

# LOS MIGRANTES

## Un Calvario que Afecta su Salud Mental

Por Psic. Natalia Sánchez

Posiblemente muchos territorios a otra por un plazo de tiempo considerable o indeterminado". Para que estos desplazamientos sean considerados como migración, deben tener las siguientes características: 1) el movimiento se produce entre dos delimitaciones geográficas significativas, 2) El desplazamiento es perdurable, no esporádico, 3) El desplazamiento tiene que admitir un cambio relevante del entorno físico y social (González y Aikin, 2017). De acuerdo a la Organización Internacional del Migración (OIM, 2022) se estima que

281 millones de migrantes internacionales, 169 millones son trabajadores migrantes. Ahora bien, la migración ha sido parte de la evolución humana y trae consigo efectos no solo desde lo estructural, sino también desde lo social y psicológico. Sin embargo, no todos los cambios son

negativos, puesto que según la Unión Interparlamentaria (2015) es un fenómeno mundial que ha contribuido durante mucho tiempo al desarrollo económico y al bienestar social, tanto en los países de destino como en los países de origen; cuyo factor motivante, es la búsqueda de una mejor calidad de vida.

Bien es así, que Valente (2012) y Aruj (2008), señalan que la migración es una decisión y un derecho ejercido por los individuos, relacionado al proyecto de futuro con la perspectiva de mejorar su situación (personal, económica y de seguridad). De igual modo, la Organización Internacional de Migración (OIM, 2018) sostienen que la salida del lugar de origen, se sustenta en la idea de un nuevo país que le permitirá aparentemente encontrarse con situaciones más llevaderas y con una mayor satisfacción con la vida.

Según el Banco Interamericano de Desarrollo (2008), la calidad de vida es un concepto que comprende todas las circunstancias en que se desarrolla la vida de una persona y por consiguiente, es también un concepto multidimensional, dado que abarca aspectos externos a los individuos y las

interrelaciones en los campos de lo social, de salud, lo económico y las condiciones medioambientales que afectan el desarrollo de la vida misma. Felce y Perri (1995) plantean que la calidad de vida es comprendida como un bienestar general que comprende indicadores objetivos y evaluaciones subjetivas del bienestar físico, material, social y emocional, junto con el desarrollo personal, todos ponderados por un conjunto de valores personales. Sin embargo, todo lo relacionado con la migración y la búsqueda de una mejor calidad de vida, posee efectos negativos, ya que existe una eminente desintegración familiar y en muchos casos disolución matrimonial, abandono de los hijos, pérdida de identidad y otros aspectos sociales que pasan a constituir las consecuencias más recurrentes.

Por lo anteriormente mencionado, es necesario que, al referirnos a la migración y la salud mental, es fundamental abordar estas conceptualizaciones, ya que no solo se hace referencia a los ingresos económicos necesarios para cubrir las demandas, sino también el bienestar integral del migrante frente a las situaciones que pueden ser desbordantes o no



de sus recursos psicológicos y que pueden modular el proceso de adaptación social al lugar de llegada.

**Temores et al (2015)**, **ONU (2016)** y **Navarro (2017)** plantean que la salud mental y migración puede producir alta prevalencia de trastornos mentales, pasando por periodos de

ansiedad y estrés, teniendo como causa fundamental los problemas de identidad, dificultades para integrarse a un tejido social extraño, entre otras; reduciendo la posibilidad a que la persona migrante contribuya al desarrollo socioeconómico de los países de origen y receptores. Este escenario afecta la construcción de "su nueva vida", sustentado

en el derecho al trabajo, a la educación, la salud, la vivienda y a un entorno saludable; que en suma se refiere a los derechos económicos, sociales y culturales de un individuo; puntos fundamentales para ejercer la vida en bienestar. Además de considerar los efectos que trae consigo la migración sobre la esfera mental de las personas, que pueden

ocasionar consecuencias negativas sobre las dinámicas relacionales, tales como: desintegración familiar, divorcios, frustración familiar, intolerancia, la xenofobia, entre otras.

De acuerdo al portal de las Naciones Unidas, la migración es una experiencia positiva y fortalecedora, sin embargo la falta de mecanismos para

acoger a los migrantes, basados en los derechos humanos a nivel mundial y nacional está llevando a la violación rutinaria de derechos de los migrantes en tránsito, en las fronteras internacionales y en los países a los que emigran. Partiendo de la concepción, que los migrantes no son intrínsecamente vulnerables, pueden serlo a las violaciones de los derechos humanos. Por ejemplo: aquellos que se encuentren en situación irregular tienden a ser desproporcionadamente vulnerables a la discriminación, la explotación y la marginación, a menudo viven y trabajan en la sombra, tienen miedo de quejarse y se les niegan sus derechos humanos y libertades fundamentales.

La Unión Interparlamentaria (2015), señala que tomar en cuenta los derechos humanos, como elementos esenciales para una vida con dignidad y libertad, que ofrezca un marco común de valores y normas universalmente reconocidas para movilizar los esfuerzos en favor del bienestar económico y social, la justicia, la participación política y la igualdad. En este sentido, considerando las desventajas sociales de las personas migrantes, no se estaría tomando en

cuenta los principios de los derechos humanos, ya que no solo existe en numerosos países una alta xenofobia, sino que, las trabajadoras migratorias sufren a menudo desigualdades que constituyen una amenaza para su salud. En algunos casos, no tienen acceso a los servicios sanitarios, incluidos los de salud reproductiva, así como también se ven a veces sometidas a pruebas del VIH/SIDA discriminatorias en razón del sexo, o a análisis de otro tipo de infecciones realizados sin su consentimiento, cuyos resultados se facilitan a los agentes o a los patronos antes que a la propia trabajadora. Y este tipo de prácticas pueden ocasionar el despido o la deportación, si los resultados son positivos.

Las naciones que acogen a los migrantes no solo deben contar con los recursos económicos, sino también con protocolos de intervención psicosocial, que se focalicen en la salud mental de todos, facilitando de esta manera las posibilidades de expansión y desarrollo de las personas, así como también de tolerancia y respeto. Ahora bien, no es menos importante los ciudadanos que acogen a los migrantes, que, frente a las diferencias culturales, en algunos casos modulan las

conductas xenofóbicas, que obstaculizan el pleno ejercicio de los derechos de todos.

Según Ruiz (2003), la exclusión social es una de las consecuencias negativas que enfrentan las personas migrantes en los países de destino. Y está íntimamente vinculada a la noción de discriminación basada en motivos de: raza, color, etnia, sexo, religión, edad, nacionalidad, opiniones políticas o de otra índole, idioma, opción sexual, discapacidad visible, condición económica, social y en general por otras causas o condiciones. La misma tiene por objeto o resultado anular o menoscabar el reconocimiento, goce o ejercicio en condiciones de igualdad, de los derechos humanos y libertades fundamentales, en las esferas política, económica, social, cultural, civil, familiar, o en cualquier otra esfera.

En estos casos es donde el migrante se expone a sufrir de actos de violencia e intimidación, estableciendo mecanismos de opresión y delito de odio, comprendido por Aguirre (2011) como un acto ilegal que incluye una selección intencional de una víctima basada en un sesgo o prejuicio del perpetrador



contra el estatus real o percibido de la víctima. En este mismo orden de ideas, la Unión Interparlamentaria (2015), expone el derecho a no sufrir discriminación y a la igualdad de oportunidades y trato es la base para el disfrute de todos los otros derechos, así como un derecho fundamental en sí mismo. De hecho, los derechos humanos de los migrantes, incluidos los derechos laborales, siguen sin materializarse, o lo son de manera precaria en muchas regiones del mundo, y los migrantes son víctimas con frecuencia de numerosas formas de explotación. Es así que, esta organización reporta que las trabajadoras migratorias, sufren a menudo desigualdades que constituyen una amenaza para su salud, están más expuestas a los abusos sexuales, al acoso sexual y a la violencia física. El acoso sexual de las trabajadoras migratorias en otros entornos laborales, por ejemplo, en granjas o en el sector industrial, constituye un problema en todo el mundo.

La Organización de Estados Americanos (2021) realizó un llamado a condenar los actos violentos y xenófobos, realizados por particulares, en contra de personas migrantes venezolanas en Iquique, Chile,

manifestando preocupación por el desalojo de personas migrantes de espacios públicos, con denuncias de actos de violencia, y sin que les fuera ofrecida previa solución para su reubicación. En ese orden, llama al Estado a proteger a las personas migrantes, investigar los hechos con la debida diligencia, adoptar medidas urgentes para reparar a las víctimas y evitar la repetición.

De acuerdo a lo expuesto, la salud mental de las personas víctimas de intolerancia, violencia y exclusión social; se encuentran ante factores de vulnerabilidad puesto que estas acciones repercuten directamente sobre la posibilidad de superar de manera efectiva el duelo migratorio y como fin último, la adaptación social, que no solo implica una modificación territorial sino también la interculturalidad que trae consigo los desplazamientos humanos. Ya son diversas las organizaciones que proponen modelos teóricos y prácticos que promuevan la consideración de los determinantes sociales y psicológicos en el marco de los derechos humanos; comprendiendo al ser humano desde su totalidad, permitiendo explicar la enfermedad mental como

un hecho multidimensional, relacionando los factores biológico, personal y social. Por esta razón es que la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2011), bajo un enfoque holístico plantean reconocer la autonomía, integración, capacidades y apoyos, e intentar favorecer la interacción del sujeto y el ambiente donde vive.

Ahora bien, las mismas organizaciones antes mencionadas en marzo del 2020, catalogaron la COVID-19 como una epidemia. Es así, como la realidad mundial como la COVID-19 y sus variantes, configuro en los migrantes un desafío adicional, donde no solo se vincula a la paralización de contrataciones y/o empleos, sino a la posibilidad de una adaptación social mas funcional, en relación al tiempo de llegada. Esto marco un punto fundamental dentro de las dinámicas psicológicas migratorias, ya que el duelo migratorio es un proceso por el cual millones de personas atraviesan. De acuerdo a la Organización Internacional del Migración (OIM, 2021) las personas que habían migrado, que estaban desplazadas o que formaban parte de un grupo muy móvil antes de la COVID-19 tienen una

probabilidad especialmente alta de haber sido afectadas directamente por la pandemia. Aparte de las repercusiones sanitarias, muchas quedaron atrapadas en la inmovilidad y el desempleo, sin un apoyo a los ingresos ni otra forma de protección social. La COVID-19 sumió en el desamparo, y en algunos casos en situaciones de indigencia, detención o abuso, a grandes poblaciones de migrantes.

Es así como, en la actualidad se está atravesando un periodo difícil para los migrantes desde todas las aristas posibles, ya que no solo se han enfrentado desde el 2019 a las repercusiones mentales de una situación adversa como la COVID, que ya genera cambios con el estado del ánimo (tensión, tristeza, preocupación, aflicción, temores, pensamientos desordenados, síntomas somáticos, sentimientos de culpa, irritabilidad, recuerdos persistentes, frustración), al comportamiento (violencia, actos antisociales, labilidad emocional, como llorar por cualquier cosa, explosiones de enojo. Trastornos del sueño, insomnio, falta de apetito y conducta suicida.), a las habilidades cognitivas (Dificultad para tomar decisiones, estado hiperalerta, confusión mental

generalizada, desorientación en persona, tiempo o lugar, dificultad para nombrar artículos familiares y/o dificultad para reconocer a personas familiares), al ciclo sueño-vigilia y a

diversos síntomas somáticos (Meyer et al, 2017). Sinotambién al impacto económico mundial, que pone en desventaja la posibilidad de alcanzar de manera efectiva la independencia financiera necesaria para cubrir las demandas en la cotidianidad.

Ya para concluir, la migración como fenómeno multifactorial, requiere de la educación de todos, sobre los mecanismos sociales y psicológicos para afrontarla. Ya que nadie

esta excepto de vivirla, desde los que se van, los que se queda y los que reciben. Y cada una de las etapas, con sus diversas

dificultades necesitan de sociedades más responsables y comprometidas, que faciliten el camino al bienestar integral de todos, fomentando la integración social. Recordando siempre que la migración trae consigo un intercambio cultural significativo desde las identidades étnicas, raciales, religiosas y lingüísticas; que hace de las naciones un verdadero nicho de interculturalidad.



REFERENCIAS

Aguirre, E. (2011). Delitos de Lesa Humanidad y genocidio. Disponible en: <https://repo.unlpam.edu.ar/handle/unlpam/854>

Aruj, R. (2008). Causas, consecuencias, efectos e impacto de las migraciones en Latinoamérica. *Papeles de Población*, 14(55), 95-116.

Banco Interamericano de Desarrollo, 2008, *Calidad de vida: más allá de los hechos*. México. Editado por el Banco Interamericano de Desarrollo y el Fondo de Cultura Económica.

Canales, A. Fuentes, J y León, C. (2019). *Desarrollo y migración: desafíos y oportunidades en los países del norte de Centroamérica*. Ciudad de México, Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). Disponible en: [https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44649/1/S1000454\\_es.pdf](https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/44649/1/S1000454_es.pdf)

Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía - CELADE (1997). *Demografía I*. Primera edición. México: Programa Latinoamericano de Actividades de Población, CELADE.

Felce, D. y Perry, J. (1995). "Quality of life: It's Definition and Measurement", en *Research in Developmental Disabilities*, vol. 16, núm. 1, pp. 51-7. Disponible en <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/7701092>

González, A, y Aikin, O. (2017). *Procesos migratorios en el Occidente de México*. 1st ed. Tlaquepaque, Jalisco: ITESO, Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente; 2017.

Disponible en: <http://www.catedrajorgedurand.udg.mx/sites/default/files/procesosmigratorios.pdf>

Glosario sobre la migración (2016). Organización Internacional para las Migraciones ISSN 1816-1014. Encontrado en: [https://publications.iom.int/fr/system/files/pdf/iml\\_7\\_sp.pdf](https://publications.iom.int/fr/system/files/pdf/iml_7_sp.pdf)

Kien et al. (2019). Prevalence of Mental Disorders in Young Refugees and Asylum Seekers in European Countries: A Systematic Review. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. DOI: 10.1007/s00787-018-1215-z.

Meyer S, Lasater M y Tol W. (2017). *Migration and Mental Health in Low- and MiddleIncome Countries: A Systematic Review*. *Psychiatry*. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6594379/>

Migración, derechos humanos y gobernanza Manual para Parlamentarios N° 24. Unión Interparlamentaria (2015). ISBN 078-92-9142-639-3 (UIP). Disponible en: [https://www.ohchr.org/sites/default/files/Documents/Publications/MigrationHR\\_and\\_Governance\\_HR\\_PUB\\_15\\_3\\_SP.pdf](https://www.ohchr.org/sites/default/files/Documents/Publications/MigrationHR_and_Governance_HR_PUB_15_3_SP.pdf)

Mcauliffe, M. y A. Triandafyllidou (eds.), 2021. *Informe sobre las migraciones en el mundo 2022*. Organización internacional para las migraciones (oim), ginebra. Encontrado en: <https://publications.iom.int/books/informe-sobre-las-migraciones-en-el-mundo-2022>.



McAuliffe, M. y Triandafyllidou, A (eds.), (2021). Informe sobre las Migraciones en el Mundo 2022. Organización Internacional para las Migraciones (OIM), Ginebra. Naciones Unidas, portal web, disponible en: <https://www.oim.org>

[ohchr.org/es/migration/about-migration-and-human-rights](https://www.ohchr.org/es/migration/about-migration-and-human-rights)

Nájera, J. (2016). El complejo estudio de la actual migración en tránsito por México: Actores, temáticas y circunstancias. *Migraciones Internacionales*. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15145348009>

Navarro, N. (2019). Intervención psicosocial en emergencias y desastres desde la caja costarricense del seguro social: la experiencia en osa por el impacto de la tormenta nate, octubre 2017. *Revista de Ciencias Sociales [Internet]*. 2019; I(163):149-163. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15359603010>

Valente, M. R. (2012). Guía para el estudio de la Demografía: Algunas consideraciones teóricas (Trabajo de ascenso para optar a la categoría de Profesor Titular). Universidad del Zulia, Maracaibo, Venezuela.

Organización Internacional del Trabajo - OIT (2015). Estimaciones mundiales de la OIT sobre los trabajadores y las trabajadoras migrantes. Ginebra, Suiza: OIT. Recuperado de [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/-d\\_greports/-dcomm/-dpubl/documents/publication/wcms\\_652030.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/-d_greports/-dcomm/-dpubl/documents/publication/wcms_652030.pdf)

Organización Internacional para las Migraciones - OIM (2018). Informe sobre las migraciones en el mundo 2018. Ginebra, Suiza: ONU. Recuperado de [https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr\\_2018\\_sp.pdf](https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr_2018_sp.pdf)

Organización de Estados Americanos. Recuperado de: <https://www.oas.org/pt/CIDH/>

[jsForm/?File=/es/cidh/prensa/comunicados/2021/263.asp](https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr_2018_sp.pdf)

Organización Panamericana de la Salud & Organización Mundial de la Salud. (2011). Implementación del modelo biopsicosocial para la atención de personas con discapacidad a nivel nacional. Recuperado de [http://www.paho.org/els/index2.php?option=com\\_docman&task=doc\\_view&gid=870&Itemid=99999999](http://www.paho.org/els/index2.php?option=com_docman&task=doc_view&gid=870&Itemid=99999999)

ONU. (2016). Los derechos económicos, sociales y culturales de los migrantes en situación irregular. Disponible en: [https://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-14-1\\_sp.pdf](https://www.ohchr.org/Documents/Publications/HR-PUB-14-1_sp.pdf)

OMS. COVID-19: cronología de la actuación de la OMS (2020). Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/detail/27-04-2020-who-timeline---covid-19>

OPS. (2020). Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el brote de COVID19. Disponible en: <https://www.paho.org/es/documentos/consideraciones-psicosociales-salud-mentaldurante-brote-covid-19>

OIM. (2017). Compilación temática 2007-2017 preparada por el Foro Mundial sobre Migración y Desarrollo (FMMD) para el pacto mundial para una migración segura, regular y ordenada. Disponible en: [https://www.iom.int/sites/default/files/our\\_work/ICP/Tenth-GFMD-Summit-MeetingDigest.pdf](https://www.iom.int/sites/default/files/our_work/ICP/Tenth-GFMD-Summit-MeetingDigest.pdf)

Organización Internacional para las Migraciones. Informe sobre

las migraciones en el mundo (2018). Inglaterra: Marie McAuliffe (OIM). Martin Ruhs (Universidad de Oxford); 2018 p. 41. Available from: [https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr\\_2018\\_sp.pdf](https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr_2018_sp.pdf)

Revista Internacional de Ciencias Sociales (2016). Volume 5, Número 1, , ISSN 2530-4909 © Global Knowledge Academics. Víctor Hugo Rentería Pedraza, Andrea Lyn Spears Kirkland Todos los derechos reservados. Permisos: soporte@gkacademics.com Republicado de Revista Internacional de Estudios Sociales y Comunes Interdisciplinarios.

Ruiz, M. C., (2003) "La migración vista desde la exclusión social", en Irene León y Phumi Mtetwa, (editoras), Globalización: alternativas GLBT.

Temores G, Infante C, Caballero M, Flores-Palacios F, SantillanesAllande N. Salud mental de migrantes centroamericanos indocumentados en tránsito por la frontera sur de México. *Salud Publica Mex* 2015;57:227-233. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0036-363420150003000115](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-363420150003000115)