos meteorológicos poco habituales en el municipio, como granizadas y ventarrones. P229,S7 relata que “hubo granizadas muy fuertes que inclusive el patio de mi mamá, me pareció sorprendente que se llenó de hielo, de bolas de hielo, parecían canicas”, mientras P347,S9 menciona que “vientos muy fuertes (...) me tocó pegarme de un poste. No, de verdad, en serio. Eran demasiado.” Estas experiencias evidencian una variabilidad climática extrema y poco predecible.

Estas experiencias no solo se perciben como hechos naturales aislados, sino como eventos que afectan directamente la vida cotidiana y emocional de las personas. Algunos participantes relatan situaciones de estrés o angustia. P345, S8 “En la empresa hubo una fuerte lluvia (...) Se desbordó una quebrada, y sí fue complejo ver todo eso, que se hayan dañado cosas, nosotros todos empantanados, sacando esa agua. Entonces sí fue como traumático.”

En conjunto, los relatos evidencian que los eventos climáticos ocasionan diversas formas de vulnerabilidad entre los habitantes. Más que percibirlos como simples manifestaciones naturales, los participantes los viven como experiencias que alteran el bienestar y la seguridad de la comunidad. Estas vivencias contribuyen a conformar una memoria ambiental compartida, donde cada suceso es un recordatorio de que el clima en Caldas ha venido cambiado de manera perceptible.

### 2.3. Sentimientos ante el cambio

Las declaraciones de los entrevistados muestran que los cambios climáticos generan principalmente sentimientos de tristeza, angustia y preocupación, vinculadas tanto a la pérdida de los patrones climáticos tradicionales como a las dificultades que estas variaciones ocasionan en la vida diaria. La lluvia excesiva y el calor intenso se relacionan con estados de ánimo negativos y sensación de desánimo: “A mí me ha dado angustia, sobre todo en invierno. Cuando llueve mucho, me siento que me pongo triste. Y cuando hace calor, me da como la sensación de... también será de tristeza por el campo que se está secando” (P35, S2). El CC no se percibe solo como un fenómeno ambiental, sino como una experiencia emocional que afecta el bienestar de los habitantes.

Asimismo, la irregularidad del clima provoca incomodidad y altera el estado de ánimo al no poder anticipar o disfrutar las condiciones ambientales que surgen inesperadamente. El cambio del clima tradicional de Caldas, caracterizado normalmente por temperaturas templadas y estables, se convierte en un factor que afecta la estabilidad ambiental y altera el estado emocional de las personas. “A mí tanta lluvia, tanto frío, me genera como un poquito de tristeza, ¿cierto? Porque, eh, personalmente soy más amigo del clima normalito, el clima que nosotros llamamos de la eterna primavera aquí en Medellín, aquí en Caldas” (P36, S3).

Algunos participantes expresan también sentir miedo frente a la variación climática, principalmente ante la ocurrencia de fenómenos extremos que generan una sensación de vulnerabilidad. P375, S8 “Por ejemplo, la niña mía estudia en una escuelita que no está muy bien tomada (...) Entonces, cuando cae granizo, truenos, a veces se inunda el saloncito. Entonces ella sí le da, en cierta parte, miedo.” Este testimonio refleja cómo los eventos climáticos no solo afectan la seguridad física, sino que también impactan el estado emocional, generando sentimientos desagradables frente a fenómenos impredecibles y potencialmente destructivos.

Otros manifestaron sentimientos de impotencia frente a los cambios climáticos, especialmente cuando los fenómenos extremos alteran sus planes. La incapacidad de prever o evitar estas afectaciones genera frustración y desánimo, al verse obligados a modificar o suspender actividades al aire libre. P44, S1 señala: “sí se siente como maluco cuando se dañan muchos de los planes o las expectativas que uno tiene de las cosas que puede hacer por culpa de climas y lugares a los que uno tiene que dejar de ir por causa de... sí, desastres naturales como ir a caminar al monte

o a charcos.” Esta respuesta evidencia cómo la falta de control frente a los efectos del clima impacta tanto la planificación de actividades como el estado emocional.

Varios participantes evidencian una empatía emocional con las personas afectadas por los eventos climáticos extremos, lo que intensifica sus propias emociones ante las catástrofes. Esta respuesta emocional no se limita solo a la experiencia directa de los fenómenos, sino que también se amplifica por la exposición a noticias e información sobre desastres en otras regiones, generando sentimientos de tristeza y melancolía. Como lo expresa P480, S10: “Pues realmente miedo y tristeza sí cuando yo veo que hay los tsunamis. Cuando yo veo que hay huracanes. Porque me da miedo y tristeza por las personas que viven esas situaciones. (...) Hace poco en Chocó, el municipio fue afectado por un vendaval. Muchas personas fueron afectadas por eso. Yo sentí esa tragedia como propia.” Este testimonio refleja cómo la cobertura mediática contribuye a que los participantes experimenten un vínculo emocional con las víctimas, extendiendo la percepción de vulnerabilidad y la preocupación por el impacto del CC no solo a nivel municipal.

En síntesis, estos relatos permiten comprender que el cambio climático se experimenta no solo como una transformación ambiental, sino como una vivencia humana, cargada de significado emocional. Los habitantes traducen los cambios del entorno en vivencias emocionales que revelan una profunda conexión afectiva con la naturaleza.

### **3. Impacto en la salud mental**

#### **3.1. Importancia del clima en el bienestar diario**

Los relatos de los participantes evidencian que el clima desempeña un papel determinante en su sensación de estabilidad personal, influyendo en el modo en que las personas desarrollan sus jornadas. Las variaciones del tiempo se traducen en cambios en el estado de ánimo, en la disposición para realizar actividades y en la percepción general de equilibrio, lo que muestra una conexión entre el clima y la experiencia subjetiva del bienestar.

Para muchos, el clima marca el ritmo de su día a día y determina la posibilidad de disfrutar lo que hacen. Los días soleados suelen asociarse con energía y entusiasmo, mientras que la lluvia o el frío prolongado generan desánimo y frustración al limitar las actividades al aire libre. P42, S2 lo expresa así: “El clima en mí es muy importante (...) me gusta mucho la natación y el ciclismo. Entonces, cuando hay verano, me disfruto mucho la parte deportiva y cuando hay invierno me toca

buscar otros deportes que no me gustan tanto”. En este caso se refleja cómo el clima influye directamente en el disfrute personal a la hora de cuidarse a través del deporte, actuando como un limitante para desarrollar actividades al aire libre.

El clima se refleja también en el cuerpo, influyendo en la comodidad y la salud. P147, S4 comenta: “Me he tenido que dar cuenta que el clima sí me afecta, entonces yo me voy para el Valle un tiempo y me subo tres kilos y vuelvo a Caldas o voy a Bogotá y bajo 3, 4, 5 kilos”. Su testimonio muestra cómo las variaciones del clima generan cambios físicos y sensaciones de bienestar o malestar. La participante añade: “Mi cuerpo agradece que yo esté en el frío y se desinflama, mi colon me deja molestar, mis alergias se calman”, reflejando una conexión directa entre el entorno climático y la salud corporal, donde el clima puede ser tanto un alivio como una fuente de malestar.

De manera general, los relatos muestran que los participantes reconocen al clima como un factor que incide directamente en su bienestar y en la manera en que transcurre su vida diaria. P233, S7 “¿En mi bienestar personal? Pues a ver, uno pensándolo y relacionándolo con el clima, a mí sí me afecta”. Esta afirmación resume y confirma cómo el clima tiene una estrecha relación con las rutinas, las emociones y el equilibrio cotidiano, convirtiéndose en un componente esencial del bienestar percibido por las personas.

### **3.2. Impacto del clima en la rutina**

Para los habitantes de Caldas, el clima es mucho más que un fenómeno ambiental, es un elemento constante que moldea su día a día. Los relatos muestran cómo la lluvia, el calor o los cambios inesperados de temperatura influyen en la manera en que se organizan, se desplazan, realizan actividades y, en general, experimentan la vida cotidiana.

El clima puede incidir de manera negativa la realización de actividades cotidianas y recreativas. Desde cuidar un huerto hasta salir a caminar o practicar deporte, los cambios imprevistos en las condiciones climáticas obligan a modificar planes, generando en ocasiones frustración. Como relata P43, S3: “¿Qué me pasa cuando hay mucho invierno? Que lo que he sembrado no ha prosperado para nada (...) ¿Y qué pasó con tanto invierno este año? Que el aguacate que el año pasado dio una cosecha hermosa, este año yo creo que ni la mitad”. Aquí no solo se evidencia la interferencia del clima en actividades que proporcionan satisfacción y logro personal, sino también el malestar emocional que acompaña la pérdida de resultados esperados.

Las condiciones meteorológicas también influyen directamente en la logística diaria, obligando a replantear tiempos. La lluvia intensa, por ejemplo, genera retrasos y dificultades en la movilidad, aumentando el estrés en la rutina cotidiana. P360, S9 relata: “Sí, a mí en lo laboral me afecta mucho, porque cuando está lloviendo normalmente se hacen trancones en la variante (...) Entonces sí, en cierta parte sí lo estresa a uno el pensar que uno pueda llegar tarde al trabajo”. Este testimonio evidencia cómo estas variaciones no solo alteran la planificación de los desplazamientos, sino que también impactan la organización de responsabilidades, modificando la estabilidad del día a día.

Las variaciones climáticas pueden generar incomodidad cuando interfieren con las rutinas o las obligaciones diarias. La lluvia, por ejemplo, es vista como un obstáculo que altera los planes y genera estrés. P352, S9 lo relata así: “Pues sí incomoda porque vea, si usted va a salir a hacer alguna vuelta, los trancones, porque cuando llueve siempre hay tacos. Entonces sí, sí molesta, pues sí, es incómodo”.

El estado del tiempo condiciona hábitos cotidianos como la alimentación y la práctica de ejercicio, obligando a adaptaciones constantes que repercuten en el ritmo del día a día. La irregularidad climática puede alterar la programación de actividades y generar molestias en la rutina diaria. P247, S6 comenta: “Mire hasta dónde va llegando el clima, por el clima estamos comiendo más tarde”, mientras que P38, S3 señala: “De hecho, el deporte que yo practico me lo gozo mucho en ese tipo de clima, en calor. Lo que con invierno me frena mucho”. Estas experiencias reflejan cómo los cambios en las condiciones climáticas no solo afectan la planificación y el desarrollo de las actividades cotidianas, sino que actúan como un factor que limita, retrasa y dificulta la rutina diaria.

Los participantes mencionan que la necesidad de cambiar planes, suspender tareas o adaptarse a condiciones climáticas imprevisibles provoca malestares y una sensación de pérdida de control. Como señala P245, S7: “Pues yo soy una persona que me gusta tener rutina y pues me gusta ir la llevando y tener como el espacio para cada cosa y cuando eso no se me da como me estreso y afecta sí.” Además, añade: “Es que inclusive así uno se transporta en bici o en moto o en lo que sea, cuando hay mucha lluvia aumenta el riesgo de accidentes, entonces también es un estrés al uno estar en la calle.” Este testimonio evidencia cómo el clima impacta directamente en el bienestar emocional y físico de las personas.

Por lo tanto, el clima se manifiesta como un factor que condiciona todas las esferas de la vida cotidiana, desde hábitos saludables como la alimentación y la práctica de ejercicio, la movilidad y los desplazamientos al lugar de trabajo, hasta las actividades recreativas y de ocio. Las variaciones inesperadas del tiempo obligan a las personas a ajustar sus planes, reorganizar horarios y replantear actividades, generando con frecuencia sensaciones desagradables como frustración y malestar. Así, más allá de interferir en la rutina, el clima también impacta el bienestar afectivo de las personas.

### **3.3. Cambios de ánimo asociados al clima**

En esta subcategoría también se evidencia cómo las condiciones climáticas, como la lluvia intensa o el calor, generan frustración y malestar al impedir realizar actividades cotidianas o recreativas. Esta sensación se percibe especialmente cuando los planes se ven alterados, limitando la participación en actividades preferidas. P235, S7 comenta: “Como ha estado el clima siempre muy lluvioso, no se nota ese clima de que haya sol, es poco lo que se ve, entonces me pone maluco porque no puedo disfrutar de la bici como me gusta...”, mostrando cómo la falta de condiciones favorables restringe el disfrute personal de ciertas actividades.

El estado de ánimo de los participantes se ve influido de manera notable por las variaciones del clima, especialmente por cambios en la temperatura. Estas condiciones pueden generar mal genio, irritabilidad y menor tolerancia frente a situaciones cotidianas, afectando la manera en que las personas se relacionan con su entorno. P154, S4 comenta: “El calor, a mí en ciertos lugares me genera mal genio, o sea mal genio y por lo menos aquí, no me pasa tanto...”, evidenciando cómo las diferencias de temperatura entre lugares pueden alterar la disposición emocional de quienes las experimentan.

Varios participantes coinciden en que las altas temperaturas y el calor intenso provocan irritabilidad, mal genio y sensación de agobio. P449, S10 comenta: “Cuando hay mucho calor, me desespero, me da rabia, me exacerbo demasiado, me da mal genio.” Este testimonio evidencia cómo el calor no solo produce incomodidad física, sino que actúa como un factor que afecta de manera directa la disposición emocional.

El clima también se combina con las demandas y dificultades de la vida cotidiana, amplificando emociones como el estrés y la irritabilidad. La mezcla de un clima intenso con

factores como el tráfico y la congestión urbana genera una sensación de sobrecarga emocional, reduciendo la tolerancia y la paciencia frente a situaciones que, en condiciones climáticas estables, serían más manejables. P470, S10 comenta: “Sí creo que cuando tú sales a la calle y te encuentras con trancones, con lluvia o con calor... obviamente a uno sí se le altera el ánimo, se le desespera a uno”, mostrando cómo el clima puede intensificar emociones desagradables y condicionar la manera en que las personas responden a los retos de su entorno.

Las condiciones climáticas influyen directamente en la planificación de citas, reuniones o actividades sociales, generando frustración cuando los planes previstos se ven interrumpidos. P491, S10 señala: “Cuando por decir algo tú tienes programadas unas citas, unas reuniones... el clima te limita, entonces eso también de cierta manera genera como una frustración, genera rabia, genera enojo.” La variabilidad del tiempo no solo altera la organización de la agenda diaria, sino que también impacta el estado emocional, intensificando la sensación de impotencia y malestar frente a factores que escapan al control individual.

En definitiva, los relatos de los participantes evidencian que las condiciones climáticas generan alteraciones notables en el estado de ánimo, manifestándose en irritabilidad, mal genio, frustración y agobio. Cambios en la temperatura, el calor intenso o la lluvia persistente no solo afectan la comodidad física, sino que también influyen directamente en la disposición emocional. El clima no solo modifica la experiencia práctica del día a día, sino que se integra a la vida emocional, condicionando el estado de ánimo y la capacidad de afrontar retos diarios de manera equilibrada.

### **3.4. Malestar psicológico frente al futuro asociado al cambio climático**

Los participantes expresan mayormente una profunda preocupación por las generaciones jóvenes, reflejando un sentimiento de responsabilidad intergeneracional. La visión del futuro se proyecta sobre los niños y los jóvenes, generando ansiedad por el mundo que heredarán y por las dificultades que deberán afrontar. P166, S4 comenta: “qué triste tiene que ser pensar que uno le va a tener que enseñar a sus hijos los animales en fotos... ¿qué mundo vamos a entregar? ¿en qué mundo vamos a vivir?”, mientras que P57, S2 añade: “lo que le va a tocar ver a los hijos de nuestros hijos... porque a mi edad yo he visto muchos cambios, y son cambios negativos.” Estas reflexiones evidencian cómo la conciencia ambiental se entrelaza con la preocupación emocional por el

bienestar de quienes vienen después, amplificando el malestar psicológico ante un futuro percibido como incierto y desfavorable.

La tristeza, la impotencia y el desconsuelo son emociones recurrentes cuando los participantes piensan en las generaciones futuras y en los impactos irreversibles del cambio climático sobre la naturaleza. P57, S2 comparte: “lo que le va a tocar ver a los hijos de nuestros hijos... Eso sí me produce tristeza.” En la reflexión sobre la pérdida de biodiversidad, la contaminación y los cambios ambientales que parecen inevitables se percibe que la visión del futuro está marcada por una sensación de pérdida anticipada frente al deterioro ambiental.

Algunos participantes expresan preocupación por la seguridad alimentaria y la disponibilidad de recursos básicos, evidenciando cómo la ansiedad por el futuro está vinculada a la percepción de escasez y al aumento de precios de los alimentos. La preocupación no es solo por sí mismos, sino por la repercusión que estos cambios tendrán en toda la comunidad. P51, S1 comenta: “ya todo es más caro, más difícil de conseguir y, pues, afecta mucho como la calidad de vida de todas las personas, y eso sí me preocupa como a futuro.” Este testimonio ilustra cómo la amenaza de insuficiencia de alimentos y agua genera un nivel de ansiedad proyectado hacia los años venideros.

Las preocupaciones frente al cambio climático no solo se proyectan hacia un futuro lejano, sino que también en el día de mañana. Varios participantes expresan una sensación de incertidumbre constante, asociada a la imprevisibilidad del clima y a los riesgos inmediatos que este conlleva. P447, S10 “¿Cómo me hace sentir? Como un poquito con incertidumbre, porque no sé qué tanto la lluvia vaya a afectar un derrumbe que se está dando ahí en la Tablaza. Entonces, uno siempre pasa como con ese temor.” Revelando cómo las condiciones climáticas alteran la percepción de seguridad personal. De manera similar, P472, S11 comenta: “ya uno vive preocupado, cómo amanecerá el día”, reflejando un estado emocional marcado por la incertidumbre y la pérdida de tranquilidad ante la variabilidad climática. Estas experiencias evidencian que el malestar psicológico frente al cambio climático no siempre se centra en el futuro distante, sino que también en el futuro inmediato.

En resumidas cuentas, el cambio climático no solo despierta preocupaciones sobre hechos concretos, sino que también se entrelaza con la vida emocional de las personas al pensar en el futuro. La incertidumbre frente a la escasez de recursos, la pérdida de la naturaleza y las

condiciones del entorno que se avecinan genera angustia y temor, sentimientos que no se limitan al presente, sino que se extienden hacia las generaciones más jóvenes. Este malestar emocional revela cómo la conciencia de los riesgos climáticos mantiene a las personas en un estado de preocupación constante, haciendo que el futuro se perciba con inquietud y que la idea de vivir en un mundo cambiante despierte más preguntas que certezas.

### **3.5. Alteraciones en la convivencia y dinámica familiar asociadas al cambio climático**

En la mayoría de los relatos, los participantes no perciben afectaciones significativas en la convivencia familiar derivadas del CC, especialmente cuando existen vínculos sólidos y una buena capacidad de adaptación frente a las variaciones del entorno. No obstante, varios testimonios revelan que las condiciones del clima pueden alterar rutinas cotidianas y limitar el disfrute compartido, generando leves distanciamientos o cambios en la dinámica emocional del hogar. Estas situaciones no siempre derivan en conflictos, pero sí modifican el modo en que las personas se relacionan en determinados momentos. “Nosotros tenemos buena relación, pero sí siento que puede llegar a generar problemas en dañar planes. Y como se dañan salidas, entonces ya cada quien por su lado, pues como que ya no estamos como en la misma sintonía” (P63, S1). El clima, aunque no rompe los lazos afectivos, puede influir en la disposición para compartir y en la sensación de armonía entre los miembros del hogar.

En algunos casos, los cambios climáticos generan alteraciones leves, principalmente relacionadas con el estado emocional y la disposición para interactuar. El malestar físico o el cansancio provocados por el calor o la lluvia tienden a disminuir la motivación para realizar actividades en familia. “Cuando intento tener alguna actividad familiar, también hay veces prefiero más bien recostarme y evito socializar para que no me vean afectado por el clima” (P466, S10). Las condiciones climáticas pueden generar aislamiento o reducir los espacios de interacción, incluso sin llegar a producir conflictos abiertos. “Cuando hace mucho calor, uno llega con dolor de cabeza a la casa, pues también como que uno no está con ganas de hablar mucho tampoco” (P63, S1).

La alteración del estado emocional debido al clima puede repercutir en la convivencia con otras personas, generando conflictos y tensiones. P241, S6 explica: “Porque a él le da mal genio, entonces se da el conflicto, porque entonces yo también me enoja... todo es porque llueve mucho.”

Este testimonio evidencia que las emociones provocadas por el clima no solo se experimentan de manera individual, sino que también afectan la dinámica interpersonal.

Por otro lado, algunos participantes manifiestan que, aunque el clima no deteriora directamente las relaciones familiares, sí limita la realización de actividades conjuntas. En estos casos, el malestar se asocia con la frustración por no poder disfrutar de espacios al aire libre o de rutinas habituales. Una participante comenta que el sol le produce malestar físico y que su familia interpreta su negativa a salir como una mala actitud: “Para mí el sol me afecta, mis papás a veces no lo entienden así y yo creo que para ellos la dinámica de que yo no salga a veces, la ven más como una mala actitud de mi parte” (P170, S4). Este tipo de experiencias sugiere que las condiciones climáticas pueden generar incompreensión o tensiones sutiles en el entorno familiar.

Finalmente, algunos relatos evidencian afectaciones más concretas en la convivencia cuando los fenómenos climáticos producen daños materiales o situaciones de estrés en el hogar. El aumento de lluvias, por ejemplo, ha generado dificultades estructurales que repercuten directamente en la tranquilidad y seguridad de las familias. Un participante describe cómo las fuertes precipitaciones han ocasionado daños en su edificio: “Aquí hemos tenido varias problemáticas que han afectado la armonía de los hogares... se nos ha inundado el primer piso... y yo me preocupo mucho por la seguridad de mi mamá, porque es una persona de la tercera edad” (P487, S10). En estos casos, el cambio climático no solo impacta la armonía familiar, sino también el bienestar físico de algunos miembros de la familia.

En conjunto, los relatos muestran que el clima incide de manera diversa en las relaciones familiares. Mientras que en algunos hogares el impacto es leve y se manifiesta únicamente en pequeñas adaptaciones o ajustes de rutina, en otros se evidencian tensiones más marcadas derivadas de la incomodidad, el cansancio o la preocupación por los daños materiales, junto con las consecuencias económicas y los riesgos para la seguridad que estos implican. Estas experiencias revelan que el clima, aunque de forma sutil, influye tanto en el estado de ánimo como en la convivencia entre los miembros del hogar. En este sentido, se convierte en un elemento que, aunque no siempre genera conflictos directos, sí condiciona la armonía y el equilibrio emocional dentro de la familia, mostrando que factores antes percibidos como externos pueden tener un peso significativo en la dinámica afectiva del hogar.

### 3.6. Afectaciones emocionales derivadas de las variaciones climáticas

La variabilidad climática influye en la experiencia emocional de las personas y pueden generar desde una simple incomodidad hasta malestares psicológicos más profundos, dependiendo de factores como la salud, la rutina diaria y la exposición laboral. Las condiciones ambientales impactan el bienestar emocional, revelando un espectro de respuestas que van desde la adaptación y la indiferencia hasta emociones más complejas.

Algunos participantes expresan una percepción de escaso impacto emocional, señalando que las variaciones climáticas no alteran significativamente su bienestar. P145, S5 comenta: “me gusta el calor y me gusta el frío. En particular no siento ninguna molestia porque gozo de buena salud”. Estas voces reflejan una actitud de aceptación o adaptación ante las transformaciones ambientales cotidianas.

Sin embargo, otros testimonios revelan que el clima sí genera malestares psicológicos más notables, especialmente cuando interfiere con las rutinas diarias o afecta la vida económica y social. P50, S2 expresa: “me ha causado cierto impacto en ver como la carestía de los alimentos... También me angustia mucho las personas que tienen que salir a trabajar y no tienen por dónde moverse porque la ciudad está llena de agua”. En estos casos, las emociones de preocupación y angustia surgen no solo por el cambio ambiental en sí, sino por sus consecuencias prácticas en la vida urbana y en la estabilidad económica.

El clima se incorpora a la experiencia emocional del día a día, afectando el ánimo y las interacciones cotidianas. P152, S4 comenta: “cuando llueve mucho, llegas tarde al trabajo y eso genera estrés en la vida cotidiana. El frío da ansiedad y cuando uno tiene mucho frío, le da ansiedad y quiere comer de todo”.

Por otro lado, algunos participantes asocian las alteraciones climáticas con síntomas más profundos de tristeza, agotamiento o depresión, especialmente cuando su trabajo o su rutina los mantiene en contacto directo con el ambiente. P447, S10 señala: “me deprime ver que el clima se altere tanto, porque de alguna manera eso también condiciona mucho cuando uno va a trabajar”, y más adelante agrega: “es como si tú sintieras que la energía como que se te baja” (P466, S10). Estas expresiones evidencian cómo el entorno natural y el estado anímico se entrelazan, mostrando

que los efectos del cambio climático pueden trascender lo físico para afectar la motivación y la energía vital.

Las percepciones sobre el impacto emocional del clima varían según las condiciones laborales y el tipo de actividades que cada persona realiza. Mientras para algunos trabajadores el entorno climático representa un factor que altera directamente su bienestar emocional, para otros se trata de una circunstancia manejable dentro de la rutina. P464, S10 comenta: “es curioso que uno diga que el medio ambiente y el cambio climático le generan eso, pero a mí me afecta mucho porque yo soy una persona que trabajo en la calle”, destacando cómo la exposición constante a las condiciones climáticas intensifica sensaciones de agotamiento, ansiedad o malestar.

En contraste, P367, S9 expresa: “pues a mí no, no me afecta, sí, porque como uno es ama de casa, entonces uno espera a que escampe”, reflejando una relación más pasiva y adaptable frente a los cambios del entorno. Esta comparación muestra que el impacto emocional del clima no depende únicamente de la percepción individual, sino también del rol ocupacional y del grado de exposición al ambiente.

En conjunto, los relatos evidencian que, aunque algunos mantienen una posición de indiferencia o resiliencia frente a la variabilidad climática, otros manifiestan sentimientos de estrés, ansiedad, cansancio o tristeza vinculados a las condiciones ambientales. Así, el clima se convierte en un elemento que influye en el bienestar psicológico, revelando cómo las variaciones del entorno natural se filtran en la cotidianidad, moldeando el modo en que las personas sienten y afrontan su día a día.

#### **4. Impacto en la comunidad**

##### **4.1. Impacto comunitario del cambio climático**

El cambio climático incide de manera directa en la vida de las comunidades, afectando distintos aspectos de la cotidianidad y generando desafíos sociales, económicos y emocionales. Los relatos de los participantes permiten comprender cómo estas afectaciones se entrelazan con la rutina diaria y el bienestar de toda la comunidad.

Las variaciones climáticas impactan directamente la producción agrícola y la economía local. Los participantes destacan que fenómenos como sequías o lluvias intensas afectan la cosecha

y, en consecuencia, elevan los precios de los alimentos, generando preocupación y estrés en la población urbana que depende de ellos. P51, S1 afirma: “ya no va a haber tanta producción de alimentos que llegan aquí al consumidor y entonces ya todo es más caro, más difícil de conseguir, y afecta mucho como la calidad de vida de todas las personas”. P47, S3 añade: “la gente del campo... si hay mucho invierno, se dañó todo, no se produjo nada... entonces ellos sí se estresan bastante, porque no les está generando la renta o la plata que necesitan para vivir todo un año”. Estos relatos evidencian cómo la economía local y la seguridad alimentaria están estrechamente ligadas al clima.

El cambio climático también afecta la infraestructura y los servicios comunitarios, interrumpiendo la vida diaria y el funcionamiento de la ciudad. P55, S1 menciona: “han habido derrumbes en las fuentes hídricas... y pues eso me parece que afecta mucho la rutina de todas las personas”. De manera similar, P162, S4 comenta: “las oficinas no pueden abrir porque no hay baños, no hay salubridad, hay restaurantes que tienen que cerrar... la cotidianidad completa cambia solamente por la falta de agua dos días”. Incluso la movilidad se ve alterada, como recuerda P175, S4: “llegar tarde, se congestionaron las cosas, cerraron vías, como que cotidianamente nos afecta a todos”. Así, los problemas de infraestructura y servicios se convierten en un factor de tensión y reorganización comunitaria.

Los efectos del clima repercuten también en la salud y el bienestar de la población, especialmente en niños, adultos mayores y personas con condiciones médicas previas. P145, S5 explica: “para las personas mayores y los niños es muy, muy, muy malo... con asma, con infecciones y cosas graves y van a un hospital, eso se ve mucho aquí en Caldas”. Estos impactos no solo implican riesgos físicos, sino que también generan preocupación y malestar emocional, ya que los cambios bruscos de temperatura o humedad afectan la estabilidad y la seguridad de los grupos más vulnerables.

Aunque algunos participantes no perciben impactos directos dentro de su entorno cercano, reconocen que otras comunidades cercanas enfrentan consecuencias significativas del cambio climático, como inundaciones o derrumbes. Esto evidencia que la afectación comunitaria no es uniforme, sino que depende de la ubicación geográfica, la infraestructura disponible y el grado de exposición a los fenómenos ambientales. P22, S6 comenta: “Es que a nosotros directamente no nos impacta, no nos toca, pero sí pasa en la comunidad cerca de nosotros, que se inundan las casas.”

Incluso cuando la experiencia personal no se ve alterada, la percepción de los riesgos y daños que sufren los vecinos genera conciencia sobre la vulnerabilidad colectiva.

En conjunto, el cambio climático genera un impacto colectivo y multisectorial que abarca la economía, la infraestructura, la movilidad, los servicios básicos, la salud y la vida cotidiana de la comunidad. Estas experiencias muestran cómo los fenómenos climáticos se integran en la vida social, condicionando la manera en que las personas interactúan, se organizan y perciben su seguridad. De este modo, el clima se revela como un factor que influye en el bienestar y en la dinámica comunitaria, resaltando la estrecha relación entre el medio ambiente y la experiencia colectiva.

## **5. Afrontamiento y adaptación**

### **5.1. Prácticas de adaptación frente al cambio climático**

Los participantes reportan que, frente a las variaciones climáticas, han implementado diversas prácticas de adaptación que buscan proteger su bienestar y mantener la normalidad en la vida cotidiana. Estas estrategias reflejan un esfuerzo constante por anticipar y mitigar los efectos del clima, integrando medidas preventivas tanto a nivel individual como familiar y comunitario.

A nivel personal, las adaptaciones incluyen ajustes sencillos en la rutina y en la organización del hogar para enfrentar el calor, el frío o la lluvia. P53, S2 señala: “Modificaciones, por la noche hay que acostarse con una cobija y con una sábana porque de repente (no son mis calores) sino que de repente hace mucho frío y de repente está lloviendo.” Algunos participantes también mencionan cambios en la forma de dormir, como usar más o menos cobijas, abrir ventanas o mantener la habitación ventilada para regular la temperatura. Estas acciones muestran que los individuos buscan mantener su comodidad y salud frente a las fluctuaciones térmicas.

Por otro lado, existe una mayor conciencia sobre la exposición al sol y otros factores climáticos, reflejada en prácticas como el uso frecuente de bloqueador solar, sombrillas o ropa adecuada para protegerse de la radiación o la lluvia. P75, S2 comenta: “con la sombrilla en la mano y con el bloqueador en la otra, por si hace calor o por si hace frío”, evidenciando un reconocimiento de los riesgos potenciales para la salud. Estas medidas muestran que la prevención individual y la protección personal frente a los riesgos ambientales se han convertido en un hábito cotidiano.

Además, las prácticas de adaptación incluyen un manejo consciente de los recursos y hábitos de consumo responsable. P82, S1 afirma: “en la familia tenemos los hábitos de tener buenos consumos y ser responsables con el efecto que tenemos en el ambiente que nos rodea.” Varios participantes comentan sobre la recolección de agua para emergencias, el reciclaje y la reducción del uso de productos de un solo uso, evidenciando una mayor conciencia ambiental y la intención de minimizar los impactos negativos del clima en el entorno. Estos ajustes demuestran que la adaptación no se limita a la protección personal, sino que también implica cambios sostenibles en la vida doméstica.

La preocupación por otros miembros de la familia guía las estrategias de adaptación, mostrando cómo la conciencia climática se entrelaza con la responsabilidad hacia los más vulnerables. Como explica P36, S8: “yo a la niña sí la cuido mucho. Entonces, siempre que vamos a salir, si está lloviendo o haciendo frío, siempre la saco abrigada y cuando son días de calor, pues casi no salimos, o le digo ‘espéreme que baje un poquito el sol’.” Este tipo de acciones refleja no solo la intención de proteger físicamente a los niños frente a las variaciones climáticas, sino también de enseñarles a reconocer riesgos, generar hábitos de autocuidado y fomentar una comprensión temprana de la relación entre el entorno y la salud.

En conjunto, las prácticas de adaptación frente al cambio climático reflejan un proceso activo de resiliencia que abarca dimensiones personales, familiares y comunitarias. Los participantes no solo modifican sus hábitos para proteger su bienestar, sino que también desarrollan conciencia ambiental y solidaridad hacia los demás, integrando el cuidado del entorno y de la comunidad en su vida cotidiana. Esto evidencia cómo la adaptación se convierte en un componente esencial para afrontar las incertidumbres climáticas y fortalecer la capacidad de respuesta ante sus efectos.

## **5.2. Estrategias de afrontamiento emocional frente al cambio climático**

El impacto emocional del cambio climático no se limita a alteraciones momentáneas en el ánimo, sino que requiere que las personas desarrollen estrategias para manejar el estrés, la ansiedad y la preocupación derivadas de la situación ambiental. Los relatos de los participantes muestran cómo, frente a esta realidad, se despliegan diversos mecanismos de afrontamiento que combinan aceptación, regulación de información y acciones proactivas.

Algunos participantes adoptan estrategias centradas en la paciencia, la tolerancia e incluso la resignación frente a factores que escapan a su control. Como explica P181, S5: “Pues prácticamente manejar la paciencia, porque qué más vamos a hacer. La paciencia, porque imagínese usted que son cosas que nosotros quisiéramos cambiar, pero no están nuestras manos”. Para estos individuos, la aceptación de la incertidumbre y la limitación de su control sobre los eventos climáticos constituye un recurso emocional que permite mantener el equilibrio psicológico frente a situaciones percibidas como inevitables.

Otro grupo de participantes prioriza la regulación consciente de la exposición a información estresante, seleccionando qué noticias o contenidos consumir para proteger su bienestar emocional. P187, S4 comenta: “una de mis grandes estrategias es la ignorancia... ya no las consumo masivamente, porque literalmente eso me causa estrés... intento que no se me vuelva un pensamiento constante como la fatalidad de las cosas”. De manera complementaria, P364, S8 expresa: “Pues normalmente a uno lo estresa más que todo son como las noticias, como lo que uno ve en internet. Y pues yo trato de no ver mucho eso”. Este tipo de estrategia refleja un cuidado activo de la salud mental, mediante la filtración consciente de información, evitando la sobrecarga emocional y preservando la capacidad de enfrentar los desafíos cotidianos.

Las posturas de estos hermanos reflejan dos formas opuestas de enfrentar las afectaciones emocionales. P506, S11 opina: “como seguir adelante y no prestarle como atención a eso, como dejarlo a un lado”, mostrando un afrontamiento basado en la aceptación pasiva y la reducción de la carga emocional. En contraste, P507, S10 adopta un enfoque activo: “Yo sí no, yo hago lo contrario. Yo sí busco las causas, busco posibles soluciones... uno no se puede hacer el de la oreja mocha... aparte digamos de las dinámicas que se manejan en mi hogar, yo soy una persona que recurrentemente voy a terapia psicológica.” Esta postura evidencia la búsqueda de control mediante la acción y la reflexión personal, combinando estrategias externas y apoyo psicológico. La comparación evidencia que, incluso dentro de la misma familia, las respuestas emocionales frente al cambio climático pueden ser divergentes, influenciadas por la percepción del riesgo, la motivación para actuar y la disposición individual frente a la adversidad.

En conjunto, los relatos revelan que las estrategias para manejar afectaciones emocionales frente al cambio climático son variadas y complementarias. Mientras unos optan por la aceptación y la paciencia, otros regulan la exposición a información estresante o buscan soluciones activas y

apoyo profesional. Esta diversidad de mecanismos evidencia que el afrontamiento emocional es un proceso dinámico, influido tanto por la percepción individual de riesgo como por los recursos disponibles.

### **5.3. Conversaciones en torno al cambio climático**

Las conversaciones sobre el cambio climático dentro de las familias y comunidades se caracterizan por ser esporádicas y de baja profundidad, aunque se observa un interés creciente en ciertos grupos etarios y contextos sociales. En general, el tema no ocupa un lugar prioritario en las interacciones cotidianas, limitándose muchas veces a comentarios circunstanciales sobre el estado del tiempo o las variaciones climáticas repentinas. Como menciona P288, S7: “uno por ejemplo con compañeros de trabajo... dice ‘ay, no, cómo está el clima de raro, va a empezar a dar gripa ya’”. Este tipo de intercambio muestra que el clima aparece más como un tema anecdótico que como una preocupación ambiental.

Aunque algunos participantes mencionan haber hablado sobre el cambio climático en el entorno familiar, estos intercambios carecen de profundidad. P78, S3 comenta: “En familia, pues realmente he tocado el tema con la mamá, ¿cierto? Pero tampoco ha sido así como de mucha trascendencia”, mientras que P379, S8 añade: “Cuando uno llama, por ejemplo, a la mamá, ella sí le cuenta a uno que llovió muy duro, pero ya, hasta ahí.” Si bien el tema aparece ocasionalmente en la conversación cotidiana, en general, las menciones al clima surgen como observaciones más que como oportunidades para reflexionar colectivamente sobre los impactos del fenómeno, lo que muestra que el CC no se integra plenamente como un tema de dialogo dentro de las familias.

Las conversaciones sobre el cambio climático muestran una participación desigual entre generaciones, especialmente entre los niños y las personas mayores, quienes suelen permanecer al margen de estas discusiones. P71, S2 señala: “yo nunca he escuchado que un niño se queje de eso, porque ese tema para los niños no es tan relevante”, mientras que P72, S1 complementa: “a los niños no se les educa mucho en ese tema. Pero siento que a mis amigos que son como del rango de edad de 20 y 30 años sí hablan sobre eso... y medidas que toman ciertos gobiernos en pro o en contra del cambio climático.” A partir de ello, se evidencia un vacío generacional en la transmisión de conciencia ambiental a los más pequeños, mientras que el diálogo sobre el CC adquiere mayor relevancia entre los adultos jóvenes, quienes suelen integrarlo en reflexiones más amplias sobre lo social y lo político.

Continuando, entre los adultos con mayor nivel educativo, se evidencia una reflexión más profunda y crítica sobre las implicaciones estructurales del fenómeno. P166, S4, quien es artista plástica y se rodea de personas dedicadas a las humanidades, explica: “Ha sido últimamente una conversación cada vez más frecuente... tengo un grupo de amigos que se preocupa por las cosas más allá de nosotros mismos... por lo que está pasando políticamente, ambientalmente, culturalmente...”. Así, en ciertos círculos sociales el cambio climático se integra en discusiones más amplias sobre el futuro colectivo, las crisis políticas, económicas y ecológicas, y las incertidumbres que atraviesan la vida cotidiana.

También se evidencian diferencias generacionales y actitudinales dentro de las mismas familias. Mientras algunos tienden a minimizar el tema o evitarlo, otros buscan generar conciencia y promover acciones locales. P511, S10 expresa: “Yo sí lo he hablado con mi familia... el llamado a tomar acciones soy yo. Con mis vecinos del barrio sí he hablado... he tomado acciones”. En contraste, su madre, según comenta su hijo, tiende a desentenderse del tema (“yo ya estoy muy vieja, ¿cómo voy a ponerme en eso?”), lo que evidencia que la implicación ambiental no es uniforme y puede variar entre generaciones dentro de una misma familia.

Finalmente, varios participantes reconocen que las conversaciones sobre el clima se han vuelto más frecuentes en los últimos años. Como señala P512, S10: “Anteriormente uno ha hablado de otros temas, pero ya como que últimamente sí hemos hablado mucho sobre el medio ambiente y sobre los cambios que están sucediendo.” No obstante, dichas conversaciones suelen mantenerse en un nivel cotidiano o descriptivo, centradas en los cambios inmediatos del entorno. P496, S10 lo ilustra al afirmar: “yo creo que ya son como habituales las conversaciones con las personas cuando dicen ‘Hey, los climas están como alterados, está lloviendo más, está haciendo más calor’.” Este tipo de comentarios muestra que, aunque el cambio climático comienza a formar parte de la conversación cotidiana, su abordaje aún es limitado.

En conjunto, los relatos revelan que las conversaciones entorno al cambio climático son incipientes y desiguales, variando según la edad, el nivel educativo y la sensibilidad ambiental de cada grupo. En la mayoría de los casos, las conversaciones surgen de manera espontánea como comentarios de rutina sobre el estado del tiempo o cambios en el clima local, lo que refleja una aproximación más cotidiana que reflexiva. Sin embargo, en ciertos sectores comienza a gestarse una mayor conciencia crítica y social, donde el cambio climático se entiende no solo como un

fenómeno ambiental, sino como un asunto que cuestiona la vida colectiva y las decisiones futuras. Esta transición sugiere un cambio gradual de conversaciones de pasillo hacia un diálogo más amplio sobre las implicaciones del fenómeno.

#### **5.4. Percepciones ciudadanas sobre la gestión ambiental local**

El análisis de las percepciones de los participantes sobre el papel del gobierno local frente al cambio climático evidencia una mirada predominantemente crítica. En general, los entrevistados perciben una presencia institucional débil y una limitada articulación entre las autoridades y la comunidad para enfrentar los efectos del fenómeno. Si bien se reconocen algunos esfuerzos aislados, la mayoría de los relatos aluden a una falta de planificación, de acciones sostenidas y de respuesta ante situaciones de riesgo ambiental.

De manera reiterada, los participantes expresan que el gobierno local no ha desarrollado estrategias claras ni sostenidas para mitigar los impactos del cambio climático. La falta de infraestructura adecuada, como acueductos, drenajes o vías, se asocia con una gestión pública deficiente y con escasa priorización a los asuntos ambientales. P86, S2. “Yo, por lo que he visto acá, ningún alcalde ha tocado ese tema... El acueducto está malo, siguen recogiendo el agua de la misma quebrada para tanta gente, la presión del agua ya está muy bajita.” Hay un sentimiento de abandono institucional, en el que la ausencia de acciones concretas refuerza la vulnerabilidad de la comunidad frente a los cambios ambientales que la afectan.

Junto a la percepción de inacción, emerge una profunda desconfianza hacia la gestión pública local, alimentada por experiencias reiteradas de promesas incumplidas y respuestas ineficaces ante las problemáticas ambientales. Las acciones gubernamentales son percibidas como reactivas más que preventivas, actuando únicamente cuando los problemas ya han generado consecuencias visibles en la comunidad. P386, S9: “¿No ve en estos días cuando se inundaron por allá... que le estuvieron haciendo reclamos al alcalde, que mientras gastaba la plata en otras cosas, que por qué no veía lo de esas familias que necesitaban el apoyo. Y ya no se pronunciaron.”

De manera similar, P292, S7 señala: “Por la variante hay un derrumbe que dijeron que se iban a encargar de él y lo iban a limpiar.” Estas expresiones reflejan la percepción de una gestión pública desconectada de las necesidades reales de la población. En este contexto, la respuesta del gobierno frente al cambio climático es vista como más simbólica que efectiva. La falta de

coherencia entre el discurso institucional y las acciones concretas genera sentimientos de frustración, desconfianza y resignación colectiva.

Aunque minoritarios, dos hermanos reconocen la existencia de esfuerzos locales, lo que sugiere que, pese a la desconfianza generalizada, se perciben algunas señales de gestión tanto institucional como comunitaria. Sin embargo, estas apreciaciones, se presentan como casos aislados que no logran consolidar una percepción colectiva de eficacia. P477, S10 resalta algunos avances visibles: “acciones de mitigación para que el talud se detenga, ¿cierto? Para que no se venga. Siento que se están haciendo acciones de reforestación.” Su testimonio refleja una valoración positiva de iniciativas concretas, como la reforestación o la incorporación de tecnologías más limpias, por ejemplo, el uso creciente de vehículos eléctricos, entendidas como signos de un progreso ambiental incipiente.

De manera complementaria, P478, S10 reconoce una interacción entre los esfuerzos públicos y privados: “Yo pienso que es como la combinación de las dos cosas, que es las acciones que se están dando desde lo privado y desde lo gubernamental, que las estoy vivenciando todos los días.” Esta perspectiva introduce una mirada más constructiva, que, aunque describe acciones puntuales, muestra una disposición a reconocer los avances existentes, sugiriendo que la confianza institucional puede fortalecerse cuando las acciones ambientales son visibles y acompañadas de participación ciudadana.

Una participante introduce una noción de corresponsabilidad, donde la efectividad de las políticas ambientales se vincula con la participación de la comunidad. Reconociendo que el cuidado ambiental no depende exclusivamente del gobierno, sino también de la voluntad y el compromiso de la ciudadanía. P514, S11: “Pueden haber muy buenas iniciativas, muy buena voluntad de parte de la administración municipal, pero si la gente no acoge esas iniciativas, difícilmente vamos a llegar a ver resultados.” En la misma línea, la participante enfatiza la falta de implicación colectiva: “Si un alcalde invita a sembrar árboles, toda la comunidad se debería volcar a apoyar ese tipo de iniciativas [...] pero la gente ni siquiera se motiva como para ir a este tipo de actividades.” Su reflexión revela una conciencia crítica frente a la pasividad social y apunta a la necesidad de que las políticas públicas sean acompañadas por una ciudadanía más activa y consciente.

En síntesis, el apoyo del gobierno local frente al cambio climático es percibido por la mayoría de los participantes como limitado, poco visible y desarticulado. Si bien se reconocen acciones aisladas, predomina la sensación de ausencia de liderazgo ambiental y de una gestión desconectada de las necesidades reales de la comunidad. El análisis también evidencia una escasa participación ciudadana, lo que sugiere que los desafíos ambientales en Caldas no pueden abordarse únicamente desde la institucionalidad. Se requiere, más bien, una estrategia integral que promueva la corresponsabilidad entre gobierno y ciudadanía, fortaleciendo los vínculos de cooperación y el compromiso colectivo frente al cambio climático.

### 5.5. Expectativas ciudadanas frente a la gestión ambiental del gobierno local

Las respuestas de los participantes reflejan una serie de expectativas hacia las instituciones locales, la comunidad y la sociedad en general, que trascienden la demanda de soluciones materiales y evidencian la necesidad de una transformación cultural y educativa frente al cambio climático. El apoyo deseado combina dimensiones ambientales, emocionales y sociales, mostrando que las personas no solo esperan acciones correctivas, sino una gestión más integral que promueva la corresponsabilidad ciudadana.

Los participantes manifiestan principalmente una clara demanda hacia el gobierno local para que asuma una planificación ambiental más efectiva, que considere las particularidades del territorio y priorice la prevención de desastres. Se percibe la necesidad de políticas públicas concretas, articuladas y sostenibles en el tiempo, capaces de responder a los riesgos locales y mejorar la infraestructura. Esta expectativa refleja una comprensión ciudadana del cambio climático como un asunto de **responsabilidad institucional más que individual**, en el que las acciones del Estado son vistas como determinantes para generar transformaciones reales. Tal como lo expresa una participante:

“Mucha de la responsabilidad que yo le delego es a los gobiernos, al mal manejo de tanta cosa que el gobierno podía hacer en beneficio del planeta en sí. Porque es que ¿quiénes tienen el poder? Nuestros gobernantes. Uno sí colaboraría y, en lo posible, lo que pudiera hacer yo lo haría, pero uno no tiene los medios. Y para hacer cambios radicales hay que tener, ¿qué? Dinero.”

(P78, S3)

Una de las formas de apoyo más solicitadas es la inversión económica en infraestructura básica y obras públicas, donde se resalta la necesidad de intervenciones directas y sostenidas que mejoren las condiciones de vivienda, educativas y ambientales. P389, S9 expresa: “Y económico, sí, me gustaría que les arreglaran las casitas que están... en un deterioro impresionante. Tanto la escuela de mi nieta, porque pasa una quebrada en toda la entrada de esa escuela.” De manera similar, P303, S7 enfatiza: “Y la intervención directa, pero ya sería para el beneficio de comunidades completas, las fuentes hídricas, canalizaciones, y todos esos trabajos que realmente necesita la comunidad.” Estas voces reflejan una demanda por acciones estructurales que trasciendan la asistencia temporal, orientadas a mejorar la infraestructura y garantizar entornos más seguros y sostenibles para las familias.

Algunos participantes expresan la necesidad de fortalecer la supervisión ambiental hacia las empresas, señalando que gran parte de la contaminación proviene del sector productivo más que de los hogares. Desde esta perspectiva, se plantea la importancia de un control institucional más riguroso, que garantice el cumplimiento de las normas ambientales y promueva la responsabilidad social empresarial. Como lo expone un participante, es necesario que “las secretarías del medio ambiente visiten a cada una de las empresas y evalúen qué están haciendo, cómo están implementando sus plantas de tratamiento de agua y cómo le están aportando a la sociedad... pues las empresas contaminan 100 veces más que nosotros y en ocasiones no se les exige tanto” (P522, S10).

Otra de las demandas más reiteradas se orienta hacia la formación ambiental desde edades tempranas, destacando la necesidad de incorporar la educación ambiental como parte esencial del desarrollo ciudadano. Las propuestas incluyen desde brigadas escolares, cursos, materias específicas, capacitaciones y campañas comunitarias que promuevan hábitos sostenibles. Así lo expresa P303, S7: “El municipio sí puede aportar en esta problemática, dando un apoyo en los colegios, para que le enseñen a los estudiantes cómo optimizar los recursos, cómo reciclar, ehh sí, todo eso ayuda a este tema del cambio climático” En este sentido, el sistema educativo es percibido como un escenario fundamental para fortalecer tanto la conciencia ambiental como la sensibilidad emocional frente al cambio climático.

También se evidencia una fuerte expectativa hacia la implementación de acciones colectivas y tangibles, como jornadas de limpieza, campañas de reforestación, un manejo más

responsable de los residuos y la protección de las fuentes hídricas. Estas demandas reflejan el anhelo de construir una relación más activa y colaborativa entre la comunidad y las instituciones locales, donde la ciudadanía no sea solo receptora de políticas, sino también protagonista del cuidado ambiental. “Me gustaría que hicieran más parques donde la gente pueda hacer deporte, pueda caminar, donde siembren árboles, donde con la comunidad se reforesten montañas” (P92, S2). Este testimonio refleja el deseo compartido de contar con espacios naturales que favorezcan tanto el esparcimiento y la salud, como el vínculo afectivo con el entorno, entendiendo que el bienestar ambiental, social y personal están estrechamente vinculados.

Aunque la mayoría de las expectativas se centran en el ámbito social, institucional y educativo, dos adultas jóvenes amplían la noción de apoyo al incluir la dimensión emocional y psicológica frente a la crisis climática. Su mirada introduce una comprensión más integral del bienestar, al reconocer que los efectos del cambio climático no se limitan al entorno físico, sino que también inciden en la salud mental, especialmente de niños y adolescentes. P305, S6 sugiere: “Y en la parte de lo que los psicólogos, también en los colegios... como en la parte pues de la salud emocional, viendo en esto que estamos hablando aquí... cómo puede afectar eso a un adolescente o a un niño, el clima”. Esta perspectiva revela una sensibilidad emergente hacia la ecoansiedad y el impacto psicosocial del cambio climático, proponiendo la necesidad de acompañamiento emocional como parte de las estrategias de adaptación y educación ambiental.

Los relatos muestran que el apoyo deseado frente al cambio climático se concibe como un proceso compartido, que requiere tanto de la acción institucional como de la participación de la comunidad. Los habitantes de Caldas anhelan políticas públicas más planificadas, educación ambiental transformadora, intervenciones visibles y un acompañamiento emocional. Esta subcategoría evidencia que el bienestar ambiental, social y psicológico son dimensiones interdependientes, y que solo a través de una gestión participativa puede ser posible construir comunidades más resilientes frente a los actuales desafíos climáticos.

## **Categorías**

**emergentes:**

### **E1. Afectaciones fisiológicas relacionadas con el cambio climático**

El cambio climático no solo se percibe como un fenómeno ambiental, sino además como una experiencia que atraviesa el cuerpo y altera su bienestar. Las variaciones extremas de temperatura, la contaminación atmosférica y la inestabilidad climática provocan afectaciones

fisiológicas concretas, enfermedades respiratorias, dermatológicas y diversos síntomas físicos. Estas experiencias evidencian que la salud física también es un indicador que manifiesta la vulnerabilidad cotidiana frente a los cambios del entorno.

Una de las afectaciones más reiteradas corresponde a las enfermedades respiratorias, descritas como un malestar persistente asociado a los cambios bruscos de clima. Los participantes refieren que la variabilidad térmica desencadena síntomas de asma, rinitis y gripes prolongadas, alterando el bienestar y las rutinas diarias. “Las gripas de ahora con los cambios de clima son gripas que viven con uno... la conversación más tranqui de todos es que en algún punto del mes tenemos gripa. Y lo que ya nos volvimos expertos todos, es en antigripales o en shots de defensas” (P175, S4). Este tipo de testimonios refleja cómo la exposición continua a la inestabilidad ambiental genera un desgaste físico constante y normalizado en la vida cotidiana.

También se observan afectaciones dermatológicas y reacciones inflamatorias relacionadas con el aumento de las temperaturas. El calor excesivo es descrito como una fuente de malestar que altera el equilibrio corporal y provoca respuestas alérgicas o inflamatorias: “El calor hace reacción en mí, mi cuerpo se inflama, no tiene agua... soy una mujer alérgica que reacciona justamente al calor y me lleno de ronchas y de cosas” (P143, S4). Estas manifestaciones somáticas no solo evidencian la sensibilidad física frente a las variaciones climáticas, sino también la percepción de un entorno que se vuelve cada vez más hostil para el cuerpo.

Otro grupo de testimonios destaca la relación entre la contaminación atmosférica y las enfermedades respiratorias, especialmente en el municipio de Caldas, cuya ubicación en el valle agrava los efectos del CO<sub>2</sub> transportado desde el área metropolitana. “Toda la contaminación que viene del área metropolitana... llega a Caldas, y como somos valle, realmente aquí lo que se genera es acumulación de CO<sub>2</sub> que nos afecta... hay mayor incidencia de casos respiratorios” (P459, S10). Este tipo de observaciones muestra una comprensión situada del problema, donde los participantes articulan la experiencia corporal con la geografía y la dinámica ambiental del territorio.

Asimismo, el dolor de cabeza, la fatiga y la alteración del sueño emergen como síntomas recurrentes frente al calor o la exposición solar prolongada, expresando la relación directa entre el clima y el rendimiento físico. “Si está haciendo mucho sol, yo abro la sombrilla porque a mí me afecta. Eso me da dolor de cabeza” (P277, S6). Estos testimonios dan cuenta de cómo el cuerpo traduce los desequilibrios del ambiente en malestares físicos concretos.

Las afectaciones fisiológicas relatadas evidencian que el cambio climático incide de manera directa en la salud corporal, convirtiéndose en una fuente cotidiana de malestar y vulnerabilidad. Las enfermedades respiratorias, los trastornos dermatológicos y el cansancio físico son comprendidos no solo como consecuencias biológicas, sino como señales de un entorno alterado. Así, el cuerpo se percibe como un espacio donde las transformaciones del ambiente se hacen visibles y donde se refleja la conexión directa entre el bienestar físico y las condiciones del entorno.

## **E2. Expansión urbana y transformación del territorio**

Durante las conversaciones con los participantes surgió una categoría emergente que aunque no estaba prevista inicialmente, resultó significativa para ellos. La expansión urbanística reciente del municipio de Caldas. Los habitantes identifican este fenómeno como una problemática local que, si bien no asocian de manera directa con el cambio climático, lo perciben como un cambio que agrava los desequilibrios ambientales y sociales del territorio. El crecimiento acelerado de la construcción, el aumento poblacional y la falta de planificación urbanística aparecen como temas recurrentes en sus relatos.

Varios participantes expresaron su preocupación por el aumento desmedido de edificaciones y la transformación del paisaje urbano tradicional. “En el barrio de nosotros han tumbado muchas casas viejas y han hecho edificios. Entonces, donde vivía una familia ya están viviendo 20, 30 familias que uno no conoce” (P65, S2). Este cambio es percibido no solo como un deterioro físico del entorno, sino también como una pérdida del sentido de comunidad y de las relaciones vecinales que antes caracterizaban la vida cotidiana.

Además, los habitantes señalan la ausencia de una planeación adecuada que contemple los impactos ambientales de la expansión. “Aquí en Caldas han comenzado a construir muchos edificios, y en la parte de la alcaldía, de planeación, no les exigen algo social: como hacer recolectores de basura, sembrar árboles o parques donde la gente pueda dispersarse” (P79, S2). Esta falta de previsión institucional genera malestar, ya que se percibe que las decisiones de desarrollo urbano responden más a intereses económicos que al bienestar colectivo o a la sostenibilidad ambiental.

Otro aspecto relevante es la preocupación sobre los recursos naturales, especialmente el agua. “Tanto edificio, tanto usuario ya de los apartamentos, y yo no veo que hayan invertido o hecho algo como por mejorar el acueducto. Y siguen construyendo... Entonces yo digo que va a llegar un día en el que el agua va a ser reducida para todo el mundo” (P87, S3). Estas percepciones reflejan una conciencia ambiental intuitiva, en la que los habitantes vinculan el crecimiento urbano con la escasez futura y con los efectos del cambio climático, aun cuando no lo expresan directamente.

También afloran sentimientos de nostalgia y desplazamiento simbólico frente a la transformación del municipio. “Cuando yo llegué acá era un pueblito y todo el mundo nos conocíamos... Ahorita usted ve edificios por todos los lugares, usted no sabe quién vive allí, de adónde es” (P173, S5). Este relato evidencia cómo la expansión urbana altera no solo el entorno físico, sino las formas de habitar, pertenecer y reconocerse en la comunidad.

Por último, algunos entrevistados denunciaron los efectos directos de las obras de construcción en la vida diaria, como la acumulación de residuos, la obstrucción de calles y la degradación del espacio público: “Tiran la tierra en la calle, obstruyen el paso... los escombros y los residuos sólidos no los están evacuando de manera periódica, eso va haciendo que el barrio se vea feo” (P491, S10). Estas observaciones dan cuenta de una preocupación ambiental cotidiana, donde la expansión urbana es tomada como fuente de contaminación, desorden y pérdida de bienestar.

En síntesis, las narrativas muestran que la expansión urbana se vive como una forma de desequilibrio ambiental y social. Los habitantes de Caldas asocian el crecimiento desmedido con la pérdida del sentido comunitario, el aumento de la contaminación, la presión sobre los recursos naturales y la degradación del entorno. Más allá de un fenómeno arquitectónico, la expansión se percibe como un síntoma de desconexión entre desarrollo urbano y sostenibilidad ambiental, evidenciando cómo las transformaciones del territorio inciden directamente en la vida y la salud colectiva de la comunidad.

## **Discusión**

En este capítulo se interpretan los resultados del estudio, articulando los hallazgos obtenidos en las entrevistas con los objetivos de la investigación y con la pregunta central sobre cómo las

familias de Caldas perciben y experimentan el impacto del cambio climático en su salud mental. La discusión se desarrolla a la luz de los referentes teóricos revisados y desde el enfoque fenomenológico-interpretativo, lo que permite profundizar en las experiencias subjetivas y los significados que los habitantes atribuyen a sus vivencias dentro de su contexto. De esta manera, al integrar las dimensiones psicológicas, culturales y ambientales, se ofrece un análisis comprensivo, amplio y situado del fenómeno de estudio.

## **Discusión por categorías temáticas**

### **1. Conocimiento sobre cambio climático y salud mental**

En esta categoría, se evidencia que, si bien los participantes poseen nociones básicas e intuitivas sobre el cambio climático y la salud mental, las cuales coinciden en términos generales con las descritas en el marco teórico, existe una brecha considerable en la comprensión de la vinculación entre ambas variables. Como hallazgo central, se destaca que la mayoría de los participantes no había contemplado el impacto psicológico del cambio climático con anterioridad, observación que concuerda con lo señalado por Vidal Cobo et al. (2021), quienes sostienen que la limitada información y conocimiento sobre el cambio climático se explica por la propia naturaleza del fenómeno: es emocional y cognitivamente difícil de comprender. La mayoría de las personas lo percibe como psicológicamente distante, viendo sus efectos como algo lejano en el tiempo y en el espacio.

Este distanciamiento cognitivo y afectivo también ha sido descrito en otro estudio que señala que el cambio climático suele percibirse como un fenómeno global y abstracto, más que como una amenaza cercana con efectos directos sobre el bienestar (Clayton, 2020). En coherencia con ello, los resultados de este estudio reflejan la desconexión señalada en la literatura entre lo que se sabe del cambio climático y el reconocimiento de sus consecuencias psicológicas.

La falta de una asociación espontánea entre cambio climático y salud mental implica que el malestar psicológico derivado del CC se normalice o pase desapercibido, limitando la identificación temprana de riesgos psicosociales y la búsqueda de apoyo. Esta desconexión también revela que la dimensión psicológica del fenómeno aún no se integra en discursos institucionales ni educativos, lo que refuerza la idea de que el malestar es un asunto individual y no una consecuencia social de un fenómeno ambiental. En este contexto, se dificulta el diseño de políticas públicas y programas de educación ambiental que incorporen la salud mental como parte de la prevención y la adaptación comunitaria. La brecha evidencia la necesidad de fortalecer la alfabetización climática que incluyan la salud mental como un componente central, y que permitan a las familias nombrar, comprender y contextualizar los impactos psicológicos derivados del CC.

### **2. Percepción sobre el cambio climático**

En la categoría de percepción sobre el cambio climático, uno de los hallazgos más consistentes del estudio en Caldas fue el reconocimiento de cambios en los patrones de lluvia y temperatura. Los participantes describieron una mayor imprevisibilidad climática, con lluvias fuera de temporada y veranos más calurosos, indicando que los ciclos tradicionales ya no se cumplen. Estos señalamientos coinciden con lo planteado por Clayton (2020), quien sostiene que los efectos actuales del cambio climático no se limitan a eventos extremos, sino que también se expresan en variaciones graduales como el aumento de la temperatura promedio y las alteraciones en los patrones de precipitación. En ese sentido, las percepciones locales en Caldas se alinean directamente con las tendencias globales descritas en la literatura consultada.

En relación con los fenómenos climáticos extremos, los relatos de los participantes coinciden con lo expuesto por Gauche Républiqueaine et Socialiste (2021), quienes señalan que el aumento promedio de la temperatura global está vinculado a una mayor frecuencia e intensificación de eventos extremos como olas de calor y sequías. De manera consistente, los participantes del estudio en Caldas recordaron episodios recientes de lluvias torrenciales, derrumbes, inundaciones, sequías, granizadas y vientos intensos, lo que respalda la correspondencia entre sus experiencias locales y las tendencias climáticas descritas en la literatura.

Otro de los hallazgos revela que, aunque los participantes efectivamente reconocen transformaciones significativas en el clima local, persiste la idea de que la situación en el municipio y en Colombia sigue siendo soportable frente a la de otros países. Esta percepción coincide con lo reportado por Barros y Pinheiro (2020) en un estudio con adolescentes brasileños, quienes, aun reconociendo la gravedad del cambio climático, tendían a considerarlo un problema más crítico a escala global que en sus propias localidades. Esta similitud sugiere que la valoración del riesgo climático se configura, en ambos contextos, a partir de comparaciones entre el entorno inmediato y escenarios globales, influyendo en la interpretación de la magnitud del fenómeno.

Estas valoraciones reflejan una percepción del riesgo climático que se experimenta como lejana tanto en el espacio como en el tiempo, lo que coincide con el concepto de *distancia psicológica*. Esta forma de interpretar el fenómeno puede favorecer un sesgo optimista o una tendencia a minimizar su impacto, al ubicar el riesgo como algo que afecta principalmente a otros territorios o a un futuro distante. En consecuencia, la amenaza se percibe como tolerable en el contexto local, lo que limita la conciencia sobre sus efectos directos en el bienestar y en el entorno inmediato. Esta interpretación se alinea con lo planteado por Peña-Garay y Sandoval Díaz (2024), quienes sugieren que el CC es percibido más como un problema global, con un impacto local menos evidente y consecuencias que parecen más distantes o de largo plazo.

La presencia de esta distancia psicológica en los relatos analizados tiene implicaciones significativas para la comprensión del riesgo climático en el territorio. Esta minimización también invisibiliza los efectos que el fenómeno ya ejerce sobre la vida cotidiana, el bienestar emocional y la seguridad ambiental de las familias. En consecuencia, se dificulta la construcción de una conciencia crítica sobre la vulnerabilidad del municipio y se limita la demanda de respuestas institucionales orientadas a la adaptación climática y la protección de la salud mental. Cuando el riesgo se percibe como remoto o poco amenazante, se reduce la motivación para reconocer los impactos psicosociales, participar en iniciativas comunitarias o exigir acciones públicas que respondan a la complejidad del fenómeno.

### **3. Impacto del cambio climático en la salud mental**

En esta categoría, los participantes expresaron la presencia de malestar emocional manifestado en sentimientos de tristeza, angustia, miedo y preocupación, principalmente asociados a la pérdida de los patrones climáticos tradicionales y a las dificultades cotidianas derivadas de estas variaciones. Esta experiencia subjetiva es congruente con lo señalado por el IPCC (2022), que advierte que la aceleración del cambio climático representa una amenaza creciente para el bienestar psicosocial, generando malestar emocional y pudiendo derivar en formas más complejas de afectación, como ansiedad, depresión o conductas suicidas. No obstante, en el caso de Caldas, las manifestaciones identificadas se ubicaron exclusivamente en el plano del malestar emocional, sin evidenciar la presencia de afectaciones psicológicas más graves.

Del mismo modo, Ruiz (2022) señala que, ante los impactos directos y evidentes de la crisis climática, suelen surgir emociones como miedo, culpa, frustración y angustia frente a un futuro incierto y poco prometedor. Estos elementos también emergen en los relatos de los habitantes de Caldas. Esta correspondencia indica que las reacciones emocionales identificadas en el contexto local se alinean con un patrón ampliamente documentado, reforzando la idea de que el malestar emocional incluye una amplia gama de emociones de carácter reactivo y subclínico.

Una emoción especialmente presente en los relatos fue la preocupación, acompañada de tristeza, impotencia y desconsuelo tanto por los efectos inmediatos en los recursos básicos, los alimentos y la economía, como por la idea de que las generaciones futuras deberán enfrentar impactos irreversibles del cambio climático. Esta sensación de responsabilidad intergeneracional coincide con los hallazgos del sondeo *El futuro es clima* (PlayGround & Osoigo Next, 2022), en el que la mayoría de jóvenes españoles expresaron preocupación por la emergencia climática y por el mundo que heredarán las próximas generaciones. La correspondencia entre ambos contextos

muestra que la inquietud por los efectos futuros del cambio climático es un elemento central y compartido en la experiencia emocional del cambio climático.

En línea con lo anterior, aunque los participantes señalaron que no suelen pensar de manera constante o racional en el cambio climático, sí reconocieron que este fenómeno altera varios aspectos de su vida diaria. Estas afectaciones se evidencian en la organización de sus actividades, el cumplimiento de responsabilidades y el disfrute de espacios recreativos y sociales, mostrando que el malestar emocional asociado al clima tiene repercusiones prácticas en su cotidianidad. Estos hallazgos coinciden con los resultados de la encuesta publicada por *The Lancet* (2021), donde casi la mitad de los 10.000 encuestados afirmó que sus pensamientos y emociones sobre el cambio climático afectaban su concentración, estudio, alimentación, descanso y relaciones interpersonales. No obstante, se observan matices entre ambos contextos: mientras el estudio internacional describe una interferencia explícita cognitiva y sentimental, en Caldas el impacto se manifiesta de forma más difusa y predominantemente emocional.

En lo que respecta a la convivencia y la dinámica familiar en relación con el CC, se observó que, si bien las presiones derivadas de este fenómeno pueden generar tensiones en el hogar, sus efectos se traducen principalmente en alteraciones leves de la esfera emocional. Estas alteraciones se manifiestan como distanciamientos momentáneos o variaciones en la disposición de los miembros para interactuar. Si bien estas modificaciones afectan el clima afectivo cotidiano, no escalan hacia conflictos mayores. Este hallazgo contrasta parcialmente con lo planteado por Sierra-Barón y Millán-Otero (2024) quienes señalan que el estrés derivado de vivir en entornos climáticamente inestables puede tensar las relaciones familiares y aumentar las tasas de violencia doméstica y desintegración familiar. En el caso de Caldas, aunque se evidencia cierta influencia del clima sobre las relaciones familiares, esta no alcanza los niveles de deterioro señalados en la literatura, lo que sugiere un impacto más moderado en este contexto específico.

Las implicaciones del cambio climático en la salud mental de la comunidad de Caldas se expresan principalmente en la pérdida de estabilidad y control sobre la vida cotidiana. La imprevisibilidad del clima interfiere con las rutinas diarias, obliga a modificar horarios y actividades, y genera una sensación persistente de frustración. Esta desorganización cotidiana incrementa el estrés, afecta el bienestar percibido y limita la capacidad de las personas para disfrutar y desenvolverse plenamente en sus entornos. De igual manera, las variaciones climáticas intensifican molestias físicas y emocionales asociadas al calor, la humedad o las lluvias, lo que produce cansancio, irritabilidad y una creciente vulnerabilidad psicológica, especialmente entre quienes realizan labores expuestas al ambiente.

Además, estas afectaciones climáticas repercuten directamente en el estado emocional y en la convivencia familiar y comunitaria. Los participantes describen manifestaciones de estrés, ansiedad,

tristeza y agotamiento. A ello se suma un malestar psicológico proyectado hacia el futuro, caracterizado por preocupación, angustia existencial y ecoansiedad ante la posibilidad de un deterioro ambiental progresivo que comprometa el bienestar de la comunidad. En conjunto, estas implicaciones muestran que el cambio climático no solo altera el entorno físico, sino que también transforma de manera profunda la experiencia emocional y la percepción de seguridad frente al presente y al porvenir.

#### **4. Impacto del cambio climático en la comunidad**

Los participantes en Caldas describen que el cambio climático produce afectaciones comunitarias, lo cual se traduce en desafíos sociales, económicos y emocionales. Estos impactos se expresan principalmente en la alteración de la producción agrícola, el aumento en los precios de los alimentos y la presión económica que esto genera tanto en productores como en consumidores urbanos. También mencionan daños a la infraestructura y fallas en los servicios que interrumpen el desarrollo de la vida diaria y obligan a reorganizar dinámicas locales. Además, la pérdida de las características climáticas tradicionales afecta la familiaridad con el territorio y produce transformaciones en la identidad cultural y en los vínculos simbólicos que los habitantes mantienen con su entorno.

Al contrastar estos hallazgos con lo expuesto por Sabando (2021), se observa una coincidencia en reconocer que el cambio climático altera la vida comunitaria, afecta la economía local y puede interrumpir el sentido de pertenencia, lo cual se refleja en la percepción de los participantes de Caldas sobre la pérdida de familiaridad y los cambios en su identidad territorial. Sin embargo, también se identifican diferencias importantes: mientras Sabando (2021) plantea que las variaciones climáticas pueden incrementar la agresión interpersonal, los crímenes, los conflictos políticos, las guerras y las migraciones, en Caldas estos efectos no se evidenciaron. En este municipio, las afectaciones se manifestaron principalmente como tensiones cotidianas, preocupaciones económicas y alteraciones leves en las dinámicas familiares, sin llegar al nivel de conflictividad señalado en la literatura.

Las implicaciones del impacto del cambio climático en la comunidad son amplias y abarcan dimensiones materiales, sociales y simbólicas. Por un lado, las afectaciones en la producción agrícola, la economía local y la infraestructura generan vulnerabilidades que comprometen la estabilidad cotidiana y obligan a las familias y a las instituciones a reorganizar sus dinámicas para enfrentar los cambios ambientales. Por otro lado, la alteración del clima tradicional debilita el sentido de pertenencia y los vínculos culturales que sostienen la identidad colectiva, lo que puede traducirse en tensiones sociales y en una reducción de la cohesión comunitaria. En conjunto, estos efectos indican que el cambio climático no solo transforma el entorno físico, sino que también reconfigura las relaciones sociales, las emociones compartidas y los modos en que la comunidad se relaciona con su territorio.

## 5. Afrontamiento y adaptación

Forero, Hernández y Zafra (2014) señalan que las percepciones y estrategias de adaptación al cambio climático están moldeadas por factores culturales, ambientales e institucionales, por lo que no existe un modelo único de respuesta; cada comunidad desarrolla estrategias acordes con sus recursos, su contexto y su estructura socioeconómica. Estos planteamientos se evidencian en Caldas, donde los participantes mostraron limitaciones para articular respuestas comunitarias al cambio climático, tanto por su comprensión parcial del fenómeno como por la falta de una presencia institucional clara orientada a su gestión. En este entorno urbano, la población enfrenta la problemática de manera predominantemente individual, con escaso acompañamiento institucional y comunitario, y sin los recursos económicos o educativos necesarios para construir estrategias más robustas y sostenibles.

En línea con lo anterior, los mismos autores evidenciaron por ejemplo, que las estrategias de adaptación al cambio climático de comunidades locales latinoamericanas suelen agruparse en tres categorías: agropecuarias, hídricas y comunitarias y corresponden a transformaciones estructurales de largo plazo relacionadas con los sistemas productivos, el manejo del agua y la organización social en contextos indígenas y campesinos (Forero et al., 2014). Al contrastar estos planteamientos con los hallazgos en Caldas, se observa que, en este contexto urbano y mayoritariamente ciudadano, las respuestas se expresan como estrategias de afrontamiento más que de adaptación. Las personas ajustan rutinas, reorganizan actividades y modifican prácticas domésticas para enfrentar impactos inmediatos, pero no desarrollan cambios estructurales orientados a la sostenibilidad. A diferencia de las comunidades rurales, donde la adaptación implica transformaciones profundas en prácticas de vida vinculadas al territorio y a los recursos naturales, en Caldas predominan acciones reactivas y de corto plazo, influenciadas por la dependencia de sistemas institucionales y no de actividades productivas locales.

Un estudio concluyó que la percepción de la población sobre la existencia e importancia de las variaciones climáticas es mayoritaria y fundamentalmente, local, pero con poco conocimiento fundado que sirviera para formar opinión pública, y para proponer estrategias de adaptación y de mitigación más efectivas a la realidad que vivían (Álvarez-Gordillo et al., 2018). Estos resultados guardan una clara similitud con lo encontrado en Caldas, donde pese a que las personas identifican

cambios ambientales en el municipio y relacionan sus efectos al cambio climático, al ser tan limitada la comprensión del fenómeno, no se traduce en propuestas concretas de acción. Al igual que en el estudio citado, en Caldas predomina una percepción intuitiva y experiencial, pero sin el soporte informativo necesario para impulsar estrategias comunitarias o institucionales más sólidas, lo que evidencia una brecha compartida en la capacidad de respuesta frente a la problemática.

En conjunto, los hallazgos permiten concluir que las implicaciones del afrontamiento y la adaptación al cambio climático en Caldas se manifiestan principalmente en una respuesta individualizada, fragmentada y limitada, que no logra consolidarse como un proceso comunitario ni estructural. La población desarrolla ajustes domésticos y conductuales que permiten manejar los efectos inmediatos del clima, pero estas acciones no constituyen adaptaciones sostenibles en el tiempo. La ausencia de conocimiento sólido sobre el fenómeno, la falta de recursos y el escaso acompañamiento institucional restringen la posibilidad de avanzar hacia estrategias colectivas o de largo plazo, lo que deja a la comunidad en un estado de vulnerabilidad creciente. En este escenario urbano, las implicaciones son claras: la capacidad adaptativa depende casi exclusivamente de la agencia individual, mientras que la ausencia de articulación social e institucional limita el desarrollo de respuestas más rigurosas, sostenibles y acordes con los desafíos que impone el cambio climático en el municipio.

### **Respuesta a la pregunta de investigación**

Todos los participantes coincidieron en que el clima en Caldas ha cambiado de manera marcada, especialmente por el aumento y la irregularidad de las lluvias y temperatura. Estas variaciones afectan directamente su salud mental, expresándose en emociones desagradables como tristeza, angustia, irritabilidad y sensación de agobio. Relataron además alteraciones en sus rutinas diarias debido al calor o la lluvia, que generan frustración y sensación de pérdida de control. También describieron tensiones en la convivencia y una disminución de la socialización, junto con un malestar que se proyecta hacia el futuro en forma de ansiedad y preocupación por el mundo que heredarán sus hijos y nietos, así como por la seguridad alimentaria y la economía local. En conjunto, sus relatos evidencian un malestar emocional sostenido asociado al clima y la necesidad de recurrir a distintas estrategias para afrontarlo.

Los resultados permiten responder de manera clara y consistente a la pregunta de investigación, mostrando que las familias perciben el cambio climático como un fenómeno tangible y disruptivo que afecta directamente su salud mental. Los participantes interpretan las variaciones climáticas como señales de riesgo e inestabilidad, lo que se refleja en emociones intensas y cambios en la rutina y alteraciones en la convivencia del hogar. El enfoque cualitativo, guiado por la perspectiva fenomenológico-interpretativa, permitió comprender no solo la presencia del impacto psicológico, sino también la manera en que este se vive desde la subjetividad y las prácticas cotidianas, evidenciando que el cambio climático se experimenta como una realidad que altera la tranquilidad, la seguridad y el equilibrio emocional de las personas y familias.

A su vez, el estudio muestra que esta experiencia está mediada por factores contextuales, culturales y territoriales que moldean las interpretaciones y los modos de afrontamiento. La sistematización de las subcategorías permitió identificar patrones de malestar, preocupaciones específicas y mecanismos de afrontamiento, todos ellos basados en la realidad local de Caldas. Con ello, se cumple el objetivo central de describir y comprender las percepciones y vivencias cotidianas del impacto del cambio climático en la salud mental, ofreciendo una comprensión profunda y situada, construida a partir de las narrativas de los propios participantes.

### **Vacíos de conocimiento y nuevas preguntas**

Los hallazgos del estudio revelan vacíos importantes que abren nuevas preguntas sobre la relación entre el cambio climático y la salud mental en Caldas. El principal vacío es la desconexión entre la percepción clara de los cambios ambientales y la ausencia de conciencia sobre sus efectos psicológicos, lo que plantea interrogantes sobre las barreras culturales, sociales o educativas que dificultan este reconocimiento. Esto conduce a nuevas preguntas sobre cómo deben diseñarse programas de educación ambiental y campañas de salud pública que integren la dimensión psicológica y ambiental. Además, se identificó la necesidad de profundizar en el impacto de condiciones fisiológicas crónicas asociadas al clima en el bienestar, la calidad de vida y en la capacidad de afrontamiento de las familias.

También, surgieron temas emergentes no previstos que revelan nuevas áreas de investigación. La expansión urbana y la transformación del territorio aparecen como fuentes significativas de estrés, lo que invita a examinar cómo el desplazamiento simbólico y la pérdida del sentido de comunidad afectan la salud mental de los residentes. También se evidenció la

diversidad de estrategias de afrontamiento empleadas, lo cual plantea preguntas sobre la efectividad comparada entre respuestas pasivas, como la resignación, y estrategias activas, como la búsqueda de apoyo profesional. Finalmente, las limitaciones geográficas y demográficas del estudio abren la necesidad de explorar cómo varían estas percepciones en otros municipios y en grupos vulnerables como adultos mayores, niños o trabajadores expuestos directamente al clima, ampliando así la comprensión del fenómeno en distintos contextos sociales y territoriales.

### **Limitaciones del estudio**

El estudio presenta varias limitaciones inherentes a su diseño cualitativo y al uso del Análisis Fenomenológico Interpretativo (AFI). En primer lugar, el alcance se restringe a un grupo pequeño y relativamente homogéneo de familias residentes en Caldas, lo cual permite una comprensión profunda de sus experiencias, pero impide generalizar los hallazgos a la población total del municipio o a otras regiones. El énfasis del AFI en la subjetividad implica que los resultados reflejan únicamente las percepciones y significados construidos por los participantes, sujetos a sus saberes previos, su capacidad de narrar vivencias y su memoria sobre los cambios ambientales. Asimismo, el carácter altamente contextual del estudio, situado en un territorio con condiciones socioclimáticas específicas, limita la posibilidad de extrapolar las conclusiones a contextos con dinámicas ambientales, culturales o comunitarias diferentes.

Una tercera limitación deriva del vacío de información previa sobre la relación entre cambio climático y salud mental en la comunidad. La mayoría de los participantes no había reflexionado antes sobre este vínculo, por lo que muchas de las percepciones expresadas surgieron durante la entrevista, configurándose como elaboraciones recientes más que como comprensiones estructuradas. Esta falta de conciencia inicial condiciona la profundidad del análisis y sugiere que las interpretaciones pueden estar influenciadas por el proceso reflexivo que se generó en el diálogo con la investigadora. A pesar de estas limitaciones, los hallazgos aportan una aproximación valiosa y necesaria para abrir el campo de estudio en este territorio.

### **Proyecciones de la investigación**

Los hallazgos de este estudio abren la necesidad de ampliar el conocimiento sobre los efectos del CC en la salud mental hacia otros municipios y territorios del país. La investigación en Caldas revela dinámicas locales que no han sido suficientemente exploradas en Colombia, por lo

que resulta pertinente replicar o adaptar a contextos urbanos, rurales y periurbanos, considerando que el impacto climático se expresa de manera diferenciada según las características sociales, ambientales y culturales de cada región. De igual forma, futuras investigaciones deberían incluir otros grupos poblacionales, como adultos mayores y niños, comunidades rurales, trabajadores expuestos al ambiente, para profundizar en las formas diversas en que las desigualdades estructurales modulan la vulnerabilidad psicológica.

Los resultados plantean proyecciones importantes para el diseño e implementación de políticas públicas. Se recomienda que la salud mental sea incorporada explícitamente en las políticas climáticas locales y regionales. Integrar esta dimensión permitiría desarrollar acciones de prevención, adaptación y mitigación más coherentes con las realidades vividas por las comunidades, así como fortalecer la corresponsabilidad entre gobierno y ciudadanía frente al deterioro ambiental.

En el ámbito aplicado, esta investigación también proyecta oportunidades para el desarrollo de intervenciones psicológicas contextualizadas. Los hallazgos pueden servir como base para diseñar estrategias de acompañamiento emocional, mecanismos de afrontamiento y herramientas psicoeducativas que respondan a las preocupaciones y afectaciones expresadas por las familias. La información generada contribuye a que psicólogos, trabajadores sociales e instituciones de salud cuenten con insumos para abordar el CC como un factor de riesgo psicosocial emergente y avanzar en la construcción de programas comunitarios orientados a fortalecer la resiliencia y el bienestar mental frente a la crisis climática.

## **Conclusiones y recomendaciones**

Los hallazgos derivados del análisis cualitativo permiten plantear una serie de conclusiones y recomendaciones orientadas a fortalecer la comprensión e intervención de los efectos del cambio climático sobre la salud mental de las familias del municipio de Caldas.

### **Conclusiones**

A continuación, se presentan las conclusiones más relevantes obtenidas a partir del análisis de las categorías, en correspondencia con los objetivos de esta investigación:

- **Principales efectos psicológicos percibidos por las familias de Caldas, Antioquia, en relación con el cambio climático.**

El cambio climático produce efectos psicológicos claros y significativos en las familias del municipio de Caldas, al alterar el equilibrio emocional y la percepción de bienestar cotidiano. Principalmente las variaciones en temperatura y precipitaciones influyen de manera constante en el estado de ánimo, provocando malestares emocionales como irritabilidad, fatiga y desmotivación, los cuales afectan la disposición para realizar actividades cotidianas y para convivir en armonía. De este modo, el cambio climático transforma la experiencia subjetiva de la vida diaria, afectando la manera en que las personas se sienten y se relacionan con su entorno.

La inestabilidad climática también produce una percepción de pérdida de control sobre la rutina, al exigir ajustes permanentes en la organización diaria. Esta necesidad de adaptación continua genera estrés, frustración y agotamiento emocional, especialmente cuando las condiciones climáticas dificultan el desarrollo de labores domésticas, laborales o recreativas.

Las alteraciones en la temperatura, especialmente el incremento del calor emerge como uno de los principales detonantes psicológicos, desatando cambios notorios en el estado de ánimo. Además de la incomodidad física, incrementa la irritabilidad, reduce la tolerancia y deteriora la calidad de las interacciones familiares, generando tensiones sutiles, distanciamientos temporales y menor disposición afectiva para compartir, modificando la forma en que las personas se relacionan entre sí.

A nivel más profundo, el cambio climático despierta preocupaciones de tipo existencial e intergeneracional, relacionadas con el futuro ambiental y el bienestar de las nuevas generaciones. Estas inquietudes producen sentimientos persistentes de angustia, tristeza, incertidumbre e impotencia, configurando una forma de ansiedad ecológica vinculada a la percepción de amenaza y falta de control frente a la crisis climática.

Se concluye que el cambio climático trasciende lo ambiental y se convierte en un determinante emocional que reconfigura la vida cotidiana de los habitantes de Caldas y sus familias. Sus efectos alteran la estabilidad psicológica, modifican las relaciones familiares y transforman la manera en que las personas experimentan el bienestar, perciben la seguridad y se vinculan con los demás. De

este modo, el clima se posiciona como un factor clave de la salud mental comunitaria, influyendo tanto en las vivencias individuales como en la convivencia social.

- **Estrategias de afrontamiento utilizadas por las familias de Caldas, Antioquia para mitigar el impacto psicológico del cambio climático.**

Los hallazgos revelan que las estrategias de afrontamiento frente al cambio climático en la comunidad de Caldas son múltiples y heterogéneas, combinando respuestas prácticas, emocionales y relacionales que evidencian tanto la capacidad de resiliencia como las limitaciones estructurales del contexto. Las familias despliegan mecanismos de adaptación activa y cotidiana, ajustando rutinas y hábitos con el fin de recuperar la sensación de control y reducir el estrés generado por la inestabilidad ambiental. Estas acciones, aunque de alcance doméstico, representan expresiones significativas de agencia, responsabilidad ambiental y capacidad de adaptación funcional.

En el plano emocional, las estrategias son diversas y muestran diferentes modos de procesar la incertidumbre climática. Algunas personas adoptan actitudes de resignación o aceptación pasiva, mientras que otras buscan información confiable, practican autocuidado, descansan o procuran espacios de tranquilidad dentro del hogar. Si bien estas prácticas alivian momentáneamente el malestar, su carácter suele ser reactivo y centrado en el manejo inmediato, más que preventivo o estructurado.

A nivel relacional, las familias suelen recurrir al diálogo y al apoyo mutuo como mecanismos para disminuir la tensión emocional y fortalecer la cohesión ante la incertidumbre climática. Sin embargo, estas estrategias son utilizadas de manera espontánea y no forman parte de un afrontamiento estructurado o consciente del fenómeno.

En suma, las familias emplean tácticas de afrontamiento funcionales y adaptativas pero limitadas, centradas en el manejo inmediato de los efectos climáticos y no en la comprensión profunda de los efectos psicológicos. Esto evidencia la necesidad de acompañamiento psicosocial y comunitario que promueva procesos de afrontamiento emocionalmente protectores e integrales, capaces de fortalecer tanto los recursos individuales como las redes de apoyo familiar y comunitario frente al impacto psicológico del cambio climático.

- **Necesidades y expectativas de soporte psicosocial y comunitario frente a los efectos del cambio climático.**

En general, los participantes no conciben la salud mental como un componente central de la adaptación climática, por lo que no expresaron expectativas claras de recibir acompañamiento psicosocial o apoyo emocional frente al cambio climático. La mayoría de sus expectativas se orienta hacia la gestión institucional y la responsabilidad estatal, especialmente en aspectos como la planificación ambiental, la prevención de desastres y la mejora de la infraestructura comunitaria. En sus relatos, esperan acciones concretas del gobierno local, mayor inversión económica, un control ambiental más riguroso sobre las empresas y procesos educativos que fortalezcan la conciencia ambiental desde edades tempranas.

En el plano comunitario, varios participantes expresan el deseo de contar con más espacios verdes, jornadas de trabajo colectivo y proyectos ambientales que fortalezcan el cuidado del territorio. Se reconoce el valor de desarrollar iniciativas barriales que fomenten la participación activa, el intercambio de experiencias y la construcción conjunta de soluciones frente a los desafíos climáticos. Esta necesidad colectiva refleja no solo la búsqueda de entornos más saludables, sino también el anhelo de reducir la sensación de aislamiento emocional y fortalecer los vínculos comunitarios como un importante factor protector ante la incertidumbre climática.

Se identifican necesidades de apoyo psicosocial y comunitario que emergen de las experiencias emocionales y de la vulnerabilidad de las familias frente al cambio climático. Resulta necesario brindar orientación que facilite la comprensión de los efectos psicológicos asociados a este fenómeno y promover estrategias que fortalezcan la regulación emocional y la sensación de seguridad ante la inestabilidad climática. Asimismo, es fundamental integrar la salud mental en los mecanismos institucionales como planes de acción y adaptación local frente al cambio climático, gestión del riesgo y programas educativos.

También se evidencia la relevancia de generar espacios colectivos de diálogo y acompañamiento que fortalezcan la cohesión social y brinden soporte emocional en contextos de amenaza ambiental, de manera que emociones desagradables como la preocupación, la irritabilidad o la incertidumbre puedan abordarse de forma preventiva. En conjunto, estos hallazgos subrayan la necesidad de desarrollar estrategias psicosociales integrales que articulen acompañamiento

emocional, psicoeducación y fortalecimiento comunitario como fundamentos de la acción frente a la crisis climática.

- **Intervenciones psicológicas orientadas por las percepciones de las familias sobre la afectación del cambio climático en su salud mental**

Los descubrimientos llevan a la conclusión de que las recomendaciones para intervenciones psicológicas deben centrarse en la integración de la salud mental con la dimensión ambiental y comunitaria. Las familias requieren programas continuos de educación ambiental que incorporen un enfoque emocional, facilitando la comprensión de las reacciones psicológicas frente a las variaciones climáticas y promoviendo estrategias de regulación afectiva. Asimismo, se evidencia la necesidad de fortalecer la intervención comunitaria mediante la consolidación de redes de apoyo y espacios colectivos de participación que fomenten la resiliencia, la corresponsabilidad y la cohesión social.

En el ámbito institucional, resulta imprescindible articular mecanismos que integren la salud mental en la gestión del cambio climático, garantizando la accesibilidad de recursos como acompañamiento profesional y espacios comunitarios activos. Estas acciones permitirían que las familias afronten de manera más eficaz los malestares emocionales, disminuyan la sensación de vulnerabilidad y desarrollen capacidades de adaptación sostenibles frente a los impactos del cambio climático, promoviendo un bienestar psicológico integral en consonancia con la protección del entorno y la vida comunitaria.

- **Conclusión general**

En conclusión, aunque las familias entrevistadas poseen nociones básicas sobre el cambio climático y la salud mental, no logran establecer una relación directa entre ambas variables. No obstante, todos coinciden en que el clima del municipio ha cambiado de manera evidente en los últimos años, especialmente por el incremento y la variabilidad de las precipitaciones y la temperatura. Asimismo, la mayoría recuerda haber vivido recientemente algún evento climático relevante, y estas experiencias se vinculan con efectos psicológicos claros. De este modo, aun sin reconocerlo de forma explícita, los cambios ambientales percibidos impactan cotidianamente la salud mental de las familias de Caldas, afectando su equilibrio emocional, su bienestar subjetivo y su sensación de seguridad.

La inestabilidad climática y sus variaciones abruptas desencadenan consecuencias emocionales y psicológicas significativas. Entre ellas se destacan la irritabilidad, el cansancio, la preocupación, la incertidumbre, la sensación de descontrol y la pérdida del sentido de familiaridad con el entorno. Estos efectos, a su vez, generan impactos psicosociales que impactan la convivencia familiar y la calidad de las interacciones sociales. Tales manifestaciones, aunque a menudo pasan desapercibidas, constituyen una dimensión fundamental de la crisis climática y evidencian la importancia de incorporar la salud mental como un eje central para comprender y mitigar este fenómeno.

Frente a estas alteraciones, las personas y familias despliegan estrategias de adaptación y afrontamiento principalmente prácticas, orientadas a la acción, como ajustar rutinas, reorganizar actividades o recurrir al uso de herramientas para gestionar el calor, el frío y las precipitaciones. Si bien estos recursos permiten manejar el malestar de manera inmediata, su carácter reactivo y la falta de reconocimiento del impacto emocional evidencian un desconocimiento de estrategias de regulación emocional y de cuidado de la salud mental relacionadas con el cambio climático. Del mismo modo, se observa que las expectativas ciudadanas se centran en la gestión institucional del riesgo, mientras que la dimensión emocional permanece en un segundo plano, a pesar de su importancia en la experiencia subjetiva del fenómeno climático.

Por lo tanto, se demuestra la pertinencia de integrar la salud mental en las estrategias locales de acción climática, implementando la educación emocional, el acompañamiento psicológico preventivo y los espacios comunitarios de apoyo. La investigación destaca la importancia de desarrollar intervenciones psicosociales que articulen la comprensión de los efectos emocionales del cambio climático, el fortalecimiento de las redes de apoyo y la participación comunitaria como pilares para promover comunidades más preparadas, conscientes y resilientes. Con ello, se reafirma que enfrentar la crisis climática implica no solo transformar las condiciones ambientales, sino también cuidar y fortalecer la salud mental de la población municipal y sus núcleos familiares.

## **Recomendaciones**

Estas recomendaciones, formuladas con carácter propositivo en el marco del ejercicio académico, buscan servir como base para el diseño de intervenciones psicológicas con enfoque

preventivo y psicosocial que fortalezcan la capacidad de adaptación y afrontamiento de la comunidad ante los efectos del cambio climático.

### **1. Enfoque preventivo y de promoción de la salud mental**

Se recomienda implementar estrategias de prevención orientadas a fortalecer el bienestar emocional de las familias frente a los efectos psicológicos del cambio climático. Esto implica desarrollar programas de educación emocional accesibles y contextualizados, que permitan reconocer, expresar y regular las emociones asociadas a la inestabilidad climática. Estos programas pueden incluir talleres comunitarios, campañas pedagógicas y espacios psicoeducativos que faciliten la comprensión del vínculo entre ambiente y salud mental, anticipándose así al aumento del malestar psicológico derivado de eventos climáticos cada vez más frecuentes, impredecibles y severos.

Asimismo, es fundamental promover prácticas de autocuidado físico y emocional y redes de apoyo que fortalezcan el afrontamiento adaptativo ante la incertidumbre ambiental. Estas acciones deben centrarse en potenciar recursos emocionales como la autoconciencia, la tolerancia a la frustración, la gestión del estrés y la capacidad de anticipación psicológica. Al consolidar estos recursos internos y familiares, las personas pueden enfrentar los cambios climáticos con mayor estabilidad emocional y sostener un bienestar subjetivo más sostenido en escenarios de variabilidad climática.

### **2. Enfoque clínico y terapéutico**

Se recomienda fortalecer y diversificar la oferta de atención psicológica incorporando un enfoque ecológico que aborde de manera explícita los efectos psicológicos derivados del cambio climático. Esto implica desarrollar intervenciones individuales, familiares y grupales que permitan tratar las consecuencias emocionales, psicológicas y sociales. La atención debe reconocer la ansiedad ecológica y la fatiga climática como manifestaciones legítimas del malestar contemporáneo, ofreciendo espacios seguros de acompañamiento profesional para el afrontamiento psicológico.

Asimismo, se propone integrar estrategias terapéuticas que reconozcan el papel regulador y restaurador de la naturaleza en la salud mental. En esta línea, la eco-terapia y las actividades de

contacto con el entorno, como caminatas guiadas, huertas comunitarias o prácticas contemplativas al aire libre, pueden convertirse en herramientas valiosas para reducir el estrés, mejorar la conexión con el territorio y fortalecer el sentido de pertenencia. Estas acciones favorecen procesos de autocuidado, conciencia ambiental y reconstrucción del vínculo afectivo con el entorno, consolidando un modelo de intervención que reconoce al entorno natural como un aliado terapéutico fundamental.

### **3. Enfoque comunitario y psicosocial**

Se recomienda fortalecer espacios comunitarios de encuentro, como círculos de palabra, grupos de apoyo y actividades psicosociales colectivas, que faciliten la expresión de emociones, el intercambio de experiencias y la construcción de significados compartidos frente al cambio climático. Estas acciones permiten generar contención emocional, reconocer malestares comunes y disminuir la sensación de aislamiento, a la vez que impulsan respuestas más solidarias y colaborativas entre los habitantes.

Asimismo, se sugiere orientar a las familias y a la comunidad hacia la transformación de la preocupación ambiental en acciones concretas, promoviendo iniciativas que fortalezcan el sentido de agencia y la resiliencia comunitaria. Entre estas se incluyen brigadas ambientales, huertas comunitarias, encuentros intergeneracionales y proyectos de sensibilización, actividades que refuerzan la capacidad organizativa local. Bajo este enfoque, la adaptación al cambio climático se convierte en un proceso colectivo y sostenido, basado en relaciones de apoyo mutuo y en la capacidad comunitaria para cuidarse y responder de manera conjunta a los desafíos ambientales.

### **4. Enfoque institucional**

Se recomienda que las instituciones locales incorporen la dimensión psicológica como eje transversal de sus políticas públicas y planes de gestión del riesgo, reconociendo que la adaptación al cambio climático no solo exige medidas estrictamente operacionales, sino también la protección de la salud mental de la población. Integrar esta perspectiva permitirá diseñar estrategias que anticipen el bienestar psicosocial de la comunidad y fortalezcan su resiliencia frente a los crecientes impactos del cambio climático.

Se propone que los planes de desarrollo municipal incluyan acciones preventivas frente a las afectaciones psicológicas derivadas de eventos climáticos extremos y que, de manera

articulada, las entidades territoriales diseñen protocolos integrales de atención psicosocial que contemplen la contención emocional durante la emergencia y el acompañamiento posterior a la crisis. Estas acciones deben ir acompañadas de la formación del personal institucional en primeros auxilios psicológicos, gestión emocional y enfoques comunitarios, con el fin de garantizar respuestas coordinadas y humanas.

## **5. Enfoque académico**

Se sugiere articular la dimensión psicoambiental en los planes de estudio de programas como psicología, trabajo social y áreas afines. La inclusión de temáticas sobre la conexión psicológica con el medio ambiente y la comprensión de los riesgos emocionales y sociales del cambio climático permitirá formar profesionales con sensibilidad ecológica, capaces de comprender la interdependencia entre mente, entorno y comunidad, y de responder de manera pertinente a los desafíos psicosociales que enfrenta actualmente la humanidad frente a la crisis climática.

Resulta necesario profundizar y ampliar la investigación aplicada sobre los efectos psicológicos del cambio climático en contextos específicos, priorizando estudios con muestras amplias y representativas de las distintas zonas de Caldas y en los demás municipios del Valle de Aburrá. La marcada ausencia de evidencia científica local hace indispensable producir conocimiento que permita comprender las particularidades territoriales del malestar psicoambiental y avanzar en la construcción de respuestas más contextualizadas.

Estas investigaciones deben contribuir al diseño y fortalecimiento de intervenciones psicosociales y a la creación de modelos de atención ajustados a las realidades territoriales, al tiempo que promueven un diálogo interdisciplinario entre psicología, ecología, salud pública y educación para enriquecer la comprensión integral del fenómeno y orientar políticas y prácticas fundamentadas en evidencia frente al cambio climático.

## Referencias

- Alcaldía de Caldas, Antioquia. (2020). *Plan de desarrollo para el municipio de Caldas “Creamos 2024–2027”*. [https://www.caldasantioquia.gov.co/wp-content/uploads/2024/10/VF-Plan-de-Desarrollo- Creamos-2024-20-27\\_.pdf](https://www.caldasantioquia.gov.co/wp-content/uploads/2024/10/VF-Plan-de-Desarrollo-Creamos-2024-20-27_.pdf)
- Angelelli, J., Aufenacker, S. I., Bongiardino, L., Borenzstein, L., Botero Rojas, M. C., Peña, J. S., ... Yosa, C. (2022). Instrumentos de medición de los impactos de la crisis ecológica en la salud mental: Una revisión no sistemática.
- Área Metropolitana del Valle de Aburrá. (2019). Informe de formulación del Plan de Acción ante el Cambio y la Variabilidad Climática del Área Metropolitana del Valle de Aburrá 2019–2030 (1.<sup>a</sup> ed.). Área Metropolitana del Valle de Aburrá. [https://www.metropol.gov.co/ambiental/Documents/Libro\\_PAC&VC\\_2019-2030.pdf](https://www.metropol.gov.co/ambiental/Documents/Libro_PAC&VC_2019-2030.pdf)
- Área Metropolitana del Valle de Aburrá. (2022). Bitácora climática del Valle de Aburrá. <https://www.metropol.gov.co/ambiental/Documents/Cambio%20y%20Variabilidad%20Climatica/Bitacoraclima.pdf>
- Área Metropolitana del Valle de Aburrá & Universidad EAFIT. (2022). *Gobernanza climática: Multitudes con acciones urgentes para cambios planetarios*. Publicaciones VID.
- Área Metropolitana del Valle de Aburrá & Universidad Nacional de Colombia. (2018). *Formulación del Plan de Acción para el Cambio y la Variabilidad Climática del Valle de Aburrá. Producto 1: Síntesis preliminar sobre variabilidad y cambio climático en el Valle de Aburrá*. [https://www.metropol.gov.co/ambiental/Documents/P4\\_Cap%3ADtulo\\_1\\_Sintesis\\_del\\_clima.pdf](https://www.metropol.gov.co/ambiental/Documents/P4_Cap%3ADtulo_1_Sintesis_del_clima.pdf)
- Barboza Lizano, Ó. (2013). Calentamiento global: “La máxima expresión de la civilización petrolifera”. *Revista del CESLA: International Latin American Studies Review*, 16, 35–68.
- Barros, H., & Pinheiro, J. (2020). Percepción del cambio climático en adolescentes: Reflexiones sobre los estilos de vida sostenibles, el impacto local y el sesgo optimista. *PsyEcología*, 11(2), 260–283. <https://doi.org/10.1080/21711976.2020.1728654>

- Brinkmann, S. (2013). *Qualitative interviewing*. Oxford University Press.
- Breton, F., del Carme Llasat, M., Llasat-Botija, M., Oltra, C., Serra, A., Sala, R., & Tàbara, J. D. (2008). *Percepción pública y política del cambio climático en Cataluña*. Generalitat de Catalunya.
- Clayton, S. (2019). Psychology and climate change. *Papeles del Psicólogo*, 40(3), 167–173. <https://doi.org/10.23923/pap.psicol2019.2902>
- Clayton, S. (2020). Climate anxiety: Psychological responses to climate change. *Journal of Anxiety Disorders*, 74, 102263. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102263>
- Clayton, S., Devine-Wright, P., Stern, P. C., Whitmarsh, L., Carrico, A., Steg, L., & Suominen, A. (2015). Psychological research and global climate change. *Nature Climate Change*, 5(7), 640–646. <https://doi.org/10.1038/nclimate2622>
- Clayton, S., Manning, C. M., Krygsman, K., & Speiser, M. (2017). *Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance*. American Psychological Association.
- Consejo Municipal de Gestión del Riesgo de Desastres de Caldas, Antioquia. (2022). *Actualización del Plan Municipal de Gestión del Riesgo de Desastres*. <https://www.caldasantioquia.gov.co/wp-content/uploads/2023/02/Actualizacion-PMGRD-CALDAS-2022.pdf>
- Correa Aristizábal, S. L. (2011). El clima: conocimientos, creencias, prácticas y percepciones de cambio en el Darién, Caribe colombiano. En A. Ulloa (Ed.), *Perspectivas culturales del clima* (pp. 367–386). Universidad Nacional de Colombia.
- Corral-Verdugo, V. (2021). Psychology of climate change (Psicología del cambio climático). *PsyEcology*, 12(2), 254–282. <https://doi.org/10.1080/21711976.2021.1901188>
- De los Ríos Cardona, J. C., & Almeida, J. (2011). Percepciones y formas de adaptación a riesgos socioambientales: Análisis en contextos locales en la región del páramo de Sonsón, Antioquia, Colombia. En A. Ulloa (Ed.), *Perspectivas culturales del clima* (pp. 451–473). Centro Editorial, Universidad Nacional de Colombia.

- De Pereira, A. R. Q., Borensztein, L., Bongiardino, L., Aufenacker, S. I., Yosa, C., Angelelli, J.; Loray, J. S. P. (2022). Cambio climático, sostenibilidad y salud mental: Revisión y estrategias para su abordaje. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 26(1), 152–184.
- Duque, H., & Granados, E. T. A. D. (2019). Análisis fenomenológico interpretativo: Una guía metodológica para su uso en la investigación cualitativa en psicología. *Pensando Psicología*, 15(25), 1–24.
- Forero, E. L., Hernández, Y. T., & Zafra, C. A. (2014). Percepción latinoamericana de cambio climático: Metodologías, herramientas y estrategias de adaptación en comunidades locales. *Revista UDCA Actualidad & Divulgación Científica*, 17(1), 73–85.
- Gago, T., & Sá, I. (2021). Preocupación ambiental y bienestar en jóvenes universitarios. *Investigación Actual en Sostenibilidad Ambiental*, 3, Article 100064.
- Galeano Marín, M. E. (2004). *Diseño de proyectos en la investigación cualitativa*. Fondo Editorial Eafit.
- Galway, L. P., Beery, T., Jones-Casey, K., & Tasala, K. (2019). Mapping the solastalgia literature: A scoping review study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16, Article 2662. <https://doi.org/10.3390/ijerph16152662>
- Gauche Républicaine et Socialiste. (2021). Lucha contra el cambio climático: La respuesta a la crisis climática pasa por la responsabilidad colectiva. *Revista del Partido de la Izquierda Europea*, 3, 31–32.
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., Wray, B., Mellor, C., & van Susteren, L. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: A global survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), e863–e873. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)
- Hoffmann, T., Valdebenito, R., Silva, C. A., Langer, Á. I., Püschel, N., Muñoz-Kortmann, V., & Martínez, V. (2022). Cambio climático y salud mental: Conceptos, aproximaciones teóricas y propuestas. *Revista Chilena de Psiquiatría y Neurología en Infancia y Adolescencia*, 33(3).

- Huertas, C., & Corraliza, J. A. (2016). Resistencias psicológicas en la percepción del cambio climático. *Papeles de Relaciones Ecosociales y Cambio Global*, 136, 107–119.
- IDEAM. (s. f.). Conceptos básicos de cambio climático. <http://www.cambioclimatico.gov.co/otras-iniciativas>
- IPCC. (2014). Cambio climático 2014: Impactos, adaptación y vulnerabilidad. Contribución del Grupo de trabajo II al Quinto Informe de Evaluación del IPCC. [https://www.ipcc.ch/site/assets/uploads/2018/02/ar5\\_wgII\\_spm\\_es.pdf](https://www.ipcc.ch/site/assets/uploads/2018/02/ar5_wgII_spm_es.pdf)
- IPCC. (2018). Anexo I: Glosario [M. J. R. Matthews (Ed.)]. En *Calentamiento global de 1,5 °C: Informe especial del IPCC sobre los impactos del calentamiento global de 1,5 °C con respecto a los niveles preindustriales y las trayectorias correspondientes*.
- IPCC. (2022) «Climate change: a threat to human wellbeing and health of the planet. Taking action now can secure our future», IPCC, 28 de febrero de 2022, disponible en: <https://www.ipcc.ch/2022/02/28/pr-wgii-ar6/>
- Irua, Z. P. P. (2011). Percepción del cambio climático para los pastos del resguardo Panán, Nariño, Colombia. En A. Ulloa (Ed.), *Perspectivas culturales del clima* (p. 275). Universidad Nacional de Colombia.
- Jaime, M. A. (2023). *La percepción sobre el calentamiento global y el cambio climático y su impacto en el bienestar en una muestra multigeneracional puertorriqueña* (Tesis doctoral). Universidad Ana G. Méndez–Gurabo.
- Kvale, S. (2011). *Las entrevistas en investigación cualitativa*. Ediciones Morata.
- López, N. M. (2011). *Reflexiones sobre la perspectiva cultural en las políticas de cambio climático en Colombia: Un acercamiento al análisis cultural y espacial de las políticas públicas*. Centro Editorial de la Facultad de Ciencias Humanas, Universidad Nacional de Colombia.
- Malagón-Rojas, J. N., Garrote-Wilches, C. F., & Castilla-Bello, P. A. (2017). Cambio climático y salud humana: Una revisión desde la perspectiva colombiana. *Revista Salud Uninorte*, 33(2), 224–241. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-55522017000200224](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-55522017000200224)

- Mariño, N. (2011). Reflexiones sobre la perspectiva cultural en las políticas de cambio climático en Colombia: Un acercamiento al análisis cultural y espacial de las políticas públicas. En A. Ulloa (Ed.), *Perspectivas culturales del clima* (pp. 495–528). Editorial Universidad Nacional de Colombia.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2013). *Qualitative data analysis*. Sage.
- Miles-Novelo, A., & Anderson, C. A. (2019). Climate change and psychology: Effects of rapid global warming on violence and aggression. *Current Climate Change Reports*, 5(1), 36–46. <https://doi.org/10.1007/s40641-019-00121-2>
- Molano de la Roche, M., & Valencia Estupiñán, A. M. (2021). Características e importancia de la metodología cualitativa en la investigación científica. *Revista Semillas del Saber*, 1(1), 1–9. <https://revistas.unicatolica.edu.co/revista/index.php/semillas/article/view/314>
- Organización Mundial de la Salud. (2022, junio 17). Salud mental: Fortalecer nuestra respuesta. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Palacio, M. I., & Buteler, M. J. (2021). Del “calentamiento global” al “cambio climático”: Encubrimientos y desencubrimientos ético-políticos. *Ecozon@: European Journal of Literature, Culture and Environment*, 12(1), 179–199. <https://doi.org/10.37536/ecoazona.2021.12.1.3203>
- Palacio-Cardona, J. (2022). *Multitudes con acciones urgentes para cambios planetarios* (21ª ed.). Universidad de EAFIT. <https://www.metropol.gov.co/ambiental/Documents/Cambio%20y%20Variabilidad%20Climatica/Libro%20gobernanza%20clima%CC%81tica.pdf>
- Paterson, P. (2017). Calentamiento global y cambio climático en Sudamérica. *Revista Política y Estrategia*, 130, 153–188.
- Peña-Garay, Matías, & Sandoval Díaz, José Sebastián. (2024). Representaciones sociales del cambio climático entre población urbana y rural de Chile. *Revista de psicología (Santiago)*, 33(1), 77-91. <https://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2024.71552>

- Pinilla Herrera, M. C., Rueda, A., Pinzón, C., & Sánchez, J. (2012). Percepciones sobre los fenómenos de variabilidad climática y cambio climático entre campesinos del centro de Santander, Colombia. *Ambiente y Desarrollo*, 16(31), 25–37.
- Playground, & Osoigo Next. (2022). El futuro es clima: Informe de resultados. <https://elfuturoesahora.org/survey-results.html>
- Prieto, A. (2011). Relación nevado-agua-sociedad y el cambio climático, cuenca alta del río Claro, Nevado de Santa Isabel, Colombia. En A. Ulloa (Ed.), *Perspectivas culturales del clima* (pp. 427–450). Universidad Nacional de Colombia.
- Prieto, E. (2019). Informe de formulación del Plan de Acción ante el Cambio y la Variabilidad Climática del Área Metropolitana del Valle de Aburrá – 2019–2030. Área Metropolitana del Valle de Aburrá. <https://www.metropol.gov.co/ambiental/Documents/Cambio%20y%20Variabilidad%20Climatica/Informe%20del%20Plan%20de%20Accio%CC%81n%20ante%20el%20Cambio%20Clima%CC%81tico%20del%20Valle%20de%20Aburra%CC%81%202019%20-%202030.pdf>
- Puenayán, Z. (2011). Percepción del cambio climático para los pastos del resguard Panán, Nariño, Colombia. En A. Ulloa (Ed.), *Perspectivas culturales del clima* (pp. 275–314). Universidad Nacional de Colombia.
- Ramos, C., Tenorio, A., & Muñoz, F. (2011). Ciclos naturales, ciclos culturales: percepción y conocimientos tradicionales de los nasas frente al cambio climático en Toribio, Cauca, Colombia. En A. Ulloa (Ed.), *Perspectivas culturales del clima* (pp. 247–274). Universidad Nacional de Colombia.
- Rozas O., G. (2003). Aproximación psico-comunitario-ambiental al problema de calentamiento global. *Revista de Psicología*, 12(2), 19–34.
- Rueda Quecho, A. J., Espinosa Ospina, D., Mejía, H. G., Díaz Cediell, J., Badillo, K. Y., & Pinzón, K. D. (2023). Monitoreo climático y agronómico en el área de influencia del embalse Topocoro: Programa para atender la percepción de la comunidad sobre posibles cambios microclimáticos causados por el embalse. Fundación Natura.

- <https://natura.org.co/publicaciones/monitoreo-climatico-y-agronomico-en-el-area-de-influencia-del-embalse-topocoro/>
- Ruiz, I. B. (2022). Ecoansiedad: de la parálisis a la acción climática y ambiental. *PAPELES de relaciones ecosociales y cambio global*, (160), 79-90.
- Sanguino, N. C. (2020). Fenomenología como método de investigación cualitativa: Preguntas desde la práctica investigativa. *Revista Latinoamericana de Metodología de la Investigación Social*, (20), 7–18.
- Sabando, C. A. D. (2021). Cambio climático: “Salud mental en un mundo en llamas”. *Mutatis Mutandis: Revista Internacional de Filosofía*, 16, 109–118.
- Sapiains Arrué, R., & Ugarte Caviedes, A. M. (2017). Contribuciones de la psicología al abordaje de la dimensión humana del cambio climático en Chile (segunda parte). *Interdisciplinaria*, 34(2), 259–274.
- Sierra-Barón, W., & Millán-Otero, K. L. (2024). ¿La psicología colombiana está afrontando el cambio climático? Reflexiones sobre los retos profesionales ante la urgencia mundial. *Acta Colombiana de Psicología*, 27(2), e7201. <https://doi.org/10.14718/acp.2024.27.2.01>
- Smith, J. A., & Osborn, M. (2008). Interpretative Phenomenological Analysis. In J. Smith (Ed.), *Qualitative Psychology: A Practical Guide to Research Methods* (pp. 53–80). <https://doi.org/10.4135/9781848607927.n11>
- Stewart, A. E. (2021). Propiedades psicométricas de la escala de preocupación por el cambio climático. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*.
- Tombolato, M. A., & dos Santos, M. A. (2020). Análisis fenomenológico interpretativo (IPA): Fundamentos básicos y aplicaciones en la investigación. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 26(3), 293.
- Trombley, J., Chalupka, S., & Anderko, L. (2017). Climate change and mental health. *AJN The American Journal of Nursing*, 117(4), 44–52.
- Ulloa, A. (Ed.). (2011). *Perspectivas culturales del clima*. Universidad Nacional de Colombia. Biblioteca abierta: Perspectivas Ambientales.

- Ulloa, A., & Prieto-Rozo, A. I. (Eds.). (2013). Culturas, conocimientos, políticas y ciudadanías en torno al cambio climático. Universidad Nacional de Colombia. Biblioteca abierta: Perspectivas Ambientales.
- United Nations Development Programme. (2021). People's Climate Vote. <https://www.undp.org/publications/peoples-climate-vote>
- Valdéz, L. (2018). El cambio climático desde la perspectiva de la psicología ambiental. *Acta Psicológica Peruana*, 3(1), 177–202.
- VanderMolen, K. (2011). Percepciones de cambio climático y estrategias de adaptación en las comunidades agrícolas de Cotacachi. *Ecuador Debate*, 82, 145–157.
- Vidal Cobo, José Manuel, Vidal Mojena, Manuel Alejandro, & Villanueva Salinas, Meiby Luisa. (2021). Repercusión del cambio climático en la salud psicológica. *Humanidades Médicas*, 21(1), 259-273. Epub 25 de abril de 2021. Recuperado en 22 de noviembre de 2025, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-81202021000100259&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202021000100259&lng=es&tlng=es).

## Apéndices

### Apéndice 1: Instrumento de Recolección de Datos

#### **A. Conocimiento y Contextualización**

1. ¿Cómo entiendes y defines tú el cambio climático?
2. ¿Conoces la diferencia entre cambio climático y calentamiento global?
3. ¿Qué conoces sobre la salud mental?
4. ¿Qué entiendes por salud mental y cómo lo defines en tus propias palabras?
5. ¿Consideras que la gente está lo suficientemente informada sobre los efectos del cambio climático en la salud mental?

#### **B. Percepción sobre el cambio climático**

6. En tu opinión, ¿has notado cambios en el clima de Caldas en los últimos años? ¿Cuáles?
7. ¿Desde hace cuánto tiempo percibes esos cambios en el municipio?
8. “¿Recuerdas algún evento climático reciente que te haya impactado personalmente? ¿Qué pasó? ¿Cómo lo viviste?”
9. ¿Cómo te hacen sentir esos cambios climáticos que has experimentado últimamente?

#### **C. Impacto en la Salud Mental**

10. ¿Qué tan importante/influyente es el clima para tu bienestar diario?
11. ¿Has notado algún cambio en tu estado de ánimo o salud mental cuando las temperaturas son más altas o cuando el clima es más inestable? ¿Cuál?
12. ¿El cambio climático ha afectado tu nivel de ansiedad, estrés o preocupaciones sobre el futuro? Si es así, ¿cómo?
13. ¿Cómo ha afectado el cambio climático tu rutina diaria (por ejemplo, hábitos de sueño, alimentación, planeación del tiempo)?
14. ¿Te preocupa la posibilidad de que el cambio climático empeore en los próximos años?
15. ¿Has sentido alguna vez miedo o tristeza al pensar en el futuro del planeta o de tus hijos (si tiene)? ¿Podrías describir esa experiencia?”

16. ¿Notas que estos cambios afectan la convivencia/ ambiente familiar o la dinámica del hogar?  
¿En qué aspectos/de qué formas?

#### **D. Impacto en la Comunidad**

17. ¿Crees que el cambio climático ha afectado la vida en tu comunidad o en tu entorno cercano?  
¿De qué manera?
18. ¿Has notado que niños/jóvenes de la comunidad han expresado miedo, ansiedad o inquietud sobre el cambio climático?

#### **E. Estrategias de Afrontamiento y Adaptación**

19. ¿Qué prácticas ha implementado tu familia para adaptarse a los cambios del clima?
20. ¿Qué estrategias has utilizado para manejar la preocupación o el estrés relacionado con el clima?
21. ¿Has hablado sobre este tema con tu familia u otras personas del municipio? ¿Qué piensan ellos?
22. ¿Crees que la comunidad o el gobierno local están haciendo algo para apoyar a los habitantes frente a estos cambios?
23. ¿Qué tipo de apoyo te gustaría recibir (emocional, económico, ambiental) para sentirte más tranquilo/a frente a esta problemática?

#### **F. Reflexión Final**

24. ¿Cómo crees que el cambio climático podría afectar la calidad de vida de las generaciones futuras, especialmente en términos de salud mental?
25. ¿Hay algo que no te pregunté y te gustaría compartir relacionado con este tema?"