



**Universidad Nacional de  
Villarrica del Espíritu Santo**

**Revista Científica**

**VOL 9  
N° 1**

**ENERO - JUNIO 2025  
ISSN 2618 - 0405**

**MUJER PARAGUAYA Y RESILIENCIA; UN RELATO DE  
SUPERACIÓN Y LIDERAZGO  
PARAGUAYAN WOMAN AND RESILIENCE: A STORY  
OF OVERCOMING CHALLENGES AND LEADERSHIP**

Simón Benítez O

[simon.benitez@unves.edu.py](mailto:simon.benitez@unves.edu.py)

0009-0001-1412-9468

Sindulfo García B.

[sinfulfo.garcia@unves.edu.py](mailto:sinfulfo.garcia@unves.edu.py)

0009-0008-2256-2254

David Romero L

[david.romero@unves.edu.py](mailto:david.romero@unves.edu.py)

0009-0002-6481-1323

Ever Báez

[everhugo.baez@unves.edu.py](mailto:everhugo.baez@unves.edu.py)

0009-0002-9684-7451

Universidad Nacional de Villarrica

*Fecha de recepción: 31/03/2024*

*Fecha de aprobación: 24/04/2024*



### Resumen

Este artículo examina la historia de vida de Viviana Luján Cabral Marecos, una mujer paraguaya que ha enfrentado y superado numerosos desafíos socioeconómicos en su rol como madre soltera, trabajadora y miembro activo de su comunidad. Utilizando una metodología cualitativa basada en la historia de vida, se analizan las dinámicas sociales, económicas y culturales que han influido en su trayectoria. La recolección de datos se realizó mediante entrevistas en profundidad, observación directa en el Mercado Municipal de Villarrica y análisis de documentos personales, como fotografías y registros, lo que permitió una reconstrucción detallada y contextualizada de su experiencia. El estudio destaca cómo Viviana ha logrado transformar las adversidades en oportunidades, convirtiéndose en un símbolo de resiliencia y liderazgo en su comunidad. Su historia refleja las luchas cotidianas de muchas mujeres en Paraguay, quienes, a pesar de las limitaciones económicas y sociales, se mantienen firmes en su propósito de proveer para sus familias y asegurar un mejor futuro para sus hijos. Este enfoque metodológico no solo enriquece la comprensión de su experiencia individual, sino que también visibiliza las estrategias de empoderamiento y superación en contextos de adversidad.

**Palabras clave:** Resiliencia, liderazgo femenino, historia de vida, Paraguay, adversidad socioeconómica, mujer trabajadora

### Abstract

This article examines the life story of Viviana Luján Cabral Marecos, a Paraguayan woman who has faced and overcome numerous socioeconomic challenges in her role as a single mother, worker, and active member of her community. Using a qualitative methodology based on life history, the study analyzes the social, economic, and cultural dynamics that have influenced her trajectory. Data collection was carried out through in-depth interviews, direct observation at the Municipal Market of Villarrica, and analysis of personal documents, such as photographs and records, allowing for a detailed and contextualized reconstruction of her experience. The study highlights how Viviana has managed to transform adversity into opportunity, becoming a symbol of resilience and leadership in her community. Her story reflects the daily struggles of many women in Paraguay who, despite economic and social limitations, remain steadfast in their commitment to providing for their families and ensuring a better future for their children. This methodological approach not only enriches the understanding of her individual experience but also highlights strategies of empowerment and overcoming adversity in challenging contexts.

**Keywords:** Resilience, female leadership, life story, Paraguay, socioeconomic adversity, working woman



## Introducción

En Paraguay, un país cuya historia ha estado marcada por profundas desigualdades económicas y sociales, las mujeres han sido pilares fundamentales en la construcción y transformación de la sociedad. A lo largo del tiempo, han asumido roles clave como jefas de hogar, trabajadoras y líderes comunitarias, desempeñando un papel crucial en la sostenibilidad y el desarrollo de sus entornos. Su fortaleza y resiliencia han sido la base de muchas familias y comunidades, demostrando que, incluso en contextos adversos, el espíritu de lucha y superación es una constante.

Este artículo presenta la historia de vida de Viviana Luján Cabral Marecos, una mujer Villarriqueña cuya trayectoria refleja las vivencias de muchas mujeres en el país: la lucha por la educación, el acceso al trabajo y la superación de barreras sociales y económicas. A través de su relato, se profundiza en las dinámicas sociales y culturales que han influido en su vida, poniendo en valor las estrategias de resiliencia y empoderamiento que le han permitido convertirse en agente de cambio dentro de su comunidad.

Este estudio se fundamenta en una metodología cualitativa basada en la historia de vida, reconociendo la importancia de la narrativa personal como herramienta para comprender la realidad de las mujeres del Mercado Municipal de Villarrica. La historia de Viviana no solo es un testimonio

individual, sino también un reflejo de la lucha colectiva de muchas paraguayas que, desde distintos ámbitos, han contribuido a la construcción de una sociedad más justa e inclusiva. A través de este análisis, se busca visibilizar el impacto de las mujeres en la transformación de su entorno, resaltando su papel fundamental en la búsqueda de equidad y oportunidades para las futuras generaciones.

## Materiales y métodos

**Enfoque metodológico:** Este estudio se basa en un enfoque cualitativo, utilizando la estrategia de historia de vida como método principal de investigación. La historia de vida permite explorar y comprender en profundidad la trayectoria de la participante dentro de su contexto sociocultural, resaltando las interacciones entre factores personales, familiares y comunitarios.

**Selección del contexto y participante:** La elección del lugar de estudio fue un primer paso fundamental, seleccionando un mercado local por ser un espacio representativo de la realidad de las mujeres trabajadoras, caracterizadas por el sacrificio y la lucha diaria en un entorno socioeconómico desafiante.

Posteriormente, se identificó a la participante, Viviana Luján Cabral Marecos, con base en criterios de apertura, disposición al relato y representatividad de la experiencia femenina en contextos de adversidad. Antes de la entrevista principal,



se estableció un contacto primario, con el fin de generar confianza y familiarizarse con su entorno, facilitando una interacción más profunda en el proceso de recolección de datos.

Técnicas de recolección de datos: Para la recopilación y análisis de información, se emplearon múltiples técnicas complementarias, con el objetivo de garantizar una reconstrucción detallada y contextualizada de la historia de vida de la participante:

- Entrevista en profundidad: Se realizaron entrevistas semiestructuradas en diferentes momentos, abordando aspectos clave de su vida, sus desafíos y su proceso de superación. Estas entrevistas permitieron obtener información detallada sobre su historia personal, su rol dentro de la familia y la comunidad, y las estrategias que ha utilizado para afrontar las dificultades.
- Observación directa: Se llevó a cabo una observación en el contexto del mercado, permitiendo registrar de manera detallada su dinámica cotidiana, las interacciones con su entorno y las condiciones en las que desarrolla su trabajo. Esta técnica permitió complementar la información obtenida en las entrevistas con datos contextuales relevantes.

Análisis de documentos y archivos: Se revisaron materiales como fotografías,

videos y registros personales, los cuales brindaron información adicional sobre momentos significativos en la vida de la participante, enriqueciendo el análisis y aportando una dimensión visual y documental a la investigación.

### Análisis de datos

- La información recopilada fue analizada mediante un enfoque narrativo y una codificación temática, identificando patrones y momentos críticos en la construcción de la resiliencia y el liderazgo de la participante. Se categorizaron los hallazgos en torno a ejes clave como la superación personal, el impacto del contexto socioeconómico y las estrategias de empoderamiento.

### Consideraciones éticas

- Se garantizó el consentimiento informado de la participante, asegurando su derecho a la confidencialidad, privacidad y representación fiel de su historia. Su identidad fue protegida, salvo en aquellos aspectos donde autorizó explícitamente su divulgación. La investigación se llevó a cabo siguiendo los principios éticos de la investigación cualitativa, promoviendo el respeto, la sensibilidad y la transparencia en la interpretación y comunicación de su historia de vida.

### Resultados y discusión

La historia de vida de Viviana Luján Cabral Marecos ofrece una visión profunda de las dinámicas sociales, económicas y



culturales que enfrentan las mujeres, particularmente aquellas que asumen el rol de jefas de hogar en contextos de escasos recursos. A través de su relato, se evidencian varios aspectos clave que reflejan no solo su experiencia individual, sino también las estructuras sociales más amplias que influyen en la vida de las mujeres del Mercado Municipal N° 1.

Este análisis se centra en interpretar y analizar los resultados obtenidos, comparándolos con estudios previos y extrayendo antecedentes nacionales y locales, particularmente en el contexto de los mercados municipales de Paraguay.

### **Resiliencia y fortaleza en contextos adversos: una mirada desde Paraguay**

Viviana representa un caso paradigmático de resiliencia y fortaleza frente a las adversidades económicas y sociales. Desde una edad temprana, asumió responsabilidades que excedían las expectativas para alguien de su edad, trabajando en el mercado para apoyar a su familia y, posteriormente, criando a sus hijos como madre soltera. Su capacidad para superar obstáculos, como la falta de apoyo económico del padre de sus hijos y las limitaciones financieras que le impidieron continuar sus estudios, refleja una determinación que es común entre muchas mujeres paraguayas que enfrentan situaciones similares. Este hallazgo coincide con estudios previos que destacan la resiliencia como un factor clave en la superación de las barreras socioeconómicas en contextos de pobreza (González, 2018; Martínez, 2020).

En el contexto paraguayo, la resiliencia de las mujeres en situaciones de pobreza ha sido ampliamente documentada. Según el informe del Banco Mundial (2021), las mujeres en Paraguay, especialmente en áreas rurales y urbanas marginales, enfrentan múltiples desafíos, incluyendo la falta de acceso a educación, empleo formal y servicios de salud. A pesar de estas barreras, muchas mujeres, como Viviana, logran sostener a sus familias a través del trabajo informal, particularmente en mercados municipales. Estos espacios, aunque precarios, se convierten en fuentes de empoderamiento económico para muchas mujeres, permitiéndoles generar ingresos y mantener a sus familias.

### **El rol de la familia y los valores tradicionales en el contexto paraguayo**

La familia juega un papel central en la vida de Viviana, no solo como fuente de apoyo emocional, sino también como un modelo de valores y ética de trabajo. Sus padres, especialmente su madre, Rufina Marecos Benítez, fueron figuras clave en la formación de su carácter y en la transmisión de valores como el trabajo duro, la honestidad y la perseverancia. Este aspecto resalta la importancia de las redes familiares en la construcción de identidades y en la capacidad de las mujeres para enfrentar desafíos económicos y sociales. La influencia de la familia en la vida de Viviana es consistente con investigaciones que señalan que, en contextos de escasos recursos, las redes familiares son fundamentales para la supervivencia y el bienestar (Pérez, 2019).



En Paraguay, la familia sigue siendo una institución central en la vida de las personas, particularmente en contextos de pobreza. Según un estudio realizado por el Centro de Estudios Paraguayos (CEP, 2020), las mujeres en Paraguay dependen en gran medida de las redes familiares para el cuidado de los hijos y el apoyo económico. Este fenómeno es particularmente evidente en los mercados municipales, donde muchas mujeres, como Viviana, trabajan codo a codo con sus familiares para sostener a sus hogares. La solidaridad familiar y los valores tradicionales, como el respeto y la responsabilidad, son fundamentales para la supervivencia en estos contextos.

### **El mercado como espacio de empoderamiento y desafío: una mirada local**

El mercado, donde Viviana ha trabajado durante más de dos décadas, representa tanto un espacio de empoderamiento como un lugar de desafíos constantes. Por un lado, le ha proporcionado independencia económica y la capacidad de sostener a su familia. Por otro lado, las condiciones laborales precarias y las fluctuaciones económicas, como el traslado de la terminal de buses, han afectado negativamente su negocio. Este doble papel del mercado como fuente de sustento y de dificultades refleja la realidad de muchas mujeres que trabajan en el sector informal en América Latina, donde la falta de protección laboral y la inestabilidad económica son comunes (Fernández, 2021).

En el contexto local de los mercados

municipales de Paraguay, las mujeres enfrentan desafíos específicos, como la falta de infraestructura adecuada, la competencia desleal y la falta de apoyo gubernamental. Según un artículo de ABC Color, el Mercado Municipal N° 1 de Villarrica ha estado en condiciones precarias durante años, con infraestructura deteriorada y una organización deficiente. Los arrendatarios han expresado preocupaciones sobre problemas como filtraciones en el techo y la necesidad de una mejor organización y limpieza. A pesar de estas dificultades, las mujeres que operan en el mercado han implementado medidas como la instalación de ventiladores por cuenta propia para mejorar la atención al cliente (ABC Color, 2022).

### **La fe y los valores como fuente de fortaleza en el contexto paraguayo**

La fe cristiana de Viviana y sus valores personales han sido pilares fundamentales en su vida, proporcionándole fortaleza emocional y una guía moral en momentos de dificultad. Su creencia en el valor del trabajo, la honestidad y el respeto no solo ha influido en su vida personal, sino también en su interacción con la comunidad. Este aspecto resalta la importancia de las creencias religiosas y los valores tradicionales en la construcción de identidades y en la capacidad de las mujeres para enfrentar adversidades. Estudios previos han demostrado que la fe y los valores religiosos pueden ser fuentes importantes de resiliencia en contextos de pobreza y exclusión social (García, 2017).

En Paraguay, la religión juega un papel



central en la vida de las personas, particularmente en las comunidades rurales y urbanas marginales. Según un estudio realizado por el Instituto Nacional de Estadística (INE, 2021), más del 90% de la población paraguaya se identifica como católica o evangélica, y la religión es una fuente importante de apoyo emocional y social. Para muchas mujeres, como Viviana, la fe no solo es una cuestión espiritual, sino también una herramienta para enfrentar las dificultades cotidianas y mantener la esperanza en un futuro mejor.

Aspiraciones y sueños postergados: barreras estructurales en Paraguay

A pesar de las dificultades, Viviana no ha renunciado a sus sueños, particularmente el de estudiar enfermería. Este deseo refleja no sólo una aspiración personal, sino también una búsqueda de movilidad social y de contribución a su comunidad. Sin embargo, las limitaciones económicas han impedido que cumpla este objetivo, lo que resalta las barreras estructurales que enfrentan muchas mujeres para acceder a la educación superior y a oportunidades de desarrollo profesional. Este hallazgo es consistente con investigaciones que señalan que las mujeres en contextos de pobreza a menudo deben postergar sus aspiraciones personales para priorizar las necesidades inmediatas de sus familias (López, 2020).

En Paraguay, el acceso a la educación superior sigue siendo un desafío para muchas mujeres, particularmente aquellas que viven en áreas rurales o urbanas marginales. Según un informe de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura

(UNESCO, 2020), sólo el 30% de las mujeres en Paraguay logran acceder a la educación superior, en comparación con el 40% de los hombres. Esta brecha de género se debe en gran parte a las responsabilidades familiares y las limitaciones económicas que enfrentan las mujeres, como en el caso de Viviana.

### Conclusiones

La historia de vida de Viviana Luján Cabral Marecos ofrece una visión profunda de las dinámicas sociales, económicas y culturales que enfrentan las mujeres en Paraguay, particularmente aquellas que asumen el rol de jefas de hogar en contextos de escasos recursos. A través de su relato, se evidencian varios aspectos clave que reflejan no solo su experiencia individual, sino también las estructuras sociales más amplias que influyen en la vida de las mujeres del Mercado Municipal N° 1 de Villarrica.

En primer lugar, se destaca la resiliencia y fortaleza de Viviana frente a las adversidades económicas y sociales. Desde una edad temprana, asumió responsabilidades que excedían las expectativas para alguien de su edad, trabajando en el mercado para apoyar a su familia y, posteriormente, criando a sus hijos como madre soltera. Su capacidad para superar obstáculos, como la falta de apoyo económico del padre de sus hijos y las limitaciones financieras que le impidieron continuar sus estudios, refleja una determinación que es común entre muchas mujeres paraguayas que enfrentan situaciones similares.

En segundo lugar, el rol de la familia y los



valores tradicionales han sido fundamentales en la vida de Viviana. Sus padres, especialmente su madre, fueron figuras clave en la formación de su carácter y en la transmisión de valores como el trabajo duro, la honestidad y la perseverancia. Este aspecto resalta la importancia de las redes familiares en la construcción de identidades y en la capacidad de las mujeres para enfrentar desafíos económicos y sociales.

En tercer lugar, el mercado representa tanto un espacio de empoderamiento como un lugar de desafíos constantes. Por un lado, le ha proporcionado independencia económica y la capacidad de sostener a su familia. Por otro lado, las condiciones laborales precarias y las fluctuaciones económicas han afectado negativamente su negocio. Este doble papel del mercado como fuente de sustento y de dificultades refleja la realidad de muchas mujeres que trabajan en el sector informal en América Latina.

Finalmente, la fe cristiana de Viviana y sus valores personales han sido pilares fundamentales en su vida, proporcionándole fortaleza emocional y una guía moral en momentos de dificultad. Su creencia en el valor del trabajo, la honestidad y el respeto no solo ha influido en su vida personal, sino también en su interacción con la comunidad. En conclusión, la historia de Viviana no solo es un testimonio individual, sino también un reflejo de la lucha colectiva de muchas paraguayas que, desde distintos ámbitos, han contribuido a la construcción de una sociedad más justa e inclusiva. A través de este análisis, se busca visibilizar el impacto de las mujeres en la transformación de su entorno, resaltando su papel fundamental en la búsqueda de equidad y oportunidades

para las futuras generaciones.

### Referencias:

Bertaux, D. (1981). *Biography and Society: The Life History Approach in the Social Sciences*. Beverly Hills: Sage Publications.

Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2005). *The Sage Handbook of Qualitative Research*. Thousand Oaks: Sage Publications.

Fernández, A. (2021). Desafíos del sector informal en América Latina: Un análisis desde la perspectiva de género. *Revista Latinoamericana de Estudios Sociales*, 15(2), 45-60.

García, M. (2017). El papel de la religión en la resiliencia de mujeres en contextos de pobreza. *Revista de Estudios Sociales*, 25(3), 78-92.

González, R. (2018). Resiliencia y superación de barreras socioeconómicas en contextos de pobreza. *Revista Paraguaya de Sociología*, 55(1), 112-130.

Instituto Nacional de Estadística (INE). (2021). *Estadísticas sobre religión en Paraguay*. Asunción: INE.

López, C. (2020). Barreras estructurales en el acceso a la educación superior para mujeres en contextos de pobreza. *Revista de Educación y Desarrollo*, 18(4), 67-82.

Martínez, L. (2020). Resiliencia y



empoderamiento femenino en América Latina. *Revista de Estudios de Género*, 12(2), 89-104. Ministerio de la Mujer de Paraguay. (2020). Informe sobre la situación de las mujeres en Paraguay. Asunción: Ministerio de la Mujer.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (2020). Informe sobre el acceso a la educación superior en Paraguay. París: UNESCO.

Pérez, J. (2019). Redes familiares y su impacto en la supervivencia de mujeres en contextos de pobreza. *Revista de Estudios Familiares*, 10(1), 34-50.

U.S. Food and Drug Administration (FDA). (2022). Nicotine levels in e-cigarettes labeled as "nicotine-free". Retrieved from <https://www.fda.gov>

World Health Organization (WHO). (2021). Global report on trends in prevalence of tobacco use 2000-2025. Geneva: WHO Press.