

Entre la exclusión y la reconstrucción: Puntos de inflexión, procesos de cambio y fragilidades en personas con situación de calle prolongada

Después de largos períodos en calle, consumos y exclusión, algunas personas logran volver a creer que otro futuro es posible. La recuperación no consiste únicamente en mejorar las condiciones de vida, sino también en reconstruir vínculos, recuperar la confianza en sí mismos y volver a tener objetivos por los que seguir adelante.

Milagros Dolabjian - Solange Rodríguez Espínola



¿Por qué estudiar la recuperación?

- La investigación psicosocial se ha concentrado principalmente en explicar por qué las personas llegan a la calle y en analizar los efectos y consecuencias de la experiencia de calle sobre la salud.
 - Sabemos mucho menos acerca de:
 - cómo se inicia un proceso de cambio,
 - qué condiciones, vínculos y experiencias ayudan a sostenerlo,
 - cómo se reconstruye un proyecto de vida después de trayectorias prolongadas de exclusión.
- La recuperación no es un evento ni un momento puntual. Es un proceso gradual, relacional y no lineal, atravesado por avances, retrocesos, interrupciones y nuevas oportunidades.
- Tampoco consiste únicamente en dejar la calle o interrumpir un consumo. Implica procesos más amplios de reconstrucción: recuperar vínculos significativos, reconstruir la propia identidad y autoestima, volver a reconocerse como alguien capaz de decidir y proyectar, recuperar expectativas sobre el futuro y encontrar nuevas posibilidades de pertenencia e inclusión social.

Contenidos

I. Comprender las trayectorias

Antes de hablar de recuperación

El lugar de los consumos

La puerta giratoria

Los paradores

II. ¿Cómo comienza el cambio?

El inicio de la transformación

Nadie se recupera solo

Cuando aparece una oportunidad

III. La reconstrucción subjetiva

Recuperar la posibilidad de imaginar el futuro

¿Qué nos enseña la recuperación?

Recuperarse no es dejar el sufrimiento atrás

Procesos frágiles, avances reales

Volver a construir una vida

La reconstrucción también transforma la identidad

IV. Conclusiones

Ficha Técnica



¿Cómo se realizó esta investigación?

Objetivo: Comprender cómo las personas con trayectorias prolongadas de situación de calle y consumos de sustancias relatan sus procesos de vulnerabilización, prolongación y recuperación a lo largo de la vida.

Diseño del estudio:

- Investigación cualitativa exploratoria.
- Entrevistas en profundidad centradas en historias de vida.
- Análisis Temático Reflexivo para identificar patrones compartidos entre los relatos.
- Enfoque orientado al curso de vida, que permitió reconstruir procesos biográficos y no solamente situaciones presentes.

Participantes:

- 13 personas con trayectorias prolongadas de situación de calle.
- Experiencias de consumos problemáticos de sustancias.
- Participantes provenientes de CABA y distintos municipios del Conurbano Bonaerense.
- Inclusión de varones, mujeres y una mujer trans.
- Trayectorias heterogéneas en términos de tiempo en calle, institucionalización y recuperación.

¿Cómo se realizó esta investigación?

¿Qué exploraron las entrevistas?

El estudio se organizó en torno a los siguientes ejes:

- (1) La llegada a la situación de calle
- (2) Cronificación de la exclusión
- (3) Implicancias de vivir en la calle
- (4) El papel de los consumos de sustancias
- (5) Malestar psicosocial y estrategias para afrontarlo
- (6) Vínculos, pérdidas y redes de apoyo
- (7) Recuperación y reconstrucción de proyectos de vida

El estudio no busca explorar únicamente por qué las personas llegan a la calle, sino comprender cómo algunas logran reconstruir vínculos, identidad y proyectos de vida. Esta Nota hace foco en el último eje, que aborda las experiencias de cambio desarrolladas por las personas entrevistadas.

Antes de hablar de recuperación: ¿de qué trayectorias estamos hablando?

La situación de calle prolongada emerge de procesos acumulativos que se desarrollan a lo largo de toda la vida.

Las personas entrevistadas atravesaron:

- violencia y conflictos familiares desde edades tempranas
- abandono escolar y precariedad laboral
- consumos iniciados durante la infancia o adolescencia
- experiencias reiteradas de institucionalización
- largos períodos de situación de calle
- pérdidas significativas y deterioro de la salud física y mental

En muchas trayectorias, las experiencias de violencia, abandono, abuso y pobreza comenzaron años antes del ingreso a la situación de calle. La reconstrucción no ocurre sobre una hoja en blanco. Ocurre después de años de exclusión acumulada.

La recuperación no constituye una etapa separada de la trayectoria, sino que forma parte de un mismo proceso donde vulnerabilización, exclusión, adaptación y reconstrucción subjetiva interactúan continuamente.



El lugar de los consumos en estas trayectorias

Los relatos muestran que los consumos de sustancias cumplieron múltiples funciones a lo largo de la vida y de la experiencia de calle.

- Regular emociones difíciles como angustia, tristeza o desesperanza.
- Afrontar experiencias traumáticas y pérdidas significativas.
- Tolerar condiciones extremas de vida, como el frío, el miedo o la inseguridad.
- Generar pertenencia y vínculos con otras personas en contextos de exclusión.
- Intentar aliviar sufrimientos que muchas veces precedían a la situación de calle.

Las entrevistas sugieren que los consumos no pueden comprenderse únicamente como causa de la exclusión. También aparecen como una forma de "afrontar" trayectorias marcadas por el sufrimiento.

Los consumos se articularon con otras formas de vulnerabilidad contribuyendo, en algunos casos, a la prolongación de las trayectorias de exclusión

La puerta giratoria: entrar, salir y volver a empezar

La recuperación no comienza desde cero

Muchos participantes describieron trayectorias marcadas por ingresos y egresos repetidos de:

- situación de calle
- paradores y hogares
- tratamientos por consumos
- hospitales y dispositivos de salud mental
- instituciones penales
- programas de asistencia

¿Qué ocurre?

- Se logra cierta estabilidad en términos habitacionales, vinculares o de consumo
- Aparecen dificultades, recaídas o nuevas crisis
- Se pierde nuevamente la vivienda, los vínculos o los procesos iniciados
- La persona vuelve a la calle o a otro dispositivo/institución

Las entrevistas muestran que muchas trayectorias están atravesadas por ciclos repetidos de exclusión y reinserción parcial. Por eso la recuperación suele desarrollarse como un proceso largo, frágil y no lineal, condicionado por la disponibilidad de apoyos, recursos y oportunidades a lo largo del tiempo.



Los paradores: protección y límites

Los paradores ocuparon un lugar central en muchas trayectorias de calle prolongada. Los discursos destacan que proveen alojamiento, alimentación, higiene y resguardo ante situaciones de extrema vulnerabilidad. También ofrecen oportunidades de encuentro, acompañamiento y construcción de vínculos.

Sin embargo, algunos relatos muestran que pueden formar parte de circuitos reiterados de ingreso, egreso y retorno que no siempre logran interrumpir los procesos de exclusión. Algunos participantes describieron trayectorias caracterizadas por una utilización recurrente de distintos dispositivos asistenciales.

Aparecen como recursos indispensables de protección, pero su capacidad para favorecer procesos sostenidos de inclusión depende de su articulación con acompañamiento, vínculos significativos, estabilidad habitacional y oportunidades efectivas de integración social.

Son un punto de apoyo que puede favorecer procesos de cambio, aunque por sí solos suelen ser insuficientes para romper trayectorias de exclusión prolongada.

El inicio de la transformación

- Los relatos muestran que los procesos de recuperación no se tratan necesariamente de un acontecimiento extraordinario, sino de experiencias que llevan a cuestionar una forma de vida marcada por el sufrimiento, el deterioro y la exclusión.
- Muchas personas describieron un punto de inflexión en el que comenzaron a pensar que no querían seguir viviendo de la misma manera. Dichos puntos de inflexión pueden marcar un momento en el que la persona comienza a revisar su trayectoria, cuestionar una forma de vida y considerar otras posibilidades.

¿Qué condiciones favorecen el cambio?

- Reconocer el deterioro físico, social, emocional o vincular acumulado.
- La acumulación de sufrimientos, pérdidas y situaciones de vulnerabilidad
- Tomar conciencia de las pérdidas sufridas a lo largo del tiempo.
- Recuperar el deseo de vivir de otra manera.
- Empezar a imaginar un futuro diferente.

El inicio de la transformación

"Hubo un momento en que sentí una especie de 'basta' adentro mío... Empecé a pensar que no quería morirme así." (varón, 51 años, larga trayectoria de consumo problemático, encarcelamiento y exclusión social)

"La vez que logré dejar de consumir fue porque entré a un baño, me miré y no me reconocí. Me pregunté: '¿Por qué me estoy haciendo esto a mí misma?'" (mujer, 53 años, trayectoria atravesada por abuso sexual infantil, violencia de género, pérdidas traumáticas y consumo problemático)

"Ahora tengo amor propio. Ya sé lo que es la calle. Me dí cuenta que ya no quiero eso para mí." (varón, 52 años, trayectoria cíclica de calle, consumo problemático, encarcelamiento y rupturas vinculares)



Nadie se recupera solo

- Los vínculos significativos aparecen como uno de los principales motores de los procesos de recuperación.
- Las entrevistas proponen que la recuperación rara vez se construye en soledad.
- Después de años de pérdidas, aislamiento y exclusión, muchas personas identificaron en los vínculos afectivos, comunitarios e institucionales una fuente fundamental de apoyo, reconocimiento y motivación para sostener cambios.
- Hijos, familiares, parejas, referentes comunitarios, operadores y profesionales aparecen como figuras que ayudan a reconstruir confianza, recuperar proyectos y volver a sentirse parte de un entramado social.
- **La recuperación emerge como un proceso relacional. Los vínculos significativos no solo brindan apoyo práctico, sino también reconocimiento, confianza y nuevas oportunidades para proyectar un futuro diferente.**

Nadie se recupera solo

"Hace unos días volvimos a alquilar y estuve varios días sin consumir nada. Me sentía raro, vacío, como perdido. Pensaba: "No sirvo para vivir así". Pero después miraba a mi hija y decía: "Esto tiene que ser por ella"."

(varón, 51 años, larga trayectoria de consumo problemático, encarcelamiento y exclusión social)

"Una de las chicas del grupo me abrazó y me preguntó qué me pasaba. Y eso me quebró. Porque yo jamás había pedido ayuda."

(varón, 40 años, trayectoria de exclusión acumulativa, encarcelamiento, trauma, pérdida materna y consumo problemático)

"Conocer el Hogar de Cristo marcó una diferencia enorme en mi vida."

(varón, 52 años, trayectoria cíclica de calle, consumo problemático, encarcelamiento y rupturas vinculares)



Cuando aparece una oportunidad

- Los relatos muestran que los procesos de recuperación no dependen únicamente de la motivación individual.
- A medida que las personas acceden a espacios comunitarios, oportunidades educativas, experiencias laborales y acompañamiento sostenido, comienzan a reconstruir rutinas, vínculos e identidades que habían sido profundamente afectadas por la exclusión.
- La recuperación aparece como un proceso relacional que involucra recursos personales, apoyos significativos y oportunidades concretas de inclusión.
- Las oportunidades funcionan como plataformas para el cambio porque permiten recuperar rutinas, responsabilidades, reconocimiento social y experiencias de logro que habían sido erosionadas por años de exclusión.

Condiciones que favorecen la recuperación:

Acompañamiento
o comunitario e
institucional

Educación y
capacitación
laboral

Trabajo e
inclusión social

Reconstrucción
de la
autoestima y la
identidad



Cuando aparece una oportunidad

"Pensé que tener un oficio era una buena oportunidad y gracias a eso conseguí trabajo... Hoy sigo trabajando ahí."

"Ahí entendí que necesitaba ayuda. Y las hermanas y todos acá me ayudaron muchísimo. Me enseñaron otra forma de hablar, de relacionarme, de expresar lo que siento"

(varón, 42 años, trayectoria prolongada de calle desde la infancia, institucionalización temprana y policonsumo)

"Descubrí habilidades más que nunca había visto: trabajar la tierra, hacer huertas, producir plantas."

(varón, 52 años, trayectoria cíclica de calle, consumo problemático, encarcelamiento y rupturas vinculares)



ODSA

Recuperar la posibilidad de imaginar el futuro

- La recuperación implica reconstruir la capacidad de planificar, tomar decisiones y desarrollar nuevos proyectos personales.
- Muchas personas comenzaron a proyectar metas vinculadas con el trabajo, la educación, la vivienda y los vínculos.
- La posibilidad de imaginar el futuro reaparece gradualmente y suele desarrollarse junto con procesos de acompañamiento y reconocimiento social.
- **La recuperación aparece dentro de trayectorias marcadas por avances y retrocesos, no como un punto de llegada definitivo.** Implica reconstruir la capacidad de planificar, tomar decisiones y desarrollar nuevos proyectos personales.
- A medida que avanzan estos procesos, reaparecen metas vinculadas con la educación, el trabajo, la vivienda, la recuperación de vínculos y el deseo de ayudar a otras personas que atraviesan situaciones similares.

**Nuevos
proyectos y
metas**

- Terminar los estudios
- Conseguir o sostener un trabajo
- Acceder a una vivienda estable
- Recuperar vínculos familiares
- Ayudar a otras personas
- Construir una nueva etapa de vida

Recuperar la posibilidad de imaginar el futuro

*“Volví a estudiar y estoy terminando la secundaria.
También recuperé el vínculo con mis hijos después de
cinco años sin verlos.”*

(varón, 51 años, larga trayectoria de consumo
problemático, encarcelamiento y exclusión social)

*“Yo todavía quiero luchar. Mientras tenga fuerzas,
brazos y piernas, voy a seguir intentando salir
adelante.”*

(varón, 43 años, trayectoria prolongada entre calle,
institucionalización, violencia familiar y consumo
problemático)

*“Quiero volver a trabajar, recuperar dignidad y volver a
acercarme a mis hijos sin sentir vergüenza.”*

(varón, 43 años, trayectoria prolongada entre calle,
institucionalización, violencia familiar y consumo
problemático)



¿Qué nos enseña la recuperación?

- La situación de calle prolongada no puede comprenderse únicamente como un problema habitacional ni el consumo como una conducta aislada.
- Aun en contextos extremadamente adversos, las personas conservan capacidades, recursos y posibilidades de transformación.
- La recuperación surge de la interacción entre motivaciones personales, vínculos significativos, acompañamiento comunitario y oportunidades concretas de inclusión. Cuando estos apoyos se fortalecen, también se amplían las posibilidades de construir proyectos de vida.
- La recuperación requiere oportunidades concretas de inclusión, acceso a derechos y acompañamiento sostenido.

No se trata solamente de tener un techo o dejar de consumir. Implica:

- Recuperar la confianza en uno mismo.
- Reconstruir vínculos significativos.
- Volver a sentirse parte de una comunidad.
- Descubrir nuevas capacidades.
- Recuperar la posibilidad de proyectar el futuro.

¿Qué nos enseña la recuperación?

“Ahora sí siento ganas de salir adelante, pero me cuesta muchísimo porque estoy muy solo. No tengo alguien que me acompañe, me ponga límites o me ayude a sostenerme.”

(varón, 45 años, institucionalización temprana, violencia intrafamiliar y consumo problemático)

“Desde que empecé a venir al Centro Barrial siento que estoy saliendo adelante. Estas horas que paso acá son horas muy valiosas para mí porque me alejan del consumo.”

(mujer, 53 años, trayectoria atravesada por abuso sexual infantil, violencia de género, pérdidas traumáticas y consumo problemático)



Recuperarse no es dejar el sufrimiento atrás

- Muchas personas describieron sentimientos persistentes de soledad, desesperanza, culpa o pérdida de sentido, incluso durante procesos de recuperación.
- Los cambios observados no borran las experiencias de pérdida, violencia, consumo o exclusión acumuladas a lo largo de la vida.
- Muchas personas continúan atravesando dolor emocional, duelos y dificultades cotidianas aun recuperándose.
- La recuperación implica aprender a convivir con esas experiencias sin que definan completamente el presente ni el futuro.
- Las heridas no desaparecen de un día para otro, pero pueden dejar de ocupar el centro de la vida.
- La fragilidad no es un fracaso. Los momentos de retroceso, duda o sufrimiento forman parte de muchos procesos de recuperación. La posibilidad de pedir ayuda, sostener vínculos y volver a intentarlo aparece como un recurso tan importante como los propios avances.

Recuperarse no es dejar el sufrimiento atrás

“Cuando nació mi hija fue distinto... Todavía tengo luchas, todavía me cuesta, pero estoy intentando hacer las cosas bien.”

“A mi yo de antes le aconsejaría no se quede solo. Que siempre hay alguien dispuesto a escuchar, aunque no pueda resolverte el problema. A veces alcanza con que alguien te diga “no bajes los brazos””.

(varón, 40 años, trayectoria de exclusión acumulativa, encarcelamiento, trauma y consumo problemático)



Procesos frágiles, avances reales

- Los relatos muestran que la recuperación no es lineal.
- Existen avances, retrocesos, momentos de estabilidad y de mayor vulnerabilidad.
- La fragilidad no implica ausencia de cambio.
- Sostener transformaciones requiere tiempo, apoyo y oportunidades permanentes.
- Lo que también aparece en las entrevistas:
 - Temor por recaer
 - Miedo a volver a la calle
 - Soledad
 - Incertidumbre sobre el futuro

"Hay días en los que avanzo y otros en los que vuelven los miedos. La diferencia es que ahora no tengo que enfrentarlos solo" (varón, 51 años, trayectoria prolongada de calle, consumos problemáticos y recuperación en dispositivo comunitario)

"Recuperarse es aprender a seguir adelante con una historia que todavía duele."
(mujer, 53 años, trayectoria atravesada por violencia, pérdidas traumáticas y consumo problemático)



Volver a construir una vida

- Los procesos de recuperación observados en las entrevistas continúan atravesados por desafíos cotidianos, incertidumbre y recuerdos dolorosos.
- La estabilidad habitacional, los vínculos recuperados o la interrupción del consumo no eliminan automáticamente años de pérdidas, violencia o sufrimiento.
- Sin embargo, los relatos muestran que es posible construir nuevas formas de habitar la propia historia. La recuperación implica seguir avanzando aun cuando persisten dificultades, temores y momentos de fragilidad.
- La recuperación **no supone únicamente abandonar la calle o los consumos**. También implica desprenderse de formas de vida, vínculos y modos de adaptación contruidos durante tiempo.

La recuperación consiste en construir una nueva etapa de la vida a partir de la propia experiencia

Volver a construir una vida

"Todavía hay días en los que duele recordar todo lo que perdí. Pero ahora también hay cosas por las que vale la pena seguir adelante."

(varón, 51 años, trayectoria prolongada de situación de calle, consumos problemáticos y recuperación)

"Pensé que ya no podía cambiar. Hoy no diría que llegué a ningún lado, pero sí que estoy caminando en otra dirección."

(mujer, 53 años, trayectoria atravesada por violencia, pérdidas y consumo problemático)

La reconstrucción también transforma la identidad

- Muchas personas describieron cambios en la forma de verse a sí mismas.
- Recuperar una identidad positiva fue tan importante como acceder a una vivienda, un tratamiento o un trabajo.
- La recuperación implicó volver a reconocerse como personas valiosas, capaces de construir vínculos, tomar decisiones y desarrollar proyectos propios. A lo largo del proceso reaparecieron la autoestima, el sentido de utilidad, la confianza y la posibilidad de imaginar nuevos roles para sí mismos.
- Las personas comenzaron a verse menos desde la exclusión y más desde nuevos roles: trabajador, estudiante, madre, padre, compañero o referente comunitario.
- La recuperación no solo transforma las condiciones de vida. También transforma la forma en que las personas se comprenden a sí mismas.

"Volví a sentirme una persona, no solamente alguien que sobrevivía día por día."

(mujer, 53 años, trayectoria atravesada por violencia, pérdidas traumáticas y consumo problemático)

Conclusiones

La situación de calle prolongada es el resultado de procesos acumulativos de exclusión.

La recuperación es posible, pero suele ser lenta, frágil y no lineal.

Los cambios observados emergen de la interacción entre recursos personales, vínculos significativos, acompañamiento institucional y oportunidades concretas de inclusión social.

Persisten riesgos de recaída, soledad y retorno a la calle.

La reconstrucción subjetiva requiere oportunidades concretas de inclusión social

La recuperación no borra el pasado. Pero puede abrir la posibilidad de construir un futuro distinto.

"Durante mucho tiempo pensé que mi historia ya estaba escrita. Hoy sigo teniendo problemas, pero volví a creer que puedo construir algo distinto."

(varón, 45 años, institucionalización temprana, violencia intrafamiliar y consumo problemático)

Ficha Técnica

Participantes: 13 personas con trayectorias prolongadas de situación de calle y experiencias de consumos problemáticos de sustancias

Localización: participantes provenientes de CABA y distintos municipios del Conurbano Bonaerense.

Vinculación institucional: reclutamiento a través de dispositivos sociocomunitarios vinculados a los Hogares de Cristo.

Tipo de muestra: muestreo intencional, orientado a incluir trayectorias heterogéneas en términos de tiempo en calle, institucionalización, consumos y procesos de recuperación.

Estrategia metodológica: investigación cualitativa exploratoria, basada en entrevistas en profundidad centradas en historias de vida y analizada mediante Análisis Temático Reflexivo.

Trabajo de campo: mayo – junio 2026



www.uca.edu.ar/observatorio



observatorio_deudasocial@uca.edu.ar



@ODSAUCA



@odsa_uca



PARTICIPANDO TODOS
PROYECTAMOS EL FUTURO
de las raíces a los frutos

Números de Contacto:

ODSA: Tel.: (+54-11)-7078-0615

Prensa, Natalia Ramil: 0810-2200-822 Int.2814

Cel: 11-6357-6293



Observatorio
de la Deuda
Social Argentina