The Colorado Health Foundation™

Por qué la sanación y el bienestar son importantes para el cambio impulsado por las comunidades

Las comunidades brindan una fortaleza única, experiencias vividas y un profundo conocimiento de los factores que hacen posible la equidad en salud en sus vidas. Cuando las personas directamente afectadas por un obstáculo identifican, diseñan y ponen en práctica soluciones, desarrollan una voz colectiva, fortalecen el poder de la comunidad e impulsan un cambio significativo. Muchas comunidades y las organizaciones que las apoyan están enfrentando presiones simultáneas, desde inequidades sistémicas persistentes y una inversión crónicamente insuficiente hasta la continua incertidumbre política y económica. Estas realidades no solo ponen a prueba los programas y los sistemas, sino que También pueden hacer que sea aún más difícil que los miembros de la comunidad participen plenamente en la labor sostenida de identificar retos, desarrollar soluciones y liderar un cambio.

Estas presiones también afectan a la salud y al bienestar individual y colectivo de las personas. La sanación y el bienestar no son ni opcionales ni “algo que nos gustaría tener” dentro de este contexto. Son condiciones y prácticas esenciales para que las comunidades prosperen, se cuiden entre sí y respondan creativamente ante sus propios retos. Cuando las personas cuentan con el tiempo, espacio y recursos para sanar y desarrollar resiliencia, están mejor equipadas para ejercer el poder comunitario a largo plazo.

¿Qué queremos decir con “sanación” y “bienestar”?

La sanación y el bienestar adoptan muchas formas y se ven diferentes en cada persona y comunidad. La sanación es el proceso de reconocer el daño, centrarse en las personas más afectadas y apoyar la restauración de la dignidad, conexión y sentido de pertenencia de una manera definida por la comunidad. La sanación es multidimensional y está arraigada y definida en base a la cultura. Para muchas personas, la sanación existe en prácticas que lleva a cabo y dirige la misma comunidad, desde tradiciones culturales y ancestrales de bienestar hasta el cuidado colectivo, el sentido de pertenencia y las oportunidades para el descanso, la reflexión y el desarrollo de la resiliencia. Estos enfoques se basan en la idea de que el bienestar no solo se crea a partir de la salud individual, sino también por las relaciones, la identidad compartida y el apoyo mutuo.

El bienestar es la existencia de condiciones que permiten que las personas, organizaciones y comunidades puedan prosperar. Incluye los recursos, prácticas, relaciones y estructuras que apoyan el bienestar físico, emocional, mental, cultural y colectivo.

La sanación ayuda a hacer frente a los efectos del daño. El bienestar contribuye a crear las condiciones para que las personas y las comunidades prosperen. Aunque son conceptos distintos, se refuerzan mutuamente y, en la práctica, suelen ser inseparables. Tanto la sanación como el bienestar honran el conocimiento, sabiduría y experiencia de vida que las comunidades ya poseen y han conservado a lo largo de generaciones.

La sanación como estrategia, no solo como apoyo

“Apoyar la autonomía de la comunidad es tanto poderoso como restaurador. Cuando las comunidades determinan cómo unirse, recurren a sus conocimientos, habilidades, recursos y voces para promover el poder comunitario”, declaró Wendy Talley, oficial de programas senior de The Colorado Health Foundation. “A medida que los grupos adoptan prácticas de sanación y bienestar, pueden

sobreponerse al trauma y a la vez sostener y acelerar el trabajo impulsado por la comunidad".

La sanación y el bienestar no son solo un apoyo para las personas y las organizaciones que proporcionan servicios esenciales por todo Colorado, también son una inversión en la salud de todo nuestro estado. Cuando las personas y organizaciones que fortalecen a las comunidades cuentan con los recursos necesarios para sanar, recargarse y prosperar, Colorado se vuelve más saludable, más resiliente y está mejor equipado para enfrentar los desafíos a futuro.

Para los líderes comunitarios y las organizaciones que se encuentran en las primeras líneas, las prácticas de sanación ayudan a prevenir el agotamiento, reducen la deserción y ayudan a las personas mantengan su compromiso a largo plazo.

La sanación también puede funcionar como una estrategia para fortalecer la confianza. Fomentar la confianza entre compañeros de trabajo, entre organizaciones y dentro de las comunidades fortalece las relaciones y la capacidad colectiva para actuar en conjunto. La sanación es una parte fundamental del proceso de cambio sistémico. Al invertir en el bienestar, las comunidades desarrollan la capacidad, autonomía y autodeterminación que permiten que las personas puedan liderar con claridad y propósito. La sanación es fundamental para generar un cambio sistémico y duradero.

La sanación adopta diferentes formas entre las distintas comunidades, y esa diversidad es una fortaleza. Lo más importante es generar la confianza y el tiempo necesario para que las comunidades definan lo que la sanación y el bienestar significan para ellas, además de liderar esos esfuerzos de una manera auténtica y sostenible. La filantropía puede desempeñar un rol fundamental al invertir en los espacios que fomentan el bienestar, la reflexión y la conexión, además de los resultados programáticos. Por ejemplo, The Colorado Health Foundation recientemente apoyó a un grupo de liderazgo centrado en la sanación, en el que

los líderes de organizaciones sin fines de lucro pudieron explorar prácticas de liderazgo centradas en la sanación y desarrollar la resiliencia necesaria para mantenerse a sí mismos, a sus organizaciones y a las comunidades a las que prestan servicio. Cuando la filantropía y sus socios invierten de manera integral y holística, la sanación se convierte en un potente motor de impacto. Al honrar la sabiduría de la comunidad y apoyar la sanación a largo plazo, fortalecemos la capacidad de las comunidades de construir futuros más saludables y arraigados en la dignidad, la autonomía y las posibilidades.

TIPO

Blog

POST DATE

Aug 13, 2026

BY

Elizabeth Carpio