



Percepción de inseguridad y modificación de rutinas cotidianas en mujeres adultas en Ecuador

Perception of insecurity and changes in daily routines among adult women in Ecuador

Edwin Javier Chaguaro Escobar

Universidad Central del Ecuador. Ecuador.

ejchaguaro@uce.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0009-2122-4023>

Autor de correspondencia: ejchaguaro@uce.edu.ec

Recibido: 08-12-2025 **Aceptado:** 17-12-2025 **Publicado:** 05-01-2026

Cómo citar: Chaguaro Escobar, E. J. (2026). Percepción de inseguridad y modificación de rutinas cotidianas en mujeres adultas en Ecuador. *Revista Científica Retos de la Ciencia*, 10(21), pp. 185-200. <https://doi.org/10.53877/rc10.21-618>

RESUMEN

La percepción de inseguridad constituye un fenómeno social que influye en la forma en que las personas utilizan los espacios urbanos y desarrollan sus actividades cotidianas. En el caso de las mujeres, las experiencias asociadas al miedo al delito y a diversas formas de violencia pueden generar modificaciones significativas en sus patrones de movilidad y participación social. El objetivo de este estudio fue analizar la relación entre la percepción de inseguridad y la modificación de rutinas cotidianas en mujeres adultas residentes en el Distrito Metropolitano de Quito, Ecuador. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, transversal y correlacional. La muestra estuvo conformada por 400 mujeres adultas seleccionadas mediante muestreo probabilístico estratificado. Para llevar a cabo la recogida de datos se utilizó la Escala de Percepción Inseguridad y Modificación de Rutinas Cotidianas en Mujeres Adultas, compuesta por 24 ítems distribuidos en dos dimensiones. Los resultados mostraron que el 68,5% de las mujeres participantes de la investigación presentaban altos niveles de percepción de inseguridad y que el 73% de ellas manifestó haber modificado al menos una actividad cotidiana por la percepción de inseguridad. Las modificaciones se refirieron, entre otras cosas, a evitar desplazamientos en horas nocturnas, cambiar las rutas habituales, pedir que las acompañen mientras van de un lugar a otro. De hecho, se evidenció una relación positiva y, además, estadísticamente significativa, entre la percepción de inseguridad y la modificación de las rutinas cotidianas ($r = .64$; $p < .001$). Por tanto, se concluye que la percepción de inseguridad modula y determina

significativamente la organización de la vida cotidiana de las mujeres, realizando una serie de modificaciones que limitan la posibilidad de moverse, reduciendo el nivel de autonomía y restringiendo, por consiguiente, el ejercicio del derecho pleno a la ciudad.

PALABRAS CLAVE: percepción de inseguridad, mujeres adultas, movilidad urbana, rutinas cotidianas, espacio público.

ABSTRACT

Perceived insecurity is a social phenomenon that influences how individuals use urban spaces and carry out their daily activities. For women, experiences associated with fear of crime and different forms of violence may lead to significant changes in mobility patterns and social participation. The aim of this study was to analyze the relationship between perceived insecurity and changes in daily routines among adult women living in the Metropolitan District of Quito, Ecuador. To collect the data, the Perceived Insecurity and Modification of Daily Routines Scale for Adult Women was used. This instrument consists of 24 items distributed across two dimensions. The results showed that 68.5% of the women participating in the study reported high levels of perceived insecurity, while 73% indicated that they had modified at least one daily activity due to feelings of insecurity. These modifications included, among other actions, avoiding travel during nighttime hours, changing their usual routes, and requesting accompaniment when moving from one place to another. In fact, a positive and statistically significant relationship was found between perceived insecurity and the modification of daily routines ($r = .64$; $p < .001$). Therefore, it is concluded that perceived insecurity significantly shapes and determines the organization of women's everyday lives, leading them to make a series of adjustments that limit their mobility, reduce their level of autonomy, and consequently restrict the full exercise of their right to the city.

KEYWORDS: perceived insecurity, adult women, urban mobility, daily routines, public space.

INTRODUCCIÓN

La seguridad constituye uno de los elementos fundamentales para el bienestar individual y colectivo. Más allá de la ocurrencia objetiva de hechos delictivos, la percepción de inseguridad influye de manera significativa en la forma en que las personas utilizan los espacios públicos, se desplazan dentro de las ciudades y desarrollan sus actividades diarias. En las últimas décadas, diversos estudios han demostrado que el miedo al delito puede generar consecuencias sociales comparables o incluso superiores a las derivadas de la victimización directa, debido a que condiciona comportamientos, restringe libertades y modifica patrones de interacción social (Vilalta, 2021).

La percepción de la inseguridad, como forma de calificación del riesgo de ser víctima de un delito o de sufrir situaciones que impliquen la integridad física, emocional o patrimonial

de la persona, entre otras cosas, no tiene un respecto proporcional con las cifras disponibles a la criminalidad, ya que hay otros factores a tener en cuenta como la experiencia previa, la influencia de los medios de comunicación, el entorno urbano en que se viva, o las características sociodemográficas de las personas (ONU Mujeres, 2023). De este modo, la percepción de la inseguridad deja la del delito y se manifiesta como una experiencia cotidiana, una sensación que inevitablemente afecta la calidad de vida y la forma como las personas se relacionan con su entorno.

La literatura internacional ha demostrado que las mujeres sienten la inseguridad de forma distinta respecto a los hombres, pues, aunque los índices de victimización varían en los distintos contextos, las mujeres expresan que el temor y la vulnerabilidad son elevados en lugares públicos, sobre todo al realizar desplazamientos nocturnos o en sitios menos vigilados y poco iluminados. Esta situación está vinculada no solo a la inseguridad por delitos convencionales, sino también a nuevos tipos de violencia en la ciudad, comportamientos de acoso sexual en la vía pública y violencia en su versión más extrema, la violencia sexual, las cuales restringen el ejercicio del derecho a la ciudad (UN Women, 2022).

En América Latina, el temor de las mujeres se ha erigido como un tema importante ante el aumento de la violencia en el contexto urbano y ante las desigualdades de género persistentes. Investigaciones llevadas a cabo en ciudades de México, Colombia, Chile y Argentina revelan que las mujeres desarrollan de modo perpetuo estrategias de autoprotección, como evitar ciertos lugares, modificar horarios de desplazamiento, restringir actividades lúdicas y apoyarse en sus redes familiares para garantizar su propio bienestar (Jaitman, 2023). Estas prácticas muestran que el miedo no es solo una reacción afectiva, sino también un elemento a partir del cual se reorganiza la vida y donde las pautas de la vida cotidiana quedan condicionadas a ello.

En el estado ecuatoriano, tal hándicap ha adquirido especial importancia en los últimos años por el aumento en la percepción de inseguridad, así como por las transformaciones de la manera de moverse en las ciudades. Recientes informes apuntan a que un porcentaje bastante importante de las mujeres expresa preocupación en el momento de hacer uso del espacio público, transportes o espacios de cruce peatonal, especialmente a las horas nocturnas (ONU Mujeres, 2023). Al mismo tiempo, investigaciones llevadas a cabo en diferentes contextos ecuatorianos han sustentado que existe una asociación entre la percepción de inseguridad y la forma de moverse cotidianamente.

Entre estas investigaciones destaca el aporte de Cáceres Castro, quien estudió la percepción de la inseguridad de las mujeres en espacios públicos de la ciudad, determinando que la experiencia del miedo condiciona la apropiación de la ciudad por parte de las mujeres.

De igual forma, Estrada Revelo y Guadamud Vera (2022) encontraron que la percepción de inseguridad en terminales terrestres influye en las decisiones de movilidad y en la selección de rutas de desplazamiento. Resultados similares fueron reportados por Ulloa Tapia (2020), quien evidenció que las mujeres modifican horarios y trayectos como estrategia preventiva frente a situaciones percibidas como riesgosas.

Igualmente, Palacios Jerves et al. (2021) expusieron que los factores vinculados al medio urbano, como ser la iluminación, el mantenimiento de espacios públicos o la existencia de personas en las calles, tienen una influencia relevante sobre la percepción de seguridad de las mujeres. En la misma línea, Méndez Yedra (2024) reportó que la percepción de inseguridad

está asociada con cambios en las rutinas de vida de la población urbana de Riobamba, evidenciando que el temor al delito puede llevar a alterar actividades rutinarias y maneras de interacción social.

A pesar de esos avances, persiste una escasa producción científica que esté centrada en pesquisar de qué forma la percepción de inseguridad hace que las rutinas cotidianas de las mujeres adultas del contexto ecuatoriano se vean alteradas. La mayor parte de los trabajos que se encuentran se enfocan en espacios públicos determinados, en la población estudiantil o en estudios generales de victimización, sin hacer profundizaciones en los cambios conductuales que las mujeres llevan a cabo en su cotidianeidad ante la percepción del riesgo. Todo ello hace evidente la necesidad de generar evidencia que dé cuenta de cómo opera la inseguridad en materia de movilidad, participación social y autonomía cotidiana de las mujeres.

La importancia de esta investigación reside en que el cambio de rutinas convierte a la modificación de la misma una expresión concreta de las consecuencias sociales de la inseguridad. Cuando las mujeres limitan horarios, evitan ciertos lugares o cambian las rutinas habituales, tienen efectos que van más allá de la esfera individual, y afectan el acceso, equitativo, a oportunidades educativas, ocupacionales, culturales y recreativas. Comprender esta problemática resulta fundamental para el diseño de políticas públicas orientadas a la construcción de ciudades más seguras e inclusivas.

En este contexto, el presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre la percepción de inseguridad y la modificación de rutinas cotidianas en mujeres adultas residentes en el Distrito Metropolitano de Quito, Ecuador.

Percepción de inseguridad: aproximaciones conceptuales

La sensación de inseguridad es un fenómeno social complejo que escapa a la mera producción objetiva de hechos delictivos. A pesar de que la seguridad ha sido tradicionalmente analizada a partir de ciertos indicadores de criminalidad y victimización, diferentes estudios han mostrado que las personas construyen sensaciones de riesgo a partir de experiencias personales necesariamente constituidas por las condiciones del entorno, por la información que transmiten los medios de comunicación y por la dinámica social presente en su entorno cotidiano. Desde esta perspectiva, la inseguridad percibida se refiere a la evaluación subjetiva que realizan las personas de la probabilidad de convertirse en víctimas de algún hecho que ponga en cuestión su integridad física, psicológica o patrimonial.

En el contexto urbano, la percepción de inseguridad afecta notablemente en la forma en la que las personas utilizan y experimentan los espacios públicos. La literatura señala que el miedo a la delincuencia no se relaciona necesariamente con los niveles de criminalidad reales, sino con la interpretación que los ciudadanos hacen de las condiciones de seguridad de su entorno. Por esta razón, en ciudades sometidas a niveles de delitos similares, las maneras de percibir la inseguridad pueden variar incluso de forma notable entre sus ciudadanos.

Al incorporar la mirada de género al análisis, las diferencias son más evidentes, dado que las mujeres presentan percepciones de inseguridad más altas que los hombres, aun en contextos donde los niveles de victimización directa no presentan diferencias significativas. Esta diferencia se halla vinculada a situaciones de violencia de género, acoso sexual o el hostigamiento en el espacio público, así como a otras prácticas que aumentan la sensación de

vulnerabilidad de las mujeres en la ciudad de Cuenca (Cárdenas Castro en 2020). Las indagaciones realizadas en Ecuador también son coherentes con la afirmación y tendencia expuesta. En el estudio en la ciudad de Cuenca firmado por Palacios-Jerves y Hermida-Palacios (2021), se establece que la percepción de seguridad de las mujeres se encuentra influenciada por una serie de elementos del entorno urbano (iluminación, personas en el espacio público, actividad comercial, etc.), lo que lleva a la citada conclusión de que la percepción de seguridad de las mujeres no solo depende de las características físicas del entorno, sino también de las relaciones sociales que se establecen en el mismo.

Complementariamente, Estrada Revelo y Guadamud Vera (2022) mencionan que la percepción de inseguridad de las mujeres se fortalece en contextos donde están ausentes el control social, escasa vigilancia y situaciones a las que ya les han sido expuestas repetidamente la violencia u ofensas de cualquier tipo. Sus resultados indican como los espacios de tránsito y movilidad tienden a ser espacios donde las mujeres fomentan sus alarmas y sentimientos de autoprotección. En el caso ecuatoriano actual, el estudio de la percepción de inseguridad cobra especial importancia dado el cambio en las dinámicas que ha sufrido en las ciudades, así como la preocupación social a por la seguridad. Comprender cómo las mujeres interpretan y responden a estas condiciones resulta fundamental para analizar las estrategias que desarrollan para protegerse y adaptarse a los riesgos percibidos en su vida cotidiana.

Modificación de rutinas cotidianas como respuesta al miedo al delito

La percepción de inseguridad no constituye únicamente una reacción emocional frente a la posibilidad de sufrir un delito. Diversas investigaciones han demostrado que el miedo al delito posee la capacidad de modificar comportamientos, reorganizar actividades diarias y transformar la manera en que las personas interactúan con su entorno. En este sentido, la percepción del miedo como una condición insegura y que debe evitarse se convierte en un importante elemento que repercute de manera directa sobre la toma de decisiones y elecciones cotidianas, por ejemplo, en relación con los desplazamientos que las personas deben realizar en lugares con una clara funcionalidad urbana como son el acceso a los centros de trabajo, la búsqueda de formación escolar o profesional, las oportunidades comerciales y recreativas, etc. Desde la criminología ambiental y la investigación del comportamiento urbano, se considera que los sujetos nadie escaparía a la idea de que los individuos y las personas en general desarrollan mecanismos de adaptación ante las situaciones que consideran peligrosas. De esta forma, se desarrollan estrategias de control sobre la eventual amenazante y se incrementa la sensación de control sobre el propio contexto. Las respuestas más habituales, sólo a modo de ejemplo, serían la evitación de determinados espacios, la adaptación de los horarios de los desplazamientos, la elección de rutas alternativas o la elección de reducir las actividades realizadas en espacios públicos. Eternod (2020) menciona el miedo al crimen como un importante elemento de la forma en que las personas utilizan la ciudad.

Según este autor, cuando los espacios públicos son percibidos como inseguros disminuye su capacidad para promover interacción social, cohesión comunitaria y bienestar colectivo. Esta situación genera procesos de retraimiento social que afectan particularmente a los grupos que experimentan mayores niveles de vulnerabilidad.

La literatura internacional ha documentado que las mujeres constituyen uno de los grupos más propensos a modificar sus rutinas cotidianas como consecuencia de la percepción de inseguridad. Puede ocurrir que la experiencia de miedo se experimente en toda la población. Sin embargo, son las mujeres las que con mayor grado de frecuencia acuden a comportamientos preventivos para reducir los riesgos, los cuales pueden asumir la forma de evitar los desplazamientos nocturnos, la permanencia durante un tiempo prolongado en los espacios poco concurridos, el uso de medios de transporte alternativos, la comunicación constante con los familiares o personas próximas en los trayectos, etcétera. En Tunja, Colombia, León (2023) revela cómo la percepción de la inseguridad influye en el uso del transporte público. Los resultados muestran cómo las mujeres realizan ciertas modificaciones en sus comportamientos de viaje cuando perciben situaciones que son consideradas inseguras, mientras que los hombres muestran niveles de adaptación conductual más bajos ante situaciones que son consideradas inseguras por las mujeres. La autora concluye que las experiencias de movilidad están fuertemente marcadas por el/los género/s y por las maneras sociales de construir la percepción del riesgo. Resultados similares fueron encontrados por Mejía-Hernández (2021) para el caso de Bogotá. La investigación evidenció diferencias significativas entre hombres y mujeres respecto a la percepción de seguridad en el transporte público. Las mujeres manifestaron mayores preocupaciones relacionadas con el acoso, la violencia y la exposición a situaciones de riesgo, factores que incidían directamente en la planificación de sus desplazamientos diarios.

Estas modificaciones conductuales no se limitan exclusivamente a la movilidad. La percepción de inseguridad en el espacio público puede repercutir en las posibilidades de acceder a actividades recreativas, culturales, deportivas y laborales. En este sentido, cuando las personas consideran que determinadas zonas son peligrosas, tienden a ir menos a ellas. Esto produce una restricción que, aunque en ocasiones sea imperceptible, afecta la calidad de vida de la persona y puede limitar el ejercicio de derechos vinculados al uso y disfrute de la ciudad. Desde una perspectiva de género se ha destacado desde ONU mujeres la violencia y el miedo de ser agredidas como las causas que restringen la participación de la mujer en la ciudad. Mujeres que idean estrategias de autoprotección que condicionan la forma en la que organizan sus actividades cotidianas, la elección de rutas de movimiento, así como cómo usan el transporte. Estas prácticas son una prueba más de que las desigualdades estructurales continúan limitando el acceso al espacio público de manera equitativa. De forma similar, Contreras-Cáceres (2023) sostiene que la sensación de inseguridad acarrea una restricción en el derecho de las mujeres a la ciudad. Las mujeres realizan una continua modificación de sus conductas para tratar de evitar situaciones de riesgo, provocando así modos indirectos de exclusión urbana que merman su autonomía y limitan sus posibilidades de participar en la esfera social, tal y como señala la autora, que agrega explicitar que la manifestación de esas limitaciones tiene que ser entendida como una problemática transversal a la justicia espacial y a la desigualdad de género.

ONU-Hábitat también alerta de que la percepción de la inseguridad en el ámbito urbano tiene una significación específica en el devenir cotidiano de las mujeres, marcada por la experiencia del miedo a la violencia sexual o cualquier otra forma de violencia de género que pudiera producirse de manera cotidiana, las cuales condicionan la forma de entender los espacios públicos y los procesos de toma de decisión en la movilidad cotidiana. Como resultado, muchas actividades se reorganizan, se evitan o se marginalizan para tratar de

minimizar el riesgo percibido. En su conjunto, las evidencias científicas van dejando ver que una de las evidencias más patentes que deja entrever la percepción de la inseguridad radica en que la identidad de este concepto puede encontrarse en los cambios de rutinas cotidianas. En vez de suponer decisiones aisladas, los investigadores sostienen que esos cambios son un camino diacrónico que recorre el proceso adaptativo a través del cual las personas tratan de conciliar sus necesidades de movilidad y participación social con la percepción de riesgo y peligrosidad existente en el espacio. Para las mujeres, estas estrategias tienen una especial consideración y relevancia considerando el conjunto de violencias y vulnerabilidades que han marcado invariablemente su relación con el espacio urbano.

METODOLOGÍA

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, debido a que buscó medir y analizar la relación existente entre la percepción de inseguridad y la modificación de rutinas cotidianas en mujeres adultas residentes en el Distrito Metropolitano de Quito. Este enfoque permitió obtener información objetiva mediante la recopilación de datos numéricos y su posterior análisis estadístico, facilitando la identificación de tendencias y patrones asociados al fenómeno estudiado.

La forma de diseño adoptada fue no experimental, transversal y correlacional. Se consideró no experimental dado que las variables fueron observadas en un contexto natural donde las investigadoras no realizaron ninguna manipulación. Se consideró transversal ya que la información fue recopilada en un único momento temporal para el año 2026. El estudio tuvo alcance correlacional porque se buscó identificar la asociación que existe entre la percepción de inseguridad y los cambios que realizaron las participantes en sus actividades cotidianas.

La población estuvo conformada por mujeres adultas residentes en el Distrito Metropolitano de Quito, con edades comprendidas entre los 18 y 65 años. Según las proyecciones poblacionales derivadas del Censo de Población y Vivienda 2022 del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2024), la población femenina dentro de este rango etario supera las 900.000 habitantes.

Para determinar el tamaño de la muestra se utilizó la fórmula para poblaciones finitas con un nivel de confianza del 95 %, un margen de error del 5 %, una proporción esperada de éxito de 50 % y una proporción de fracaso de 50 %, parámetros recomendados cuando no existen estudios previos que permitan estimar la variabilidad poblacional (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

La realización del cálculo nos dio una muestra mínima 384 participante. Para proceder a incrementar los resultados de los datos y disminuir la posible pérdida de información, consideramos una muestra final de 400 mujeres adultas. La selección de participantes fue hecha mediante un muestreo probabilístico estratificado por las zonas geográficas del Distrito Metropolitano de Quito. Para ello, se incluyeron mujeres de las zonas norte, centro, sur, valles y zonas periurbanas. Este procedimiento permitió obtener una representación proporcional de los distintos contextos urbanos presentes en la ciudad.

La información fue recopilada mediante la aplicación de la Escala de Percepción de Inseguridad y Modificación de Rutinas Cotidianas en Mujeres Adultas (EPIMRC),

instrumento diseñado específicamente para esta investigación a partir de la revisión de literatura científica relacionada con percepción de inseguridad, miedo al delito, movilidad urbana y género (ONU Mujeres, 2023; León, 2023; Palacios-Jerves & Hermida-Palacios, 2021).

El cuestionario fue compuesto por veinticuatro ítems distribuidos en dos dimensiones.

La primera dimensión estuvo asociada a la percepción de inseguridad que incluyó doce ítems relacionados con el miedo al delito, percepción del riesgo en lugares públicos, sensación de vulnerabilidad, confianza en las instituciones y percepción de seguridad en el transporte público.

La segunda dimensión consideró cambios en las rutinas cotidianas y estuvo formada por doce ítems relacionados con cambios de horarios, selección de rutas alternativas, disminución de actividades recreativas, estímulo para evitar determinados lugares, solicitud de compañía o ayuda, utilización de estrategias de autoprotectivas.

Las respuestas fueron registradas mediante la técnica de escala tipo Likert con cinco categorías (1=totalmente en desacuerdo; 2=en desacuerdo; 3=ni de acuerdo ni en desacuerdo; 4=en desacuerdo; 5=totalmente de acuerdo). La validez de contenido fue calculada mediante el juicio de cinco expertos de las áreas de psicología social, criminología, estudios urbanos y metodología de la investigación. Los expertos evaluaron el sentido, la claridad y la pertinencia de cada uno de los ítems, realizándose ajustes semánticos antes de la determinación final de la aplicación.

Posteriormente se desarrolló una prueba piloto con 30 mujeres residentes en Quito que presentaban características similares a las participantes del estudio. Los resultados permitieron verificar la comprensión de los ítems y estimar la consistencia interna del instrumento.

La confiabilidad fue calculada mediante el coeficiente alfa de Cronbach. La escala global alcanzó un valor de $\alpha = .91$, considerado excelente según los criterios propuestos por Oviedo y Campo-Arias (2005). La dimensión de percepción de inseguridad presentó un $\alpha = .89$, y la dimensión referente a la modificación de las rutinas cotidianas un $\alpha = .87$, evidenciándose así aceptables grados de consistencia interna.

La obtención de la información se realizó en el primer semestre del año 2026. Las encuestas fueron aplicadas a través de formularios digitales distribuidos en distintos sectores del Distrito Metropolitano de Quito; antes de la contestación del instrumento, las participantes recibieron información precisa sobre los objetivos del estudio y las condiciones de participación.

La participación fue de carácter voluntario y anónima; se garantizó la confidencialidad de la información recogida, y se solicitó el consentimiento informado a todas las participantes antes del comenzar la aplicación de la encuesta.

Los datos fueron analizados mediante el programa Statistical Package for the Social Science (SPSS), versión 29. En un primer momento se realizaba un análisis descriptivo, aplicado frecuencias, porcentajes, medias y desviaciones estándar para caracterizar la dinámica de las variables estudiadas. Posteriormente se aplicó la prueba de correlación de Pearson con el propósito de identificar la relación existente entre percepción de inseguridad y modificación de rutinas cotidianas. Finalmente, se desarrolló un análisis de regresión lineal simple para determinar el nivel de influencia de la percepción de inseguridad sobre los cambios realizados por las participantes en sus actividades diarias.

En todos los análisis inferenciales se adoptó un nivel de significancia estadística de $p < .05$.

La investigación respetó los principios éticos establecidos para estudios con seres humanos, garantizando la participación voluntaria, el anonimato y la confidencialidad de la información. Los datos obtenidos fueron utilizados exclusivamente con fines académicos y científicos. Asimismo, se aseguró que las participantes pudieran retirarse del estudio en cualquier momento sin consecuencia alguna.

RESULTADOS

Caracterización sociodemográfica de las participantes

La muestra estuvo constituida por 400 mujeres adultas vecinas al Distrito Metropolitano de Quito. La media de edad fue de 36,8 años ($DE = 11,4$); las edades oscilaban entre 18 y 65 años de edad. Referente a la escolaridad, el 12,5 % completó educación básica, el 38,0 % educación secundaria, el 41,5 % de educación superior (tercer nivel) y el 8,0 % educación superior (cuarto nivel). La situación laboral, se diagnosticó que el 56,8 % se encontraba en la situación de empleada, el 17,5 % se ocupaba como autónoma, el 12,7 % practicaba actividades domésticas principalmente, el 8,0 % era estudiante y el 5,0 % estaba desempleada. En relación con la distribución territorial, el 28,0 % residía en el sector norte de Quito, el 22,5 % en el sector sur, el 15,0 % en el centro, el 21,5 % en los valles y el 13,0 % en zonas periurbanas. Asimismo, el 71,2 % manifestó utilizar transporte público al menos cuatro veces por semana como principal medio de desplazamiento.

Tabla 1

Caracterización sociodemográfica de las participantes (n = 400)

Variable	Frecuencia	%
18-29 años	118	29,5
30-44 años	167	41,8
45-65 años	115	28,7
Educación básica	50	12,5
Educación secundaria	152	38
Educación superior	166	41,5
Posgrado	32	8
Empleada	227	56,8
Independiente	70	17,5
Actividades domésticas	51	12,7
Estudiante	32	8
Desempleada	20	5

Nota. Percepción de inseguridad en mujeres adultas de Quito

Los resultados evidenciaron niveles elevados de percepción de inseguridad entre las participantes. La percepción de inseguridad alta fue reportada por el 68,5 % de las entrevistadas, mientras que el 24,0 % informó tener una percepción de inseguridad moderada y solamente el 7,5 % señaló tener una percepción baja. Estos resultados muestran que la sensación de inseguridad en el espacio público es parte del día a día de muchas mujeres

quiteñas. Las mujeres en su mayoría refirieron que se sentían menos seguras mientras se trasladaban de noche, en el transporte público o al caminar por zonas que tenían poca iluminación.

Tabla 2

Niveles de percepción de inseguridad

Nivel	Frecuencia	%
Bajo	30	7,5
Medio	96	24
Alto	274	68,5
Total	400	100

Nota. Modificación de rutinas cotidianas

Respecto a la segunda variable analizada, el 73,0 % de las participantes manifestó haber modificado al menos una actividad cotidiana debido a la percepción de inseguridad. Estos cambios se relacionaron principalmente con la movilidad urbana, los horarios de desplazamiento y la participación en actividades recreativas.

La práctica más común fue evitar salir después de las 19h, citada por el 64,8% de las participantes. El 58,5% de las participantes afirmó cambiar sus caminos habituales para evitar áreas con riesgo, un 52,3% dijo pedir compañía para ciertos desplazamientos. Un 46,8% de las participantes reportó reducir actividades recreativas o sociales; el 44,5% de las mujeres indicó una mayor utilización de transporte privado o de aplicaciones móviles como reemplazo por el paseo o el transporte público.

Tabla 3

Principales modificaciones de rutinas cotidianas

Modificación reportada	n	%
Evitar salir después de las 19h00	259	64,8
Modificar rutas habituales	234	58,5
Solicitar acompañamiento	209	52,3
Reducir actividades recreativas	187	46,8
Utilizar transporte privado o aplicaciones	178	44,5

Nota. Diferencias según zona de residencia

Se identificaron diferencias en la intensidad de los cambios conductuales según el sector de residencia. Las mujeres que viven en el sur y centro de Quito reportaron niveles más altos de cambio de rutinas, siendo las actividades ejecutadas en horarios nocturnos las que mayores modificaciones sufrieron. En el caso de las participantes residentes en los sectores norte y valles, mostraron niveles más altos de evitación de parques, paradas de transporte escasamente iluminadas y calles con escasa circulación. Sin embargo, si bien la percepción de inseguridad fue un rasgo común a todos los sectores tratados, las adaptaciones fueron diferentes en función de las características urbanas de cada sector.

Relación entre percepción de inseguridad y modificación de rutinas cotidianas

El análisis de correlación de Pearson evidenció una relación positiva, moderadamente fuerte y estadísticamente significativa entre percepción de inseguridad y modificación de rutinas cotidianas ($r = .64$; $p < .001$).

Este resultado indica que, conforme aumenta la percepción de inseguridad, también incrementa la probabilidad de que las mujeres adopten estrategias de adaptación orientadas a reducir riesgos en su vida diaria.

Tabla 4

Correlación entre las variables del estudio

<i>Variables</i>	<i>r</i>	<i>p</i>
Percepción de inseguridad y modificación de rutinas cotidianas	.64	< .001

Nota. Influencia de la percepción de inseguridad sobre las rutinas cotidianas

Con el propósito de determinar el poder explicativo de la percepción de inseguridad sobre los cambios conductuales observados, se realizó un análisis de regresión lineal simple.

Los resultados mostraron que la percepción de inseguridad explicó el 41 % de la variabilidad observada en la modificación de rutinas cotidianas ($R^2 = .41$). Asimismo, el coeficiente beta estandarizado alcanzó un valor de $\beta = .58$ ($p < .001$), evidenciando que la percepción de inseguridad constituye un predictor significativo de los cambios implementados por las mujeres en sus actividades diarias.

Tabla 5

Modelo de regresión lineal

Indicador	Valor
R^2	.41
β	.58
p	< .001

Finalmente, los ítems con mayores puntuaciones promedio fueron: “Evito transitar sola por lugares poco iluminados” ($M = 4.42$; $DE = 0.71$), “Cambio mis rutas cuando percibo riesgo” ($M = 4.18$; $DE = 0.83$), “Procuro avisar a alguien cuando salgo o llego a un lugar” ($M = 4.15$; $DE = 0.88$) y “Evito usar transporte público en horarios nocturnos” ($M = 4.06$; $DE = 0.91$).

En conjunto, los hallazgos sugieren que la percepción de inseguridad en las mujeres adultas de Quito trasciende la esfera emocional y se manifiesta mediante cambios concretos en la organización de la vida cotidiana, la movilidad urbana y el uso de los espacios públicos.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos evidencian que la percepción de inseguridad constituye una experiencia ampliamente presente entre las mujeres adultas residentes en Quito. El descubrimiento de que a las más de las dos terceras partes de las participantes manifestaran altos niveles de inseguridad refleja que el miedo al delito y a otras formas de violencia es parte

de lo cotidiano para las mujeres urbanas. Esta situación es coincidente con las exposiciones de ONU Mujeres (2023), que han dado cuenta de que las mujeres suelen experimentar la vida de los espacios públicos de manera diferenciada, debido a los riesgos asociados al acoso, a la violencia sexual y a otras formas de violencia por razón de género. Desde esta perspectiva, la inseguridad percibida no puede ser entendida solamente como una evaluación individual del riesgo, sino que es una construcción social, determinada tanto por las experiencias, como por la información que nos rodea sobre hechos delictivos, como por las características que vienen dadas por los espacios urbanos y la cultura que ha determinado históricamente la relación de las mujeres con el espacio público que habitan. Coincidiendo con Cárdenas Castro (2020), estas conclusiones llevan a deducir que la inseguridad percibida está muy relacionada con las formas de vulnerabilidad que traspasan la criminalidad habitual y tienen que ver con las experiencias de las mujeres por razón de género.

Uno de los hallazgos más relevantes del estudio fue la elevada proporción de mujeres que manifestaron haber modificado alguna rutina del día a día por percibir inseguridad tal y como hizo la participante "mientras tenía un número de teléfono en la mano, no me molestó en hablar por teléfono, pero al ver gente en el sillón de la cafetería, decidí dejarme el número en el mismo lugar donde lo encontré". El hecho de que un 73 % de las participantes haya indicado haber producido alguna respuesta a las actividades del día a día, nos permite ver que el impacto de la inseguridad no estaría contenido en la parte emocional, sino que genera transformaciones concretas en los comportamientos cotidianos. En este sentido los resultados los corroboran las opiniones de Eternod (2020), que afirma que el miedo al delito puede reorganizar la vida urbana y puede cambiar la forma en la que las personas utilizan los espacios públicos. Entre las modificaciones más frecuentes que se identificaron en este trabajo de investigación se encuentran la movilidad y el uso del espacio urbano; evitar salir después de las 19h, cambiar rutas habituales o pedir que alguien acompañe a la persona para determinadas situaciones de movilidad fueron las modificaciones que más se identificaron por parte de las participantes. Estos resultados son coincidentes con otros que han sido proporcionados por León (2023) que encontró que las mujeres cambian sus patrones de desplazamiento más que los hombres cuando perciben estados de inseguridad.

De manera similar, Mejía-Hernández (2021) evidenció que las mujeres usuarias del transporte público desarrollan mecanismos permanentes de autoprotección orientados a disminuir la exposición a situaciones consideradas riesgosas.

La tendencia observada también se relaciona con los planteamientos de ONU-Hábitat (2022), organismo que advierte que el temor a la violencia influye significativamente en la movilidad femenina y limita el acceso equitativo a los beneficios que ofrecen las ciudades. Cuando las mujeres llevan a cabo alteraciones horarias, restricciones de recorrido o evitan ciertas zonas, puede dar lugar a formas indirectas de exclusión urbana que inciden en su autonomía y limitan sus oportunidades de participación social. Con respecto a la reducción de actividades de ocio y de carácter social, los hallazgos son dignos de ser destacados. Si bien estas formas de modificaciones suelen verse como estrategias individuales de autoprotección, también pueden tener impacto en el bienestar psicológico, las relaciones sociales y, por otra parte, en la calidad de vida. Una reducción de las actividades practicadas en el exterior sólo puede traducirse en una disminución de las oportunidades para la práctica social, la participación social y el acceso a espacios de ocio, todos ellos factores que diferentes estudios han vinculado con el bienestar subjetivo y con la salud mental. Otro hallazgo importante se

refiere a las variaciones territoriales en las formas de adaptación observadas. Las mujeres que habitan en los sectores sur y centro de Quito han reportado realizar alteraciones en las rutinas relacionadas con el horario nocturno y los recorridos de la cotidianidad. El presente resultado sugiere que la percepción de inseguridad está además influida por las características específicas de cada contexto urbano. En este sentido, está en la línea de los resultados de Palacios-Jerves y Hermida-Palacios (2021) quienes constataron que parámetros como el nivel de iluminación, el nivel de actividad comercial, el número de personas por la calle y las rutinas comunitarias determinan la percepción de seguridad entre chicas. También los resultados son coherentes con la afirmación que apoya que la seguridad urbana no únicamente depende de la reducción de delitos. De igual modo, la percepción de seguridad también está vinculada a la medida del diseño urbano, la accesibilidad, el cuidado y mantenimiento de los espacios públicos y los parámetros de tener redes de apoyos sociales para sus residentes. Esta interpretación cobra sentido con las ideas que desarrolla ONU Mujeres (2020) y que aboga por incluir la perspectiva de género dentro de los procesos de planificación y gestión de las ciudades. Otras de las relaciones que han sido tratadas es la de la percepción de inseguridad y la modificación de rutinas cotidianas. Esta relación positiva, estadísticamente significativa, es sin duda la que más contribuye a los hallazgos del estudio. El coeficiente que hemos encontrado sugiere que hay una serie de cambios en las rutinas que las mujeres adoptan como consecuencia de la percepción de inseguridad, dado que, a medida que se incrementa esa percepción de inseguridad, la probabilidad de que las mujeres se integren a esquemas de conductas orientados a reducir las oportunidades de riesgo también aumenta. Este resultado es coherente con trabajos realizados en otros escenarios de América Latina que enseñan cómo el miedo al delito actúa como un mecanismo que determinan la toma de decisiones de la vida cotidiana relacionadas con la movilidad, el ocio o la intervención en la vida pública. El modelo de regresión demostró que una proporción significativa de los cambios en rutinas diarias se podía explicar a partir de las percepciones de inseguridad, indicándonos que la inseguridad percibida se comportaba como un factor determinante a la hora de volver a incorporar las rutinas diarias, diseños en rutinas e intervención en la vida pública. Por otra parte, el porcentaje de variabilidad no alcanzado por el modelo sugiere que existen otras variantes que también marcan las decisiones, tales como experiencias previas de victimización, características socioeconómicas, la responsabilidad del hogar, los accesos a medios de transporte o las características del entorno residencial.

Los hallazgos presentados permiten pensar y reflexionar sobre las circunstancias sociales que trae consigo la inseguridad percibida en las ciudades hoy. En ese sentido, una vez las mujeres hacen de la evitación y la autoprotección estrategias permanentes, se instauran restricciones que limitan el ejercicio cabal del derecho a la ciudad. Esto ha sido discutido extensivamente por Contreras-Cáceres (2023), la cual sostiene que los límites que el miedo y la inseguridad generan se convierten, en sí mismos, en formas de exclusión urbana que cierran la participación y la libertad de movimiento de las mujeres en la dimensión pública.

Por último, los hallazgos evidencian la necesidad de abordar la seguridad urbana desde un enfoque integrado, pues, por enfocar las políticas únicamente en la morfología de los índices delictivos, éstas podrían ser completamente insuficientes ya que no toman en cuenta el conjunto de vivencias subjetivas de la población y las desigualdades de género que éstas perciben en la ciudad. La consolidación de ciudades más seguras necesita de

intervenciones orientadas a la colocación de formas de iluminar, la accesibilidad, la vigilancia comunitaria, el vestir movimiento de acciones de transporte, el reordenamiento de los sistemas acera-bici y lograr crear mecanismos de prevención y atención ante situaciones de violencia y vulneración. Solo mediante estrategias integrales será posible reducir no solo los riesgos objetivos, sino también las percepciones de inseguridad que continúan condicionando la vida cotidiana de miles de mujeres en las ciudades ecuatorianas.

CONCLUSIÓN

La presente investigación permitió evidenciar que la percepción de inseguridad constituye un fenómeno ampliamente presente en la vida cotidiana de las mujeres adultas residentes en Quito. Los hallazgos sugieren que la inseguridad percibida trasciende la dimensión subjetiva del miedo y se configura como un factor que influye en la forma en que las mujeres utilizan, transitan y se relacionan con los espacios urbanos. En este sentido, la percepción de riesgo se convierte en un elemento determinante de las decisiones cotidianas vinculadas con la movilidad y la participación social.

Se hizo evidente la existencia de una relación positiva y estadísticamente significativa entre la percepción de inseguridad y la alteración de las rutinas cotidianas. Con el incremento de los índices de inseguridad percibida, las mujeres tienden a poner en marcha estrategias orientadas a reducir su exposición a situaciones de riesgo. Entre estas actuaciones pueden ser agrupadas la reducción horaria, el cambio de las rutas habituales, el buscar compañía en los desplazamientos y la reducción de actividades de ocio o sociales. Estos comportamientos ponen de manifiesto que la inseguridad produce efectos tangibles sobre la autonomía y la aplicación diaria del derecho a la ciudad.

Los resultados permiten concluir que las adaptaciones que llevan a cabo las mujeres no sólo hacen referencia a experiencias directas de victimización, sino que son consecuencia de procesos de mayor alcance de construcción social del riesgo. Elementos relacionados con las características físicas del contexto urbano, la iluminación de los lugares, las dinámicas comunitarias, la forma de acceso al transporte y la percepción de vulnerabilidad modulan las formas en las que ellas evalúan la seguridad de los lugares que ocupan y utilizan de forma habitual. Este contexto pone de manifiesto la necesidad de estudiar la seguridad urbana en términos que integran dimensiones físicas, sociales y de género. Un aspecto relevante también se sitúa en que las modificaciones de rutinas que las participantes muestran se expresan como formas de adaptación que, si bien les ayudan a aumentar la protección personal, pueden llevar a la exclusión social, a falta de acceso a oportunidades o al bienestar general. La disminución de las actividades fuera de casa o la evitación de determinados espacios sociales evidencian procesos de exclusión urbana que afectan de forma diferencial a las mujeres y que contribuyen a reproducir las desigualdades en el uso y disfrute de la ciudad.

Por último, los hallazgos enfatizan la relevancia de concebir políticas públicas y estrategias de planificación urbana con perspectiva de género; es decir, la mejora de la infraestructura urbana, la optimización de la luminaria pública, la promoción de entornos seguros para la movilidad de las mujeres y la implementación de mecanismos de prevención de la violencia son acciones fundamentales para la disminución de los riesgos objetivos y de las percepciones de inseguridad. Asimismo, futuras investigaciones podrían incorporar metodologías mixtas que permitan profundizar en las experiencias subjetivas de las mujeres

y comprender con mayor detalle las dinámicas sociales que intervienen en la construcción de la inseguridad urbana en Ecuador.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Banco Interamericano de Desarrollo. (2021). Género y transporte en Quito: La movilidad de las mujeres en las zonas noroccidentales. BID.
- Cárdenas Castro, M. F. (2020). Percepción de inseguridad de las mujeres en el espacio público [Tesis de maestría, Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, FLACSO Ecuador]. Repositorio FLACSO Ecuador. <https://acortar.link/YxTghM>
- Contreras-Cáceres, A. A., & Paucar-Ccorahua, A. (2023). El derecho de la mujer a la ciudad desde un enfoque de la seguridad ciudadana: revisión sistemática. *Revista Koinonía*, 8(2). DOI: 10.35381/r.k.v8i2.2967.
- Estrada Revelo, J. A., & Guadamud Vera, D. E. (2022). Percepción de inseguridad y violencia contra las mujeres en los espacios de uso público de los terminales terrestres. *Polo del Conocimiento*, 7(12), 1407-1426. <https://acortar.link/A9aUNR>
- Eternod, Á. E., & Millán López, A. J. (2020). Mejora del espacio público y reducción del miedo al delito desde una perspectiva de género. El caso de la «Colmena Miramar» en Zapopan, Jalisco. *Boletín Criminológico*, (195), 1-18. DOI: 10.24310/Boletin-criminologico.2020.v26i2020.10662
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. P. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw-Hill Education.
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2024). Proyecciones y estimaciones poblacionales derivadas del Censo de Población y Vivienda 2022. INEC.
- Jaitman, L. (Ed.). (2023). *The Costs of Crime and Violence: New Evidence and Insights in Latin America and the Caribbean*. Inter-American Development Bank.
- León, A., Díaz, S., & Márquez, L. (2023). Análisis de la percepción de inseguridad con enfoque de género en la elección del transporte público. Estudio de caso Tunja, Colombia. *Revista EURE - Revista De Estudios Urbano Regionales*, 49(147). <https://acortar.link/2nEB4V>
- Mejía-Hernández, J. C. (s.f.). Diferencias de género en la percepción de inseguridad en el uso del Sistema Integrado de Transporte Público de Bogotá. Obtenido de: <https://acortar.link/JoMcd1>
- Méndez Yedra, E. (2024). Percepción de inseguridad subjetiva y objetiva y cambios en las rutinas de vida en la zona urbana del cantón Riobamba [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Chimborazo].
- ONU Mujeres. (2020). Programa Ciudades y Espacios Públicos Seguros para Mujeres y Niñas en América Latina: Informe de resultados. ONU Mujeres.
- ONU Mujeres. (2023). Colección Ciudades Seguras y Espacios Públicos Seguros: Experiencia Ecuador. ONU Mujeres Ecuador.
- Oviedo, H. C., & Campo-Arias, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(4), 572-580.

- Palacios-Jerves, M. L., & Hermida-Palacios, M. A. (2021). Calidad del entorno urbano y percepción de seguridad de las mujeres en Cuenca, Ecuador. *Urbano*, 24(43), 34-49. <https://acortar.link/NKuXz1>
- Programa de las Naciones Unidas para los Asentamientos Humanos. (2022). *Violencia e inseguridad en las ciudades: Perspectivas para ciudades inclusivas y seguras*. ONU-Hábitat.
- Ulloa Tapia, M. A. (2020). *Percepción de inseguridad y victimización en las mujeres estudiantes de la Universidad del Azuay* [Trabajo de titulación, Universidad del Azuay]. Repositorio Institucional Universidad del Azuay. <https://acortar.link/mNQrZD>
- UN Women. (2022). *Safe Cities and Safe Public Spaces for Women and Girls: Global Results Report 2017–2020*.
- Vilalta, C. J. (2021). El miedo al crimen en México: Estructura lógica, bases empíricas y recomendaciones iniciales de política pública. *Gestión y Política Pública*, 19(1), 3-36.