

IMPACTO PSICOSOCIAL DE LA MIGRACIÓN, ALGUNAS REFLEXIONES

Valencia Obregón Lizbeth Janeth (1), Del Carpio Ovando Perla Shiomara (2)

1 [Escuela de Psicología de Mazatlán, Universidad Autónoma de Sinaloa] | [lizval97@hotmail.com]

2 [Departamento de Estudios Sociales, División de Ciencias Sociales y Administrativas, Campus Celaya-Salvatierra, Universidad de Guanajuato] | [shiomarartesania@gmail.com]

Resumen

Este artículo tiene como objetivo principal el análisis de las repercusiones psicosociales de la migración. El texto se aborda desde dos perspectivas. Por una parte, se analizan las repercusiones psicosociales en el migrante y, por otro lado, se reflexionan respecto a los efectos que este fenómeno tiene en quienes se quedan en sus lugares de origen (hijos y familia, por ejemplo). De igual forma, se exponen los motivos y distintos tipos de migración. Se acude a una metodología cualitativa cuya principal técnica ha sido la revisión documental y el análisis de la literatura. En los resultados se señalan características específicas del estrés y duelo migratorio, sus distintas etapas, sentimientos de ambivalencia, duelos múltiples y otros aspectos que reportan los trabajos de investigación consultados, interesados en conocer el impacto psicosocial de la migración. En las conclusiones, se subraya la importancia de realizar investigaciones sobre el efecto psicosocial y las representaciones de la migración, especialmente, en el sector infantil que se queda y el que protagoniza el fenómeno migratorio.

Abstract

This article has as main objective the analysis of the psychosocial repercussions of the migration. The text is approached from two perspectives. On one hand, the psychosocial repercussions of migrants are analyzed and, on the other hand, they reflect on the effects that this phenomenon has on those who remain in their places of origin (children and family, for example). Likewise, the reasons and different types of migration are explained. A qualitative methodology is used, which main technique has been the documentary revision and the analysis of the literature. The results show specific characteristics of migratory stress and mourning, its different stages, feelings of ambivalence, multiple duels and other aspects reported by the research work consulted, interested in knowing the psychosocial impact of migration. The conclusions emphasize the importance of conducting research on the psychosocial effect and representations of migration, especially in the child sector that remains and that is the protagonist of the migration phenomenon.

Palabras Clave

Niñez; Migración; Familia.

INTRODUCCIÓN

La Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal (CDHDF) (2014) menciona que la migración de personas se ha intensificado a nivel mundial como respuesta al aumento de desigualdades y a diversos fenómenos sociales que han llevado a los individuos a desplazarse de sus ciudades y/o comunidades hacia diferentes destinos, principalmente el norte, de manera temporal o definitiva [1].

Las causas de la migración son diversas, sobresalen: 1) Los económicos, donde el migrante busca lograr mejores empleos e ingresos; 2) Los culturales, para disfrutar de mejores oportunidades de educación y 3) Elevar la calidad de vida, vivir mejor, con dignidad, seguridad y disponer de mejores servicios [2].

Existen distintos tipos de migración que UNICEF (por sus siglas en inglés *United Nations International Children's Emergency Fund*) (2006) señala: interna, la cual trata de la migración del campo a la ciudad o entre dos ciudades de un mismo país; interregional, es decir, cuando las personas migran a otros países normalmente cercanos y dentro de la misma región. La migración internacional hace referencia al que protagoniza quien cruza las fronteras de su país, haciendo cambio de residencia y permanece en el país de destino [3].

Cuando los padres se van

El Instituto Interamericano del Niño, la Niña y Adolescentes (s/f) señala que la migración de uno o ambos padres desestabiliza la unidad familiar y obliga a los restantes miembros del hogar o a otros familiares cercanos a asumir nuevos roles como jefes y/o jefas de familia. De esta manera, las abuelas y abuelos o los hermanos mayores quedan al cuidado de los niños y niñas de la familia mientras los padres se encuentran en el extranjero, lo cual genera confusión de roles y niveles altos de estrés en las personas [4].

Mercedes González de la Rocha (1999, citada en Quecha, s/f) se refiere a los desajustes del modelo tradicional de familia (compuesto por padres e hijos en convivencia cotidiana), que son

ocasionadas con la migración. Entre estos desajustes se encuentran los “hogares dona”, configuración donde hay una marcada ausencia de una segunda generación en el ámbito familiar, esto es, cuando en la comunidad solamente conviven los abuelos y nietos por el acelerado aumento de flujos migratorios [5].

UNICEF (2006) menciona que la ausencia de los padres genera sentimientos de abandono, vulnerabilidad y pérdida de autoestima en los niños, las niñas y los adolescentes que permanecen en el país de origen. De igual manera, implica la pérdida de referentes principales en la vida del niño lo cual puede tener un fuerte impacto en el desarrollo psicológico y social de éste [3].

Por otra parte una investigación realizada por la Red de Migrantes de Nicaragua destaca que el 77% de los niños cuyos padres habían migrado en busca de un empleo viven con un sentimiento de tristeza, desde el momento que el padre toma la decisión de irse hasta el día que regresa. Ésta misma expresa que estos niños crecen con altos niveles de vulnerabilidad y fragilidad emocional, que los obliga a una maduración precoz y que se manifiesta en muchas ocasiones en deserción escolar y embarazo temprano. Estos casos se dan en mayor número cuando es la madre quien emigra, ya que ella es el principal referente afectivo y es la figura más importante en el desarrollo emocional del niño [4].

Parreñas (2001, citada en López 2009) se interroga también sobre el sufrimiento y el dolor de las familias como consecuencia del transnacionalismo y el alto costo emocional que conlleva este tipo de estructura familiar, cuya característica principal es el estrés emocional, que la familia entera o uno de los miembros pueden sufrir, ya que el hecho de que la familia se constituya en dos o más países puede llegar a generar una forma permanente de dolor por la ruptura de vínculos emocionales [6]. En dichas reflexiones se puede observar que la migración de uno o ambos jefes de familia afecta tanto a los hijos como a los demás miembros de la familia, dado que se presentan desajustes en los roles de cada integrante, especialmente en abuelos e hijos mayores.

Respecto a las personas que migran se ha encontrado algunos reportes de investigación que señalan que las personas que toman la decisión de migrar y realizan dicha acción, están sujetas a padecer el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple, o síndrome de Ulises. A este respecto, hay que señalar que no se encontró abundante información (con evidencia empírica) acerca de este síndrome, lo cual nos lleva a tomar como base la investigación de Joseba Achotegui realizado en España.

Síndrome de Ulises

Emigrar es un proceso que implica niveles de estrés que llegan a superar la capacidad de adaptación de los seres humanos. Estas personas sufren el riesgo de padecer el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple, o síndrome de Ulises [7]. Éste síndrome ocurre cuando los estresores o problemas que vive el migrante son muchos y se multiplican y además tienen una larga duración [8].

Achotegui (2009) señala la posibilidad de que cuando las condiciones son tan difíciles, que no hay posibilidades de elaboración del duelo y la persona entra en una situación de crisis permanente, siendo este tipo de duelo migratorio el característico del síndrome de Ulises [7].

Existen ciertos estresores o dificultades que dan lugar a este síndrome y que afectan en una dimensión emocional, por ejemplo: la separación forzada de los seres queridos, el fracaso del proyecto migratorio, la ausencia de oportunidades, la lucha por la supervivencia, el miedo [8].

Achotegui menciona ciertos factores que pueden llegar a potencializar este problema [7]:

- La multiplicidad: a más estresores mayor riesgo, los estresores se potencian entre ellos.
- El tiempo: cuando las situaciones extremas afectan al inmigrante durante meses o incluso años.
- La ausencia de control sobre los estresores: el que el inmigrante no vea cómo salir del túnel oscuro en que se encuentra.

- La falta de redes de apoyo social, o el desconocimiento de las ayudas o facilidades y programas que existen.

Experimenta de manera prolongada situaciones de estrés afecta a quien lo vive. Puede observarse también cierta sintomatología: tristeza, llanto, tensión, nerviosismo, insomnio, preocupaciones excesivas y recurrentes, irritabilidad (especialmente en los jóvenes), fatiga, molestias en los huesos y las articulaciones, dolores de cabeza, dificultad para concentrarse e incluso cierta desorientación [8].

MATERIALES Y MÉTODOS

Para la creación de este documento, se acudió a la metodología cualitativa. Esto es así porque, como señalan Quecedo y Castaños (2002), este enfoque produce datos descriptivos y centra la atención en las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable [9], lo cual esperamos también en futuros trabajos poder desarrollar y hacer trabajo de campo respecto al tema que aquí nos ocupa.

La técnica a la que se acudió es la revisión documental, respecto a la cual Gálvez (2002), señala que es un procedimiento estructurado cuyo objetivo es la localización y recuperación de información relevante para un usuario que quiere dar respuesta a cualquier duda relacionada con su práctica, ya sea ésta clínica, docente, investigadora o de gestión [10]. Se consultaron diversas fuentes impresas y digitales.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La migración, según algunos autores, posee un conjunto de dificultades, de tensiones, de situaciones de esfuerzo que pueden generar estrés o duelo migratorio [7]. El duelo y estrés migratorio ostentan características determinadas las cuales hacen diferenciarse de otros duelos [7]. Las distinciones pueden observarse en la tabla siguiente:

Tabla 1: Características específicas del estrés y duelo migratorio

Parcial	A diferencia de un duelo por pérdida se puede diferenciar porque en el migratorio el objeto no desaparece, pues, permanece donde estaba y cabe la posibilidad de contactar con él.
Recurrente	Es muy frecuente encontramos con un viaje al país de origen, una llamada de teléfono o la información que le llega al inmigrante le reaviven los vínculos con el país de procedencia.
Está vinculado a aspectos infantiles muy arraigados	Cuando la persona emigra, ya está condicionada por lo que ha vivido en la infancia y, lógicamente, tendrá dificultades para adaptarse plenamente a la nueva situación.
Duelo múltiple	Posiblemente ninguna otra situación de la vida de una persona, incluso la pérdida de un ser querido, supone tantos cambios como la migración, todo lo que hay alrededor de la persona cambia. Según Achotegui (1999), se considera como mínimo siete duelos en la migración: <ul style="list-style-type: none"> • La familia y amigos • La lengua • La cultura • La tierra • El estatus social • El contacto con el grupo étnico • Los riesgos para la integridad física.
Da lugar a cambios en la identidad	El duelo migratorio da lugar a profundos cambios en la personalidad del inmigrante, a tal punto que puede modificar su propia identidad. Es decir, la migración cambia al sujeto. Si tiene un impacto positivo, favorecerá a que surja una persona madura. Si tiene un impacto negativo, desestructurará al sujeto en la dimensión psicosocial.
Conlleva a una regresión psicológica	Al tener que afrontar tantos cambios a la vez, el inmigrante tiende con frecuencia a sentirse abrumado e inseguro y a adoptar actitudes regresiva. Las tres expresiones básicas de regresión en la migración, serían: <ul style="list-style-type: none"> • Las conductas de dependencia. • La queja infantil, la “pataleta” • La sobrevaloración de los líderes.
Tiene una serie de etapas	J. Bowlby (1985), desde la perspectiva de la elaboración psicológica de los procesos de duelo, hace referencia a cuatro etapas, que aplicadas a la migración, consideramos que se expresarían de la siguiente manera:

	<ul style="list-style-type: none"> • Negación: no se puede aceptar la realidad del cambio, y el individuo o la quiere ver. • Resistencia: Hay protesta y queja ante el esfuerzo que supone la adaptación. • Aceptación: La persona se instala a fondo en la nueva situación. • Restitución: Es la reconciliación afectiva con la que se ha dejado atrás y con la nueva situación.
Se supone la puesta en marcha de mecanismos de defensa y de errores cognitivos en el procesamiento de la información	Desde la perspectiva de respuesta, Beck (1983) señala varios mecanismos: <ul style="list-style-type: none"> • La inferencia arbitraria: la generalización excesiva cuando se elabora una regla general, o una conclusión, a partir de uno o varios hechos aislados. • La maximización y minimización: se distorsiona la realidad modificando la magnitud de los acontecimientos. – • La personalización: tendencia a atribuirse fenómenos externos injustificadamente. • El pensamiento absolutista o dicotómico: tendencia a clasificar todas las experiencias siguiendo categorías extremas.
Sentimientos de Ambivalencia	El inmigrante siente, a la vez, amor hacia su país de origen, por los vínculos que estableció allá, pero también tiene sentimientos de rabia, porque tuvo que marchar de su tierra, porque fue una mala madre que no le dio todo lo que necesitaba. Por otro lado, tiene sentimientos amorosos hacia el país de acogida, por los vínculos que ha establecido, pero también tiene rabia, por el esfuerzo que le supone la adaptación, por lo que también hay ambivalencia hacia el país de acogida.
El duelo migratorio lo viven también los autóctonos y los que se quedan en el país de origen	La migración es un proceso que da lugar a cambios en la vida no sólo de quienes emigran, sino también de quienes reciben a los inmigrantes y de los familiares que se quedan en el país de origen.
El regreso del inmigrante es una nueva migración	En el tiempo en que ha vivido fuera del país de origen, se han producido muchos cambios, tanto en la personalidad del inmigrante como en la sociedad de la que un día partió. Al regresar al país de origen, llega una persona muy diferente de la que

	un día marchó y llega a un país que también es diferente.
El duelo migratorio es transgeneracional	La migración es una actividad que podría continuar en las siguientes generaciones si los inmigrantes no llegan a ser ciudadanos de pleno derecho en la sociedad de acogida.

Fuente: Creación propia a partir de Achotegui, 2009.

CONCLUSIONES

La historia de la humanidad nos permite observar que hemos sido nómadas desde nuestro origen y el proceso de cambio y transformación es una constante. Sin embargo, resulta valioso conocer el impacto que tiene ese fenómeno-la migración en diferentes dimensiones de la persona que lo protagoniza. En próximos trabajos esperamos poder dar cuenta del trabajo de campo realizado con el objetivo de aproximarnos a las experiencias, opiniones y reflexiones sobre el impacto que la migración tiene tanto en los que lo protagonizan como en los que se quedan en su lugar de origen (los familiares de quienes migran).

El análisis de la literatura, aquí revisada, permite subrayar que existen diversos trabajos que señalan los efectos de la migración, en los que sobresalen procesos de duelo, problemas de adaptación, sentimiento de ambivalencia, estrés y resistencia al cambio (observados, por ejemplo, en el Síndrome de Ulises). Sin embargo, deberemos explorar también aquellos trabajos que señalan que dentro de los efectos positivos de la migración se encuentra el desarrollo de la capacidad para tomar decisiones, construir y vivir experiencias nuevas, generación de nuevas oportunidades, resiliencia, adaptación, aprendizaje, contextos multiculturales, retos y desafíos enriquecedores. Es importante realizar investigación sobre el efecto psicosocial y las representaciones de la migración, especialmente, en el sector infantil migrante, pero también de quienes permanecen en sus comunidades (mientras los familiares se van al país vecino).

Son, pues, múltiples las aristas de investigación que, desde una mirada psicosocial, se pueden abordar respecto a la migración en sus diferentes tipos.

REFERENCIAS

- [1] Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal (2014). Migrar, un derecho en construcción. *Dfensor*, 7, p.p. 46-51. Recuperado de http://cdhdf.org.mx/wp-content/uploads/2015/05/DFensor_07_2014.pdf
- [2] Hurtado, G.; Rodríguez, V.; Escobar, J.; Santamaría, S. y Pimentel, B. M. (s/f). "Los que se quedan" Una experiencia de migrantes. *Revista Científica electrónica de Psicología*, 6, p.p. 9-28.
- [3] Unicef (2006). Unicef.org. Panamá, República de Panamá. Oficina Regional para América latina y el Caribe Unidad de Políticas Públicas. Recuperado de https://www.unicef.org/lac/migracion_e_infancia.pdf
- [4] Liwski, N. I. (s/f). [derechosinfancia.org](http://www.derechosinfancia.org). Montevideo: Instituto Interamericano del Niño, la Niña y Adolescentes. Recuperado de http://www.derechosinfancia.org.mx/Documentos/Migraciones_liwski.pdf
- [5] Quecha, C. (s/f). Cuando los padres se van: infancia y migración en la costa chica de Oaxaca. Recuperado de http://www.ciencianueva.unam.mx/repositorio/bitstream/handle/123456789/46/03_cuandolospadres.pdf?sequence=4
- [6] López, C. (2009). El costo emocional de la separación en niños migrantes: un estudio de caso de migración familiar entre Tlaxcala y California. *Asyd*, 6 (1), p.p. 81-103.
- [7] Achotegui, J. (2009). Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). *Zerbitzuan*, 46, p.p. 163-171. Doi: 10.5569/1134-7147.
- [8] Tennyson, A. (s/f). [Mujer migrante.mx](http://mujermigrante.mx). Escuela de Salud Pública, Universidad de California. Recuperado de http://mujermigrante.mx/wp-content/uploads/2013/06/Migraci%C3%B3n_saludmental.pdf
- [9] Quecedo, R. y Castaño, C. (2002). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. *Revista de Psicodidáctica*, 14, p.p. 5-39. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17501402>
- [10] Gálvez, A. (2002). La revisión bibliográfica: usos y utilidades. *Matronas Profesión*, (s/v), p.p. 1-12. Recuperado de: <http://www.index-f.com/campus/ebe/ebe2/revison-bibliografica.pdf>