



**UNIVERSIDAD DE SOTAVENTO A.C.**

**ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD  
NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**



**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**DIAGNÓSTICO DEL SÍNDROME DE  
ULISES EN INMIGRANTES  
CENTROAMERICANOS DE LA CASA DE  
MIGRANTES DIÓCESIS DE  
COATZACOALCOS**

**TESIS PROFESIONAL**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**PRESENTA:  
YOMARA SUSÉ LÁZARO MUÑOZ**

**ASESOR DE TESIS:  
LIC. OMAR CASTILLEJOS ZÁRATE**

**COATZACOALCOS, VERACRUZ**

**SEPTIEMBRE 2023**



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## **Reconocimientos**

Agradezco a la Universidad de Sotavento A.C. por brindarme la oportunidad de desarrollar mi formación académica y por ofrecer un ambiente de aprendizaje excepcional.

A mis maestros, por su guía, apoyo y conocimientos impartidos durante mi trayectoria académica. En especial, al Mtro. Omar Castillejos Zárate, por su apoyo, tiempo y dedicación en la supervisión de mi tesis, por su compromiso con todos sus estudiantes y por ser el sostén de la facultad.

También quiero agradecer a la Mtra. Carolina Hernández López, por compartir su experiencia y conocimiento conmigo desde mis primeros años de universidad. Valoré enormemente la confianza que depositó en mí y las oportunidades de aprendizaje empírico que me brindó. Gracias por su dedicación y compromiso con mi formación académica.

Igualmente, agradecimientos especiales a la Mtra. Sandra Velázquez Gurrola, por la guía y la ayuda que me brindó durante todo el proceso de mi formación académica, sin su orientación y conocimientos, no hubiera sido posible culminar este proyecto de manera exitosa. Agradezco su paciencia y dedicación en cada una de las clases, lo que me permitió mejorar mi desempeño notablemente.

## **Agradecimientos**

Agradezco a Dios por darme la fuerza y la perseverancia para completar este proyecto y por bendecirme con la vida y la salud para hacerlo posible.

También quiero expresar mi gratitud a mis padres por su amor, apoyo y comprensión durante todo este proceso. Sin su aliento y respaldo, este logro no hubiera sido posible.

A mis queridos abuelos fallecidos, quienes siempre me apoyaron y me inspiraron con su amor y sabiduría. Gracias por su legado y por enseñarme el valor del esfuerzo y la perseverancia. Siempre estarán presentes en mi vida y en mi carrera profesional.

A mi hermana y a Alfredo, quienes me han brindado su amistad, su amor y su ánimo en todo momento. Agradezco su paciencia y comprensión, elementos fundamentales para mantenerme motivada y enfocada en todo momento.

Y finalmente, quiero expresar mi más sincero agradecimiento a la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos y a sus refugiados por su ayuda invaluable en mi tesis. Su generosidad y hospitalidad han sido fundamentales para mi trabajo y estoy inmensamente agradecida por su apoyo en este proyecto.

## Índice

<b>Introducción</b>	6
<b>Capítulo 1. Planteamiento del problema</b>	9
1.1. Objetivos	9
1.1.1. Objetivo general	9
1.1.2. Objetivos Específicos	9
1.2. Preguntas de investigación	10
1.3. Hipótesis	10
1.4. Justificación	11
1.5. Planteamiento del problema	14
<b>Capítulo 2. Marco Teórico</b>	18
2.1. Migración	18
2.1.1. Concepto	18
2.1.2. Migración a través de la historia.	19
2.1.3. Migración como factor de riesgo en la salud mental	23
2.1.4. Los migrantes en situación extrema de la actualidad.	25
2.2. Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple (Síndrome de Ulises)	30
2.2.1. Concepto.	30
2.2.2. Vulnerabilidad en el Síndrome de Ulises	32
2.2.3. Sintomatología del Síndrome de Ulises	34
2.2.4. Escala de evaluación de los factores de riesgo en la salud mental en la migración (Escala Ulises)	38
2.3. Estrés	39
2.3.1. Concepto.	39
2.3.2. Niveles de estrés.	41
2.3.3. El Síndrome de Ulises como cuadro reactivo de estrés.	43
2.3.4. Los estresores en el Síndrome de Ulises.	44
2.3.5. Factores que potencian los estresores en el Síndrome de Ulises.	48
2.4. Duelo	50
2.4.1. Concepto.	50
2.4.2. Etapas del duelo.	51
2.4.3. Duelo migratorio.	56
2.4.4. Características del duelo migratorio.	57
2.4.5. Etapas en la elaboración del duelo migratorio.	63
2.5. Diagnóstico diferencial del Síndrome de Ulises con otros trastornos mentales	64
2.5.1. Introducción al diagnóstico diferencial.	64
2.5.2. Diagnóstico diferencial con los trastornos depresivos	65
2.5.3. Diagnóstico diferencial con los trastornos adaptativos	66
2.5.4. Diagnóstico diferencial con el trastorno por estrés postraumático	68
2.5.5. Diagnóstico diferencial con la psicosis	69

<b>3. Metodología</b>	71
3.1. Institución	71
3.1.1. Introducción	71
3.1.2. Historia: ¿quiénes son?	71
3.1.3. ¿Qué servicios proporcionan?	72
3.1.4. Objetivos	73
3.1.5. Misión	73
3.1.6. Visión	73
3.2. Zona geográfica	74
3.2.1. Extensión territorial	74
3.2.2. Población territorial	74
3.2.3. Clima	76
3.2.4. Economía	79
3.2.5. Empleo	79
3.2.6. Seguridad pública	80
3.3. Población	83
3.4. Muestra	85
3.5. Métodos de investigación	86
3.6. Técnicas de investigación	87
3.6.1. Conceptualización	87
3.6.2. Operacionalización	95
<b>Capítulo 4. Resultados</b>	100
4.1. Resultados	100
4.1.1. Sociodemográficos	100
4.1.2. Escala de Ulises	113
4.2. Análisis de los resultados	115
4.2.1. Sociodemográficos	115
4.2.2. Escala de Ulises	131
4.3. Conclusiones	140
4.4. Propuesta	145
4.5. Referencias	149
<b>Anexos</b>	158
1. Consentimiento informado	158
2. Encuesta sociodemográfica	159
3. Escala de Estrés Ulises	162
4. Escala Ulises	169

## **Introducción**

La migración es un fenómeno social que ha estado presente a lo largo de la historia de la humanidad, y aunque anteriormente era impulsada por motivos como la búsqueda de alimentos y recursos naturales, con el tiempo los motivos se han diversificado y actualmente, la migración también puede estar motivada por factores económicos, políticos, sociales y culturales. Las razones por las que las personas deciden emigrar no son las únicas que han evolucionado con el pasar de los años, junto con ellas han cambiado la manera en la que se realizan dichos viajes, en la actualidad existen políticas migratorias y sistemas de transporte que impactan de manera directa en la cantidad y el tipo de migración que se da en la actualidad.

En consecuencia de la migración, el inmigrante debe enfrentarse a diversos cambios que, enfrentados en el contexto adecuado, no tendría que suponer un riesgo para la salud mental de quién emigra, sin embargo, existen personas que realizan el viaje migratorio en condiciones extremas, aquellas personas que se ven obligadas a abandonar su país de origen porque de no hacerlo, su vida e integridad se encuentran en peligro. Para estos sujetos, enfrentarse a los cambios que exige la migración se convierte en un desafío constante y es tan demandante para ellos que supera su capacidad de adaptación, poniendo en riesgo su salud mental.

Lo que se denomina como el lado negativo de la migración, Achotegui (2009) lo define como estrés o duelo migratorio y se manifiesta en los inmigrantes si las circunstancias personales o sociales son problemáticas hasta el punto de que pueden llegar a desestructurar al sujeto. Por consiguiente, se manifiesta en el inmigrante un conjunto de duelos y síntomas derivados de los estresores presentes durante la migración, a lo que se le denomina Síndrome de Ulises. La estructura de cada capítulo de la investigación se detalla a continuación.

## **Capítulo 1. Planteamiento del problema**

En él se identifica y delimita el tema de investigación, se establecen los objetivos del estudio, se formulan las preguntas de investigación, la hipótesis, se justifica la relevancia del estudio y el planteamiento del problema. Estableciendo que el eje principal de análisis del fenómeno de estudio es: determinar los factores de riesgo para la salud mental y los niveles de estrés en el Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple (Síndrome de Ulises) en una muestra de inmigrantes centroamericanos de la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos utilizando la Escala Ulises.

## **Capítulo 2. Marco teórico**

En este capítulo se presenta y analiza la literatura existente sobre el Síndrome de Ulises. Se busca identificar el concepto, las principales teorías, y enfoques relacionados con el tema, se abordan temas como migración, Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple (Síndrome de Ulises), estrés, duelo, diagnóstico diferencial del Síndrome de Ulises con otros trastornos mentales, para así establecer las bases teóricas que sustentan el estudio.

## **Capítulo 3. Metodología**

En este capítulo se describe la institución responsable de los participantes en la presente investigación, se relatan datos relevantes de esta misma en correlación con el estudio. Así mismo, se describe la zona geográfica en la que se lleva a cabo la investigación, la población y muestra con la que se trabajó durante el proceso.

Lo anterior permite identificar a su vez, la población que participó en el presente estudio, esto es, aquella integrada por los inmigrantes albergados en la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos, en el municipio de Coatzacoalcos, Veracruz. Asimismo, se precisa que el tipo



de muestreo utilizado durante la investigación fue por conveniencia y se detallan los criterios en los que se basó dicha selección.

También se detalla que el estudio se realizó de acuerdo con el diseño no experimental, de tipo descriptivo, utilizando un enfoque mixto, es decir, cuantitativo-cualitativo. Con respecto a la recopilación de datos, se realizó a través de investigación de campo.

#### **Capítulo 4. Resultados**

En este capítulo, se presentan los resultados obtenidos a partir del análisis de los datos recolectados durante la investigación, dichos resultados son presentados de manera clara y concisa, apoyados por gráficas que ayuden a comprender mejor la información presentada. Se detallan también aquellos factores de riesgo para la salud mental encontrados en la muestra, se describen de manera más detallada las enfermedades físicas, separación familiar, características de personalidad y vivencia de actos violentos. A su vez, se hace un análisis cualitativo donde se observa la relación de los resultados obtenidos con la literatura en el marco teórico.

Aquí también se incluye la conclusión del estudio, lo que permite confirmar el objetivo general previamente mencionado y la hipótesis planteada al inicio de la investigación, es decir, “la mayoría de los inmigrantes centroamericanos, en una muestra de la Casa de Migrantes Diócesis de Coahuila de Zaragoza, presentan estresores que determinan el Síndrome de Ulises”. Además, se presentan las propuestas con base en los resultados conseguidos y las referencias usadas durante el trabajo de investigación.

## **Capítulo 1. Planteamiento del problema**

### **1.1. Objetivos**

#### **1.1.1. Objetivo general**

Determinar los factores de riesgo para la salud mental y los niveles de estrés en el Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple (Síndrome de Ulises) en una muestra de inmigrantes centroamericanos de la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos utilizando la Escala de Estrés Ulises y la Escala Ulises.

#### **1.1.2. Objetivos Específicos**

- Identificar los siete duelos de la migración en el Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple (Síndrome de Ulises) en una muestra de inmigrantes centroamericanos de la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos.
- Delimitar la intensidad de los siete duelos de la migración en el Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple (Síndrome de Ulises) en una muestra de inmigrantes centroamericanos de la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos.
- Valorar la vulnerabilidad y los estresores que afectan los duelos de la migración en el Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple (Síndrome de Ulises) en una muestra de inmigrantes centroamericanos de la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos.
- Evaluar el nivel de estrés migratorio en una muestra de inmigrantes centroamericanos de la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos para determinar la presencia del

Síndrome de Ulises, utilizando la Escala de Estrés Ulises (Sánchez, 2015)<sup>1</sup> y Escala Ulises (Achotegui, 2010)<sup>2</sup>.

## 1.2. Preguntas de investigación

A continuación, se presentan una serie de preguntas que ayudarán a guiar el proceso de investigación:

- ¿Qué es migración?
- ¿Qué es duelo?
- ¿Qué es el duelo migratorio?
- ¿Cuáles son los siete duelos de la migración?
- ¿Cómo se diferencia el duelo migratorio de otros duelos?
- ¿Qué es estrés?
- ¿Qué factores influyen al momento de considerar alguna característica en la vida del migrante como un estresor?
- ¿Qué es el síndrome de Ulises?

## 1.3. Hipótesis

La mayoría de los inmigrantes centroamericanos, en una muestra de la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos, presentan estresores que determinan el Síndrome de Ulises.

---

<sup>1</sup> Sánchez, A. (2015). *Programa de apoyo psicológico a inmigrantes: estudio de casos* (tesis doctoral). Universidad del País Vasco, San Sebastián, España.

<sup>2</sup> Achotegui, J. (2010). *Cómo evaluar el estrés y duelo migratorio. Escala de evaluación de factores de riesgo en salud mental (Escala Ulises)*. Llançà, España: El Mundo de la Mente

#### 1.4. Justificación

La migración ha sido considerada siempre un símbolo de superación y de esperanza, la mayoría de las veces este fenómeno es asociado a la búsqueda de mejorar las condiciones de vida del que migra. Al inicio de la evolución, las personas debían abandonar su lugar de origen en busca de alimentos, vivienda y vestimenta, desde entonces y gracias a ello también se ha podido llegar a explorar el mundo terrestre, se han descubierto así continentes y nuevos territorios, de esta manera creando nuevas razas y culturas que hoy forman parte de nuestra historia.

Sin embargo, la situación actual en cuanto a la migración se ha tornado un poco diferente, a medida que el ser humano ha evolucionado y la sociedad ha ido avanzando con él, las personas en la actualidad deben migrar por problemas sociales, económicos e incluso políticos, todo con el mismo fin, otorgarse a sí mismos y a su familia mejores oportunidades y condiciones de vida. Aunque la migración tiene un lado positivo al mejorar la calidad de vida de muchas personas, no todas las migraciones se realizan bajo condiciones favorables.

Y es que se podría afirmar que migrar en condiciones favorables se ha considerado desde hace apenas unos pocos años un privilegio reservado para la poca población con buena posición económica que existe en todo el mundo, mientras que para la población con una posición económica no favorable ha supuesto todo lo contrario, especialmente desde que vivimos en una nueva era de migraciones humanas: la era de los muros y las vallas (Achetegui, 2020)<sup>3</sup>. Convirtiéndose así en un proceso que exige demandas tan intensas para el ser humano que superan su propia capacidad de adaptación y provocando a su vez niveles de estrés tan intensos e innaturales que terminan siendo un riesgo grave para la salud mental de estas personas.

---

<sup>3</sup> Achetegui, J. (2020) *El Síndrome de Ulises. Contra la deshumanización de la migración*. Barcelona, España: Ned Ediciones.

Tan sólo México, en los últimos años no sólo se ha convertido para muchos migrantes latinoamericanos en un territorio por el que hay que avanzar para llegar al norte del continente americano sino que también se ha convertido en la casa de muchos de ellos, con la esperanza de encontrar mayor oportunidad de empleo, de seguridad y a su vez mejorar la calidad de vida de sus familias. La Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados (COMAR, 2022)<sup>4</sup> reportan que en el año 2021 se rompieron todos los récords, pues de enero a octubre de ese mismo año se recibieron 108,195 peticiones de refugio en México, superando por mucho las solicitudes que se recibieron en el 2019, con 70,341 cuyo año había sido considerado como el año con más solicitudes registradas desde el 2013. Para muchos de estos inmigrantes, su objetivo principal fue Estados Unidos de América, pero dado las dificultades por las que atraviesan durante su travesía hacia el país de destino, la mayoría opta por considerar a México como una opción para forjar una nueva vida.

Al abandonar el país de origen, los migrantes pasan por un proceso de duelo migratorio que dependiendo de la vulnerabilidad y los estresores que se presenten en el ambiente del migrante, se puede llegar a desencadenar un cuadro de estrés crónico, donde se presentan síntomas de carácter depresivo, ansioso, de somatización y confusional. Estos síntomas abarcan el nombrado Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple o Síndrome de Ulises, que se manifiesta más comúnmente en personas que abandonan su país de origen en condiciones extremas, sin apoyo de familiares o amigos, sin oportunidad de cumplir sus objetivos propuestos como: encontrar un trabajo o conseguir una residencia permanente en el país de destino; usualmente los inmigrantes con más dificultades para superar el duelo migratorio y mayor probabilidad de desarrollar el Síndrome de Ulises son los inmigrantes sin documentos

---

<sup>4</sup> Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados [COMAR] (2022). *Solicitantes por año*. Recuperado de <https://www.gob.mx/comar/articulos/solicitantes-por-ano?idiom=es>

migratorios (*indocumentados*), porque fuera de su país de origen no existen, y si no existen, difícilmente pueden tener acceso a todas estas oportunidades que ellos buscan.

Los migrantes centroamericanos *indocumentados* que ingresan a México lo hacen en balsas que bordean la costa del Océano Pacífico, a pie por brechas entre cerros en caminatas que a veces superan 100 kilómetros, escondidos en camiones de carga, en taxis, autobuses de pasajeros o el tren carguero conocido como La Bestia (Najar, 2015)<sup>5</sup>. En fin, de maneras inhumanas, muchos de ellos, incluso tienen que tomar más de dos de las rutas mencionadas a lo largo de toda su trayectoria.

Negar o pretender que la situación que vive la mayoría de los migrantes en la actualidad no es grave, es una gran falta moral y ética a la humanidad en sí. Se tiene que humanizar la migración, porque al final del día los migrantes siguen siendo personas y aunque en la actualidad existen múltiples estudios acerca de cuántas personas migran al año o cuántas personas lo hacen por falta de empleos, investigaciones que nos permiten dimensionar a través de números la seriedad de este fenómeno, pero, así como reconocemos y nos preocupamos por cuántos son, también es importante preguntarse quiénes son.

Al centrarse más en las estadísticas, existe el riesgo de caer en dos extremos sumamente peligrosos, en el primero se puede llegar a subestimar los procesos psicológicos y adaptativos por los que pasan los migrantes y en el segundo existe un riesgo de diagnóstico de un trastorno mental, el Síndrome de Ulises se encuentra justo en medio de estos dos extremos y, por lo tanto, en el área de prevención. De ahí, la importancia de que existan mayores investigaciones al respecto, sobre todo para que el personal de la salud que trabaja con inmigrantes se informe

---

<sup>5</sup> Najjar, A. (16 de febrero de 2015). México: las rutas de los migrantes que no pueden viajar en La Bestia. *BBC Mundo*. Recuperado de [https://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/01/150116\\_migracion\\_mexico\\_centroamerica\\_nuevas\\_rutas\\_an](https://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/01/150116_migracion_mexico_centroamerica_nuevas_rutas_an)

acerca de este cuadro de estrés crónico, para evitar el mal diagnóstico y que esto termine provocando mayores estresores en los migrantes de los que ya poseen.

### **1.5. Planteamiento del problema**

La migración es un fenómeno que ha estado presente desde los tiempos más remotos y a lo largo de la evolución humana, ha permitido que los seres humanos se desplacen de un lugar a otro en busca de nuevas oportunidades, aunque no siempre lleven consigo ese espíritu ambicioso de superación, especialmente cuando lo hacen en situaciones extremas, entonces aquellos sueños y esperanzas pueden verse opacados por sentimientos de tristeza, fracaso, miedo, confusión, soledad, culpa, estos y otros síntomas provocan en el inmigrante un cuadro de estrés crónico que de no ser atendido a tiempo podría llegar a causar daños severos en la salud mental.

La Organización Internacional para los Migrantes (OIM, 2006)<sup>6</sup> se refiere a la migración como: “Movimiento de población hacia el territorio de otro Estado o dentro del mismo que abarca todo movimiento de personas sea cual fuere su tamaño, su composición o sus causas; incluye migración de refugiados, personas desplazadas, personas desarraigadas, migrantes económicos” (p.38).

Las personas que emigran, independientemente de la razón por la que lo hacen, se someten a diversos cambios y pérdidas durante el proceso migratorio. Estos sucesos pueden llegar a suponer para los migrantes estrés y tensión, a lo que se le denomina duelo migratorio (Achotegui, 2009)<sup>7</sup>. Se entiende por duelo a: “La reacción normal ante la pérdida ya sea la

---

<sup>6</sup> Organización Mundial para los Migrantes [OIM]. (2006). *Glosario sobre migración* (N° 7). Recuperado de [https://publications.iom.int/system/files/pdf/iml\\_7\\_sp.pdf](https://publications.iom.int/system/files/pdf/iml_7_sp.pdf)

<sup>7</sup> Achotegui, J. (2009). Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). *Zerbitzuan. Revista de Servicios Sociales*, (46), 163-171. Recuperado de <https://www.zerbitzuan.net/documentos/zerbitzuan/ZERBITZUAN%2046.pdf>

pérdida de una persona querida, un animal, un objeto, etapa o evento significativo” (Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2020)<sup>8</sup>.

La diferencia entre el duelo migratorio y otros duelos, como lo es el duelo a la muerte de un ser querido; es que se trata de un duelo parcial, ya que, en algunos casos existe la posibilidad de volver al país de origen, aunque eso genere que el duelo se vuelva a activar, lo que lo hace también un duelo recurrente y, finalmente, se trata de un duelo múltiple (hay siete duelos de la migración), y lo viven incluso las personas que reciben a los migrante y las que se quedan en el país de origen. El duelo migratorio es algo inevitable al momento de emigrar, es decir, siempre estará presente, sin excepción alguna, lo que va a hacer una diferencia entre cada uno de estos inmigrantes es cómo se vive este duelo, esto es, una persona que vive el duelo migratorio en buenas condiciones, eventualmente el duelo se irá reduciendo hasta impactar en menor medida en su vida y que así, de alguna manera la persona pueda superarlo, pero cuando el duelo migratorio se vive y se manifiesta de manera negativa, entonces disminuye los beneficios de la migración, y en lugar de reducir, se intensifica y debido a esto el inmigrante entra en crisis.

Como se mencionó anteriormente el duelo migratorio provoca estrés y tensión en los migrantes. Lopategui (2000)<sup>9</sup> refiere que el estrés es una reacción física del cuerpo hacia una demanda o a una intrusión perjudicante. Además, puede significar demandas a las que un organismo vivo se ve sometido por parte de su entorno (ambiente); es la respuesta del organismo a esas pruebas. De esta manera se considera que el estrés es naturalmente una manera de afrontar circunstancias amenazantes y demandas que se presentan en el ambiente,

---

<sup>8</sup> Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2020). *Manual de Capacitación para Acompañamiento y Abordaje de Duelo*. Recuperado de <https://www.unicef.org/elsalvador/media/3191/file/Manual%20sobre%20Duelo.pdf>

<sup>9</sup> Lopategui, E. (2000). *Estrés: concepto, causas y control*. San Juan, Puerto Rico: Saludmed. Recuperado de <http://www.saludmed.com/Documentos/Estres.html>



es incluso de vital importancia para la supervivencia, al igual que la migración, sin el estrés no habríamos sido capaces de evolucionar hasta el punto en donde nos encontramos justo ahora, sin embargo, cuando el estrés se manifiesta de manera permanente, se vuelve crónico y puede poner la salud de la persona que lo padece en un grave riesgo.

Si tomamos en cuenta que durante la migración, los migrantes son expuestos a diversos estímulos o causas del estrés (estresores) como lo son la separación forzada de los seres queridos, la lucha por la supervivencia, el miedo que experimentan durante los viajes migratorios, la ausencia de oportunidades y de derechos, entre otros, y además consideramos que dichos estresores se presentan de manera múltiple, al mismo tiempo y que también están presentes de manera consecutiva durante meses e incluso años, no es de sorprender que cada vez haya más inmigrantes solicitando apoyo a las asociaciones de salud pública y específicamente al departamento psicológico.

Es así como, en un intento por rehumanizar la migración Achotegui (2020)<sup>10</sup> define el Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple o Síndrome de Ulises como: “La respuesta de sujetos sanos y sin predisposición al trastorno mental a estas situaciones extremas. Esta respuesta no es una enfermedad mental, sino un cuadro reactivo de estrés” (p.61). Teniendo en cuenta esto, se puede afirmar que el Síndrome de Ulises está posicionado en el área de prevención de la salud mental, más que en el área de tratamiento. Con el fin de determinar que es más factible invertir en prevención que en tratamiento, en esta investigación se enfatizará en identificar los siete duelos de la migración, la intensidad de estos mismos y se hará una valoración de la vulnerabilidad y los estresores que posee una muestra de inmigrantes centroamericanos de la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos, es por esto que el

---

<sup>10</sup> Achotegui, J. (2020) *El Síndrome de Ulises. Contra la deshumanización de la migración*. Barcelona, España: Ned Ediciones.

objetivo se centra en determinar los factores de riesgo para la salud mental y los niveles de estrés en el Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple (Síndrome de Ulises) de dicha muestra.

Para el cumplimiento del objetivo antes mencionado se utilizarán los instrumentos: Escala de Estrés Ulises (Sánchez, 2015) y Escala de Ulises (Achoategui, 2010), dichas escalas permiten evaluar los niveles de estrés migratorio que se manifiesta en los inmigrantes en leve, moderado y extremo, para así determinar la presencia del Síndrome de Ulises, también evalúan las limitaciones (vulnerabilidad) que el inmigrante posee para elaborar cada duelo migratorio y además los problemas que le presenta la sociedad de acogida y el entorno (estresores) para elaborarlo.

## Capítulo 2. Marco Teórico

### 2.1. Migración

#### 2.1.1. Concepto

La migración es un fenómeno tan antiguo que forma parte de la historia de la evolución humana, a pesar de su antigüedad, sigue presente en la actualidad y muy probablemente seguirá estando presente en el futuro. Se ha vuelto tan común que hoy en día la mayoría de la población alrededor del mundo ha conocido a alguien que ha decidido migrar o que alguna vez lo ha considerado. La Organización Internacional para los Migrantes (OIM, 2006)<sup>11</sup> se refiere a la migración como: “Movimiento de población hacia el territorio de otro Estado o dentro del mismo que abarca todo movimiento de personas sea cual fuere su tamaño, su composición o sus causas; incluye migración de refugiados, personas desplazadas, personas desarraigadas, migrantes económicos” (p.38).

Además del término “migración”, muy probablemente también se haya escuchado los términos “emigración” e “inmigración” y, aunque los tres son términos estrechamente relacionados al desplazamiento de las personas, se pueden distinguir perfectamente entre sí. La diferencia va a estar asociada a el punto de vista de quien lo narra, es decir, emigrante es quien abandona el país de origen para establecerse en uno nuevo en el extranjero, mientras que el inmigrante es aquel que llega a un país distinto del que es originario para radicar en él y el migrante, por su parte, es quien se desplaza desde el país de origen hacia otro, sin importar el punto de vista (Coelho, 2022)<sup>12</sup>.

---

<sup>11</sup> Organización Internacional para los Migrantes [OIM]. (2006). *Glosario sobre migración* (Nº 7). Recuperado de [https://publications.iom.int/system/files/pdf/iml\\_7\\_sp.pdf](https://publications.iom.int/system/files/pdf/iml_7_sp.pdf)

<sup>12</sup> Coelho, F. (7 de febrero del 2022). *Diferencia entre emigrante, inmigrante y migrante*. Bogotá, Colombia: Dicionario de Dudas. Recuperado de <https://www.diccionariodedudas.com/diferencia-entre-emigrante-inmigrante-y-migrante/>

Teniendo en cuenta esto, el término migrante permite dar un concepto mucho más general y amplio del fenómeno, ya que en todo proceso migratorio existen personas que emigran de un país para inmigrar en otro (Morales, 2015)<sup>13</sup>, y es que hay que admitir que sin importar el punto de vista por el que sea abordado, cuando existe un desplazamiento desde el lugar de origen para establecerse en otro, el principal motivo es desarrollar una mejor calidad de vida para la persona que migra y para su familia, independientemente de los motivos que incitan dicho desplazamientos, que bien pueden ser motivos sociales, económicos o políticos.

Es importante reconocer que, como fenómeno, la migración es un evento que implica cambios importantes tanto para los países receptores como para los países emisores, pero no hay que olvidar que sin los migrantes; la migración evidentemente no existiría y es ahí donde se debe rescatar el proceso psicológico y adaptativo por el que atraviesan estas personas y del cual se hablará en esta investigación.

### **2.1.2. Migración a través de la historia.**

A lo largo de la evolución, se ha comprobado que los seres humanos poseen grandes capacidades adaptativas, aunque si se retrocede a los años más remotos de la evolución, podríamos entender que la migración es mucho más antigua de lo que la mayoría piensa, a decir verdad, los homínidos, los primates humanos, pertenecen a un conjunto de especies migrantes (específicamente los *homo sapiens sapiens*), en tan sólo 7500 generaciones han llegado a ocupar todos los hábitats del planeta tierra (Achotegui, 2020)<sup>14</sup>.

Con lo anterior sería fácil afirmar que los humanos están altamente preparados para adaptarse a cualquier situación o dificultad presente en su entorno, pero la realidad es que, así

---

<sup>13</sup> Morales, J. (2015). *Derechos de los migrantes en el Sistema Interamericano de los derechos humanos*. Recuperado de <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/10/4705/14.pdf>

<sup>14</sup> Achotegui, J. (2020). *El Síndrome de Ulises. Contra la deshumanización de la migración*. Barcelona, España: Ned Ediciones.

como a través de los años la humanidad ha evolucionado, la migración lo ha hecho con ella, teniendo así en la actualidad, cifras de migrantes extremadamente mayores en comparación a las cifras registradas hace 52 años. Como se afirmó anteriormente, el fenómeno de la migración es demasiado antiguo, pero con el desarrollo de los medios de transporte y comunicación ha llegado a alcanzar magnitudes insólitas (Castelló, 2008)<sup>15</sup>. Sólo en los últimos siglos el mundo ha registrado dos llegadas masivas de migraciones y hoy, al igual que hace doscientos años, la razón para migrar sigue siendo la misma: mejorar la calidad de vida del migrante mismo y de su familia.

La primera de estas llegadas masivas de migraciones mundiales se dio a principios del siglo XIX, más específicamente entre los años 1820 y 1920, donde 60 millones de europeos emigraron hacia América del Norte (Castelló, 2008). Cuando se descubrió América, mucha de la población de Europa decidió migrar hacia el nuevo continente, aunque, al principio este viaje estaba exclusivamente destinado a las personas de la clase social alta debido al alto costo del transporte, que se elevaba al representar un trayecto largo y por los riesgos que conllevaba realizar un viaje de esa magnitud. Sin embargo, por aquel entonces la gente adinerada necesitaba contratar trabajadores y llevar esclavos consigo, por lo que estos representaban también una gran parte de los migrantes que llegaron a América en aquel tiempo, aunque ellos no lo hicieran de manera voluntaria. Castelló (2008) afirma que los esclavos y los migrantes con contrato eran quienes sufrían la penuria de mano de obra de América.

Cuando el continente americano se vio un poco más colonizado y en desarrollo, se abrió camino a las migraciones voluntarias y la proporción de inmigrantes libres que en 1820 era de un 20% con relación al resto de inmigrantes, en 1840 dicho porcentaje aumentó a 80%

---

<sup>15</sup> Castelló, V. (2008). Las migraciones desde una perspectiva histórica. *Revista de treball, economia i societat*, (49), 9-13. Recuperado de [http://www.ces.gva.es/pdf/trabajos/articulos/Revista\\_49/art1.pdf](http://www.ces.gva.es/pdf/trabajos/articulos/Revista_49/art1.pdf)

(Castelló, 2008). La mayoría de estos inmigrantes se estableció principalmente en Estados Unidos. Aunque también se tiene registro de inmigrantes que decidieron instalarse en la zona sur del continente, específicamente en Argentina y Brasil. Ya entre los años 1906 y 1910, Estados Unidos había absorbido el 64% de la inmigración europea, seguido de Argentina con un porcentaje de 17% (Castelló, 2008). En la actualidad dicho desplazamiento se ha invertido, ahora una parte de la población latinoamericana decide (independientemente de los motivos) emigrar hacia Europa o al norte de América, hacia los países más desarrollados como Estados Unidos y Canadá.

La segunda llegada masiva de migrantes se registra en años mucho más recientes e incluso persevera en la actualidad, además de que se da en un contexto político muy diferente al de la primera, en donde las migraciones masivas no conocían de visas, cuotas, migraciones clandestinas e ilegales y de muros vigilados por policía migratoria. Después de la Segunda Guerra Mundial, la implementación de estos nuevos conceptos es definitiva e indiscutible (Castelló, 2008). Aunque con lo anterior se podría pensar que, al tener mayores dificultades y requisitos por cumplir, las migraciones internacionales se reducirían en un porcentaje considerable, la verdad es que resultó todo lo opuesto.

Castelló (2008) menciona que “A finales del siglo XX, la mano de obra de los países del tercer mundo emigró a los países industrializados. A la inversa, en los países ricos, el envejecimiento de la población genera penuria de mano de obra y la demanda de inmigrantes, por su parte, refuerza la emigración” (p.3). Este mayor porcentaje de migrantes también trajo consigo una disminución de la calidad de las migraciones.

Para tener acceso a medios de transporte adecuados para viajes de largo tramo territorial como los son los viajes en las migraciones internacionales, se debe tener la documentación migratoria en regla: pasaporte y visa, en caso de que el país al que se migra lo solicite; esta

documentación no sólo implica un proceso de trámite tedioso y complicado para algunos de los migrantes sino que, implica gastos económicos que los migrantes, en situaciones de pobreza no se pueden costear, un hecho que se considera bastante paradójico al ser la crisis económica una de las principales razones por la que las personas dejan su país de origen para radicar en otro. Debido a esto, muchos sujetos han decidido abandonar su país de origen en condiciones extremas y sin dichos documentos migratorios, lo que implica riesgos para su integridad física, además se someten a otro tipo de problemas durante el trayecto que implica riesgos para su salud mental.

La migración en el continente americano es una situación muy común y real, sobre todo en los países menos desarrollados. La Organización Internacional para las Migraciones (como se citó en Galeana, 2014)<sup>16</sup> menciona que:

“De los 214 millones de migrantes en el mundo, 25 millones pertenecen al continente americano, lo que representa el 15% de la migración internacional, donde la gran mayoría viaja a Estados Unidos. Entre los principales países expulsores se encuentran países latinoamericanos como: México, Colombia, Puerto Rico, entre otros” (p.37).

En el presente, la migración ha aumentado en cifras nunca vistas. Solamente en junio de 2019 se daba un estimado de que el número de migrantes internacionales correspondía a 272 millones en todo el mundo, eso significaba 51 millones más de los que registraron en 2010 (Naciones Unidas, 2020)<sup>17</sup>.

Hay que reconocer que la migración no sólo forma parte de nuestra evolución y de nuestra historia, sino que además forma parte de la supervivencia humana y negar al ser humano la

---

<sup>16</sup> Galeana, P. (2014). *Historia comparada de las migraciones en las Américas* (p. 37). Recuperado de <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/8/3828/30.pdf>

<sup>17</sup> Naciones Unidas. (2020). *Desafíos Globales: Migración*. Recuperado de <https://www.un.org/es/global-issues/migration#:~:text=En%20la%20actualidad%2C%20el%20n%C3%BAmero,millones%20m%C3%A1s%20que%20en%202010>

posibilidad de seguir siendo un ser nómada, en busca de mejores oportunidades resulta ilógico e injusto. Se tendría que hablar menos acerca de la prohibición de las migraciones y más acerca de cómo cada país debería ser capaz de brindar a su nación los recursos necesarios para desarrollar una calidad de vida óptima sin necesidad de abandonar su territorio natal.

### **2.1.3. Migración como factor de riesgo en la salud mental**

La migración es un proceso de constante transición, es decir, el migrante debe realizar persistentemente reajustes en todos los ámbitos de su vida, esto podría llegar a representar para muchos migrantes un periodo de desequilibrio personal (Martínez y Martínez García, 2018)<sup>18</sup>. Maya (1999)<sup>19</sup> menciona que “Cuando el individuo se desplaza a otro país, se enfrenta a experiencias novedosas y se incorpora a un contexto no familiar que le exige un esfuerzo importante de acomodación psicológica” (p.15). Se podría pensar que cualquier ser humano evolucionado y con capacidad de adaptación podría estar preparado para dicha acomodación psicológica, sin embargo, la realidad es que estas constantes transiciones muchas veces llegan a superar su capacidad de adaptación.

Afirmando lo anterior, se considera importante mencionar que, pese a ello, la migración no es del todo negativa, existe un lado positivo de ella y es aquel que da la oportunidad a inmigrantes de mejorar su calidad de vida y desarrollarse en mejores contextos sociales, económicos y políticos. Pero como todo fenómeno social llega a tener también un lado negativo del que pocas veces se habla y al que se le denomina estrés o duelo migratorio.

---

<sup>18</sup> Martínez, M., y Martínez J. (2018). Procesos migratorios e intervención psicosocial. *Papeles del Psicólogo*, 39 (2). 96-107. Recuperado de <https://www.redalyc.org/journal/778/77855949003/77855949003.pdf>

<sup>19</sup> Maya, I. (1999). *Análisis de los recursos de apoyo social de los inmigrantes africanos y latinoamericanos en Andalucía* (tesis doctoral). Universidad de Sevilla, España.



Achotegui (2009)<sup>20</sup> menciona que el duelo migratorio es: “Un duelo complejo y, en bastantes momentos, difícil, sobre todo si las circunstancias personales o sociales del inmigrante son problemáticas hasta el punto de que pueden llegar a desestructurar al sujeto” (p.163). Siguiendo la misma idea del autor, es importante recalcar que pese a su complejidad, el duelo migratorio es un duelo que el ser humano es capaz de elaborar, pero que se puede convertir en un factor de riesgo si se da en las siguientes circunstancias: *si existe vulnerabilidad por parte del que inmigra*, es decir, es una persona con discapacidad o que no está del todo sano (en cuanto a salud física y mental), *si el nivel de los estresores (causas del estrés) es demasiado alto* para que el inmigrante lo pueda tolerar y finalmente, *si se dan ambas condiciones al mismo tiempo* . Las características antes mencionadas corresponden a un tipo de duelo migratorio extremo, es tan complicado que supera la capacidad adaptativa del sujeto y le impide elaborarlo de manera normal, este tipo de duelo es propio del Síndrome del Migrante con Estrés Crónico y Múltiple (Síndrome de Ulises) el cual se abordará más adelante.

La migración se considera como un fenómeno que requiere un alto nivel de adaptación por parte del sujeto que decide emigrar, ya que implica una alta demanda de cambios constantes para el individuo, pero se convierte en factor de riesgo para la salud mental cuando el individuo es poco estable, el medio en el que se encuentra es poco favorable para su readaptación o si se dan ambas situaciones. Es importante detectar a tiempo en los inmigrantes estas circunstancias o estresores (los cuales se abordarán de manera más específica posteriormente), para orientarlos en el área de prevención y para evitar que desarrollen una patología.

---

<sup>20</sup> Achotegui, J. (2009). Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). *Zerbitzuan. Revista de Servicios Sociales*, (46), 163-171. Recuperado de <https://www.zerbitzuan.net/documentos/zerbitzuan/ZERBITZUAN%2046.pdf>

#### **2.1.4. Los migrantes en situación extrema de la actualidad.**

Para comenzar a hablar de la situación extrema en la que viven los migrantes en la actualidad, es importante mencionar que hay una gran diferencia entre los migrantes que viajan con documentos migratorios y los que lo hacen sin ellos. Achotegui (2020) los clasifica en cinco grupos:

1. Los *ricos*: son aquellos que viajan por placer alrededor del mundo. No se considera que migren, sino que tienen movilidad. Pueden llegar a solicitar residencia permanente si compran una casa en el país destino.
2. Los inmigrantes con documentos migratorios y *con goce de todos sus derechos*.
3. Los inmigrantes con documentos migratorios que *carecen de algunos derechos*, como: no les permiten traer a su familia o se les discrimina por ser extranjeros.
4. Los *semi regularizados*: aquellos que se encuentran en un limbo legal, no saben si van a obtener su documentación pronto o si están en riesgo de perderla, aquellos que no cuentan con los recursos necesarios para reagrupar a su familia.
5. Los que *no tienen documentos migratorios*: aquellos que se encuentran fuera del sistema.

Los últimos tres grupos son los que se encuentran en mayor estado de vulnerabilidad y los que corren mayor riesgo a vivir situaciones extremas en la actualidad, a su vez, son los más propensos a padecer el Síndrome de Ulises, pero de la vulnerabilidad de padecer el síndrome se hablará más adelante.

La migración, no ha sido nunca, algo sencillo de realizar y afrontar, pero, en los últimos años diversas circunstancias han hecho de la migración un acto casi heroico, donde sólo los más valientes se atreven a migrar y donde sólo algunos de ellos llegan a realizarlo con éxito. Migrar hoy, se ha convertido para millones de personas en un proceso que implica niveles de

estrés tan intensos que llegan a sobrepasar su capacidad adaptativa (Achoategui, 2004)<sup>21</sup>. Dicho estrés en años anteriores era exclusivamente de tipo físico, ambiental y climático, pero hoy día es principalmente social. Ahora es, en realidad, un problema de barreras legales, de carencia de oportunidades, de persecución y exclusión social (Achoategui, 2020).

Por otra parte, las migraciones en siglos pasados se daban principalmente con el objetivo de encontrar mejores oportunidades de empleo, en cambio ahora y sobre todo en el continente americano, la mayoría de las personas huye de sus países de origen debido a la violencia, a las amenazas y extorsiones que reciben por parte de grupos delictivos, el reclutamiento de pandillas o la prostitución, la falta de oportunidades y, por si no fuera poco, ahora se suma una nueva causa: los daños colaterales de la pandemia de COVID-19 (Naciones Unidas, 2021)<sup>22</sup>.

Además, poco se habla de los peligros a los que se enfrentan en el viaje migratorio, porque, como se mencionó anteriormente, la violencia e inseguridad hoy, son las principales causas por las que abandonan su país de origen, sin embargo, muchas veces los migrantes se *tropiezan nuevamente con la misma piedra*, con decir que, sólo en México los migrantes están expuestos a ser asaltados, asesinados, reclutados en contra de su libertad por el crimen organizado e incluso se enfrentan a la posibilidad de ser detenidos y golpeados por los mismos agentes migratorios que intentan contenerlos o deportarlos de maneras violentas e inhumanas (Santos, 2021)<sup>23</sup>.

---

<sup>21</sup> Achoategui, J. (2004). Emigrar en situación extrema: el Síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises). *Revista Norte de Salud Mental*, (21), 39-52. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4830454.pdf>

<sup>22</sup> Naciones Unidas. (2021). *Migración en 2021: Aumenta el número de refugiados y migrantes pese a las restricciones de viaje*. Recuperado de <https://news.un.org/es/story/2021/12/1501972>

<sup>23</sup> Santos, A. (18 de noviembre de 2021). Hallados 195 migrantes centroamericanos hacinados sin agua ni comida en un hotel de Nuevo León. *El País*. Recuperado de <https://elpais.com/mexico/2021-11-18/hallados-195-migrantes-centroamericanos-hacinados-sin-agua-ni-comida-en-un-hotel-de-nuevo-leon.html>

Según la Red de Documentación de las Organizaciones Defensoras de Migrantes [REDODEM] (como se citó en Arteta, 2019)<sup>24</sup>, el robo es el delito que más reportan los migrantes que pasan por refugios y, al menos 10% de ellos denuncia haber sufrido algún tipo de agresión en el camino. En el 2018, esta red reportó 3 777 agresiones contra migrantes, de dichas agresiones, 2 829 fueron robos. En 956 casos, la víctima del delito declaró que lo atacaron una o dos personas. En 881 casos, mencionaron que los perpetradores fueron grupos delictivos o pandillas y 542 veces se reportó que el agresor fue un agente del estado, principalmente policías federales y municipales. A este último grupo también se les atribuye los delitos de extorsión y abuso de autoridad.

Además de robos, también se denuncian lesiones y secuestros. En el mismo informe realizado por REDODEM en el 2018, se registraron al menos 174 reportes de secuestros de migrantes, 156 de ellos eran hombres y 18 mujeres. El responsable más común de este delito es la delincuencia organizada, que se identifica como perpetrador en al menos 46% de los casos. La Comisión Nacional de los Derechos Humanos [CNDH] (como se citó en Reuters, 2021)<sup>25</sup>, reportó que, en la última década, más de 70 000 migrantes fueron traficados o secuestrados en México. Finalmente, de acuerdo con REDODEM (como se citó en EFE, 2018)<sup>26</sup>, el sur y el sureste del país se considera la zona más peligrosa para los migrantes, ya que 29,18% de los delitos se cometieron en Chiapas y 16,78% en Veracruz.

---

<sup>24</sup> Arteta, I. (4 de septiembre de 2019). Robos, abuso de autoridad y extorsión: Los datos sobre la violencia que padecen migrantes en México. *Animal político*. Recuperado de <https://www.animalpolitico.com/2019/09/migrantes-delitos-robos-informe-datos/>

<sup>25</sup> Reuters. (23 de noviembre de 2021). Más de 70.000 migrantes fueron traficados o secuestrados desde 2011 en México: informe. *Voz de América*. Recuperado de <https://www.vozdeamerica.com/a/mas-70-mil-migrantes-traficados-secuestrados-desde-2011-mexico-informe-/6325232.html>

<sup>26</sup> EFE. (21 de agosto de 2018). ONG atribuyen a autoridades el 25 % de los delitos contra migrantes en México. *Agencia EFE*. Recuperado de <https://www.efe.com/efe/america/sociedad/ong-atribuyen-a-autoridades-el-25-de-los-delitos-contra-migrantes-en-mexico/20000013-3726015>

A su vez, es importante reconocer el doble riesgo que corren debido a género las mujeres migrantes, sobre todo en una sociedad machista como lo es Latinoamérica. Ellas, además de enfrentarse a los riesgos antes mencionados, también son vulnerables a recibir acoso, abuso y violación sexual, y en ocasiones, como consecuencia de dicha violación quedan embarazadas o contraen una enfermedad de transmisión sexual. Su sufrimiento podría persistir incluso una vez llegando al país destino, ya que en ocasiones quedan recluidas durante unos días en casas de seguridad, donde *los coyotes* o *polleros* las obligan a hacerse cargo del aseo y la comida, sin ningún tipo de remuneración económica (Cueva y Terrón, 2014)<sup>27</sup>.

Un ejemplo de esta violencia contra las mujeres se observa en un estudio realizado en el 2007, sobre mujeres migrantes en detención en México, algunas de ellas provenientes de Ecuador, contaban el ambiente de violencia sexual en los barcos que las transportaban a la costa de Guatemala antes de ingresar a México y otra mencionaba las violaciones que habían visto en la ruta de los trenes (Kuhner, 2011)<sup>28</sup>.

Muchas de las mujeres que han llegado a sufrir alguno de estos tipos de abusos rara vez realiza una denuncia a las autoridades correspondientes, las razones pueden ser porque como migrantes se sienten en situación de desigualdad, porque este tipo de circunstancias podrían retrasar su viaje o porque los responsables de dicho abuso fueron policías o funcionarios públicos (Marroni y Meneses, 2006)<sup>29</sup>.

---

<sup>27</sup> Cueva, T. y Terrón, T. (2014). Vulnerabilidad de las mujeres migrantes en el cruce clandestino por Tamaulipas-Texas. *Papeles de población*, 20 (79), 209-241. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/pp/v20n79/v20n79a8.pdf>

<sup>28</sup> Kuhnor, G. (2011). La violencia contra las mujeres migrantes en tránsito por México. *DFensor, revista de derechos humanos*, (6), 19-25. Recuperado de [https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2014/05/dfensor\\_06\\_2011.pdf](https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2014/05/dfensor_06_2011.pdf)

<sup>29</sup> Marroni, M. y Meneses, G. (2006). El fin del sueño americano. Mujeres migrantes muertas en la frontera México-Estados Unidos. *Migraciones Internacionales*, 3 (3), 5-30. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/migra/v3n3/v3n3a1.pdf>

Prueba de esto último, son los testimonios de violencia sexual de algunas mujeres migrantes, incluidos en una investigación hecha por Díaz y Kuhner (2007)<sup>30</sup>:

- Mujer peruana de 22 años:

*“Estábamos sentados afuera de Agua Prieta cuando las autoridades nos robaron. Todos los hombres se tenían que quitar la ropa pero cuando se me acercaron, me tocaron por todo el cuerpo antes de quitar mi dinero”.*

- Mujer guatemalteca de 21 años:

*“Estábamos en el tren cerca de Apizaco, Tlaxcala –había una caseta al lado–. Un agente de seguridad se subió al tren y me violó. Me dijo que si yo reportaba algo a la policía me llevarían de regreso a Guatemala. Después, me quitó 40 usd”.*

- Mujer salvadoreña de 27 años:

*“Estábamos en Tapachula y un agente de migración nos paró. Nos dijo que, si tuviéramos relaciones con él, no nos detenía”.*

Migrar en la actualidad es una verdadera odisea, implica riesgos tan extremos a los que muy pocos logran adaptarse, sobre todo si su situación legal en el país de destino es irregular e implica un riesgo aún mayor si se viaja siendo mujer. Es terrible ver la situación a la que se enfrentan en la actualidad muchos migrantes, basta con mirar las noticias o leer el periódico para encontrar una muestra de la brutalidad inhumana con la que es tratada esta población vulnerable; en México, a finales del 2021, 652 migrantes fueron encontradas en el estado de

---

<sup>30</sup> Díaz, G. y Kuhner, G. (2007). Globalización y migración femenina. Experiencias en México. *Centro de Estudios y Programas Interamericanos Instituto Tecnológico Autónomo de México*. CEPI working paper No. 12.

Tamaulipas, cruzando el país a bordo de tres tráileres, donde viajaban hacinados y sin ningún tipo de ventilación.

Unas semanas después, en el mismo país, la Guardia Nacional descargó sus balas contra una furgoneta en la que viajaban trece personas procedentes de Cuba, Haití, Brasil y Ghana, el atentado dejó como saldo a dos cubanos muertos y a cuatro más de los pasajeros heridos, la única razón que dio la Guardia Nacional fue que su integridad corría riesgo y que sólo actuaron para protegerse (Santos, 2021). Y se podrían seguir dando ejemplos así o más desgarradores, pero la idea principal ha quedado plasmada.

Es lamentable admitir que el derecho a migrar de una manera digna está exclusivamente reservado para las personas con dinero, mientras que las personas en situación de pobreza deben sumergirse en un viaje que podría costarles la salud e incluso la vida para simplemente, alcanzar sus objetivos personales y profesionales, así como mejorar su calidad de vida.

## **2.2. Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple (Síndrome de Ulises)**

### **2.2.1. Concepto.**

Para comprender mejor el concepto de Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple o Síndrome de Ulises, es importante que primero se haga un breve análisis de las palabras que componen el nombre de dicho síndrome.

Primeramente, se le otorga el nombre de Síndrome de Ulises en honor al héroe de la mitología griega al que el poeta griego Homero le da vida en su tan emblemático poema *La Odisea*, en él, un semidiós llamado Ulises fue desplazado por una guerra de la que no quiso ser partícipe y debido a ello, padeció múltiples adversidades y peligros lejos de sus seres queridos (Achotegui, 2020). Por otro lado, el mismo autor menciona que su denominación de síndrome con respecto al cuadro que describe en el Síndrome de Ulises es: “Meramente descriptiva y que

proviene de su acepción más simple; conjunto de signos y síntomas” (p.72). Por lo tanto, no está tipificado dentro del Manual Diagnóstico de las Enfermedades Mentales V (DSM-V).

En 2002, Achotegui (como se citó en Puy, Guitián, Pías, Aldrey y Macías, 2020)<sup>31</sup> describió el Síndrome de Ulises por primera vez para referirse al inmigrante con estrés crónico, al cual serían vulnerables aquellos inmigrantes expuestos a niveles de estrés extremos durante la migración y que, además poseen características de vulnerabilidad que los hacen susceptibles a presentar un conjunto de síntomas que se enmarcan dentro del Síndrome de Ulises y de los cuales se hablará en los próximos subtemas. Así pues, el Síndrome de Ulises describe un cuadro reactivo de estrés ante circunstancias de duelo migratorio extremo que no pueden ser elaboradas, además, se trata de una respuesta por parte de sujetos sanos y sin ningún tipo de antecedentes de trastornos mentales (Abuagilah, 2014)<sup>32</sup>.

Se entiende entonces que, el síndrome descrito va mucho más allá del duelo migratorio clásico y se relaciona de manera estrecha con las condiciones extremas de la actualidad que se describieron previamente, en las que muchos migrantes viajan e incluso viven. Es de manera más concreta, este síndrome, un conjunto de síntomas (del que se hará una extensa mención más adelante) que conforman un cuadro reactivo de estrés crónico y múltiple, que se encuentra en el límite entre la salud mental y la psicopatología como se observa en la tabla 2.1 (ver figura 2.1).

---

<sup>31</sup> Puy, A., Guitián, A., Pías, J.M., Aldrey, J.M. y Macías, M. (2020). Ulises en la literatura médica. *Revista de Neurología*, 71 (3). 119-122. doi: 10.33588/rn.7103.2020187

<sup>32</sup> Abuagilah, M. (2014). *Síndrome de Ulises, aculturación y personalidad en una población de inmigrantes árabes*. (Tesis doctoral). Universidad de Barcelona. Barcelona.



Área de salud mental	Síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple: síndrome de Ulises	Área de la psicopatología
Riesgo en el diagnóstico: considerar que no pasa nada. Peligro de banalización al negar el duelo migratorio extremo.	Riesgo en el diagnóstico: considerar que es un trastorno mental. Peligro de medicalización al convertir el cuadro en enfermedad. Estigmatización. Victimización.	

Figura 2.1. Ubicación del Síndrome de Ulises, la tabla muestra cómo el síndrome se encuentra entre el área de salud mental y el área de la psicopatología. Esquema tomado de Achotegui, 2020.

Otorgarle un nombre a la situación por la que pasan muchos hombres y mujeres que deciden abandonar su país de origen en la actualidad, puede ayudar no sólo a crear empatía hacia los migrantes, sino que, además permite que los servicios médicos y sociales a cargo de ellos, comprendan que no es correcto menospreciar la sintomatología presente en dichas personas ni muchos menos se debe diagnosticar un trastorno mental de manera errónea.

### 2.2.2. Vulnerabilidad en el Síndrome de Ulises

El término vulnerabilidad ha sido acuñado a lo largo de la historia por diversas ramas científicas y, por ende, se le ha dado un concepto diferente dependiendo de la perspectiva desde la que sea estudiado. La perspectiva que le concierne al presente estudio es aquella que corresponde a la sociología y al trabajo social, ya que introduce el concepto con el fin de estudiar a los grupos más vulnerables ante diferentes contextos sociales (García, 2015)<sup>33</sup>. En relación con la investigación, se habla entonces de estudiar a los inmigrantes más vulnerables a padecer el

<sup>33</sup> García, J. (2015). Concepto de vulnerabilidad psicosocial en el ámbito de la salud y las adicciones. *Health and addictions*, 15 (1), 5-14. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/839/83938758001.pdf>

Síndrome de Ulises, es decir, aquellos quienes son más propensos a experimentar el cuadro de estrés crónico y múltiple.

Para ello, Ruiz (2011)<sup>34</sup> menciona que es importante tomar en consideración que la construcción de la vulnerabilidad se debe realizar en dos momentos distintos del proceso: en el primero se debe tomar en cuenta las condiciones que el sujeto tiene antes de una situación de estrés (en este caso, previo a la migración), que podrían hacerlo propenso al síndrome y en la segunda, se toma en cuenta las formas de afrontamiento que desarrolla el sujeto una vez que la situación de estrés ha ocurrido (en este caso, una vez que el sujeto ha llegado al país destino). Achotegui (2002)<sup>35</sup> coincide con la idea anterior, en cuanto a la relación entre vulnerabilidad y migración, donde se toma en consideración el conjunto de limitaciones que posee un sujeto cuando migra y que constituyen un factor de riesgo para su salud mental.

En la valoración de la vulnerabilidad en el Síndrome de Ulises, Achotegui et al. (2017)<sup>36</sup> tiene en cuenta:

- La *vulnerabilidad física o diátesis*: limitaciones físicas que puedan complicar la elaboración del duelo migratorio (discapacidades, ser diabético, etc.).
- La *vulnerabilidad psíquica*: limitaciones psíquicas que puedan complicar la elaboración del duelo migratorio (enfermedades mentales).
- La *historia personal*: cualquier dificultad que haya vivido en su pasado (acontecimientos traumáticos).

---

<sup>34</sup> Ruiz, N. (2011). La definición y medición de la vulnerabilidad social. Un enfoque normativo. *Investigaciones geográficas, Boletín del Instituto de Geografía, UNAM*, (77). 63-74. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/igeo/n77/n77a6.pdf>

<sup>35</sup> Achotegui, J. (2002). *La depresión en los inmigrantes. Una perspectiva transcultural*. Barcelona, España: Editorial Mayo.

<sup>36</sup> Achotegui, J., Solanas, A., Fajardo, Y., Espinosa, M., Bonilla, I. y Espeso, D. (2017). Concordancia entre evaluadores en la detección de factores de riesgo en la salud mental de la inmigración: Escala Ulises. *Norte de salud mental*, 15 (57). 13-23. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6381257.pdf>

- La *edad del migrante*: se considera que migrar con más de 65 años incrementa las limitaciones de adaptación del sujeto.

Es importante, tomar en consideración los factores de vulnerabilidad previamente descritos en el Síndrome de Ulises, se deben tener en cuenta al momento de evaluar el estrés y el duelo migratorio, para que, a su vez, se elabore un diagnóstico adecuado.

### 2.2.3. Sintomatología del Síndrome de Ulises

Durante el Síndrome de Ulises el sujeto experimenta una vivencia continua de situaciones que provocan estrés y son tan intensas que afectan de manera profunda la personalidad de éste mismo (Achotegui, 2017)<sup>37</sup>. Aunque no sólo se caracteriza por estos determinados estresores o duelos, en conjunto con estos también aparece un amplio conjunto de síntomas psicológicos y somáticos que se encuentran dentro del área de la salud mental. El autor explica que la descripción clínica que propone se basa en el trabajo de salud mental con la población inmigrante que ha estudiado junto con su equipo desde 1982, primeramente, en la Fundació Cardenal Vidal i Barrequer y, posteriormente en el Servicio de Atención Psicopatológica y Psicosocial a Inmigrantes y Refugiados (SAPPIR) del hospital de Sant Pere Clever, ambos en la ciudad de Barcelona (Achotegui, 2008)<sup>38</sup>.

Partiendo de esto, es importante mencionar que el conjunto de síntomas que se manifiesta en el Síndrome de Ulises se clasifica en el área **depresiva, ansiosa, somática y confusional**, dentro de estos mismos, el sujeto puede llegar a presentar hasta diez síntomas pero eso no es indicador de enfermedad o de trastorno (Abuagilah, 2014).

---

<sup>37</sup> Achotegui, J. (2017). El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). *Revista de Menorca*, 96. 103-111. Recuperado de <https://raco.cat/index.php/RdM/article/view/339995/432555>

<sup>38</sup> Achotegui, J. (2008). Duelo migratorio extremo: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises). *Revista de Psicopatología y salud mental del niño y del adolescente*, (11). 15-25. Recuperado de <https://www.fundacioorienta.com/wp-content/uploads/2019/02/Achotegui-Joseba-11.pdf>

De acuerdo con Achotegui (2004), los síntomas del Síndrome de Ulises se clasifican de la siguiente manera:

### **1. Sintomatología del área depresiva**

- *Tristeza*: a través de ella se expresa el *sentimiento de fracaso*, el inmigrante siente que no ha cumplido con sus propias expectativas y las de sus seres queridos en el país de origen (a quienes añora con intensidad y también puede ser causante de dicha tristeza), de *indefensión aprendida*, el inmigrante siente que no puede hacer nada para cambiar su propio destino y que está destinado a vivir una vida de infortunio.
- *Llanto*: ante la experiencia de situaciones de estrés tan extremas que viven día a día los inmigrantes, las barreras culturales quedan en segundo plano y es común que tanto hombres como mujeres presenten este síntoma, aun cuando en algunas culturas la manifestación del llanto sea vista como símbolo de debilidad en los hombres.
- *Culpa*: generalmente tienen un sentimiento de culpa por estar lejos de su familia, especialmente de hijos pequeños o de padres mayores, también se da por haber abandonado su país de origen a causa de su baja calidad de vida en él.
- *Ideas de muerte*: no se dan de manera frecuente, pese a la gravedad de los estresores. La mayoría de los inmigrantes tienen una capacidad de lucha de gran magnitud que los hace querer seguir viviendo. Sin embargo, en los adolescentes, debido a la impulsividad característica de esta etapa, estas ideas se presentan de manera más frecuente e incluso se pueden manifestar intentos de autolesión. En este síntoma la religión juega un papel muy importante, ya que la fe protege de modo muy significativo estas ideas de muerte.

## 2. Sintomatología del área de la ansiedad

- *Tensión, nerviosismo*: este síntoma se manifiesta de manera muy frecuente y representa el esfuerzo sobrehumano, la lucha que se requiere para afrontar las adversidades que supone la migración, los peligros del viaje migratorio y los que se presentan una vez llegando al país destino.
- *Preocupaciones excesivas y recurrentes*: se presenta por la incertidumbre y la complejidad de la situación en la que vive. El sujeto requiere tomar decisiones importantes y en cortos periodos de tiempo, sin tener esa oportunidad de análisis ni muchas opciones a escoger.
- *Irritabilidad*: no se manifiesta de manera tan recurrente como los anteriores. Se presenta más comúnmente en menores de edad y en las bandas juveniles.
- *Insomnio*: las preocupaciones excesivas y recurrentes dificultan mucho que el inmigrante concilie el sueño. Y al no tener ningún estímulo externo que lo distraiga de dichas preocupaciones, la noche se considera el momento más difícil del día, porque es además cuando el sujeto recuerda todo aquello que dejó atrás, su país, su familia, sus seres queridos, también se percibe la crueldad de su nueva realidad y de los problemas a los que debe enfrentarse diariamente. En consecuencia, de esta dificultad para conciliar el sueño se manifiesta la ansiedad de anticipación, donde el migrante asocia el momento para dormir con tensión y por consiguiente no se relaja lo suficiente para quedarse dormido, a partir de esto se crea un círculo vicioso y un condicionamiento. Sumado a esto se encuentran las pésimas condiciones en las que habitan los inmigrantes como: lugares muy húmedos, demasiado calurosos o fríos, con mucho ruido, poca ventilación, en situación de hacinamiento, etc. Todo lo antes mencionado, sin considerar cuando no se encuentran en situación de calle: entonces se añade el

miedo por la propia integridad física, a los robos, violaciones (sobre todo en las mujeres), las agresiones, a ser detenidos y expulsados por la policía, etc.

### **3. Sintomatología del área de la somatización.**

- *Cefalea*: se considera el síntoma más característico del síndrome y está asociado a las preocupaciones recurrentes e intrusivas que presenta el inmigrante. Las molestias generalmente se encuentran en la zona frontal y en las sienes. Si se analiza desde una perspectiva psicoanalítica podría tener relación directa con la utilización de la defensa de negación (habitual en el duelo migratorio extremo), al resultarles mucho más fácil de sobrellevar el dolor físico, que el seguir pensando en tantos problemas e infortunios.
- *Fatiga*: se presenta de manera más común en inmigrantes que llevan más tiempo en el país de acogida. La energía para realizar actividades y la motivación se encuentran ligadas una con otra y en el caso de los inmigrantes, al percibir su situación actual como un túnel sin salida, existe una tendencia a que disminuyan las fuerzas.
- Otro tipo de somatizaciones que también son frecuentes son las *molestias osteomusculares*, en menor medida también se presentan *molestias abdominales*, *molestias torácicas* y *pérdida de apetito*.

### **4. Sintomatología del área confusional.**

- Dentro de esta área se encuentran síntomas como: *fallos en la memoria*, *en la atención*, *sensación de estar perdido física y emocionalmente*, *desorientación temporo espacial*, etc.
- La confusión puede estar ligada al papel que juegan los inmigrantes para no ser detenidos o deportados, es decir, a vivir a escondidas, cambiando de identidad y diciendo mentiras constantemente para no ser descubiertos ni dejar rastro, les

dicen mentiras incluso a sus propios familiares en el país de origen para no preocuparlos y al final del día ya ni ellos saben qué es verdad o qué es mentira, por ende, este estilo de vida potencia la confusión y la desconfianza.

La organización de la sintomatología del síndrome permite un mejor análisis de los casos y un diagnóstico mucho más minucioso y acertado, facilitando así el trabajo de los servidores públicos que trabajan con los migrantes.

#### **2.2.4. Escala de evaluación de los factores de riesgo en la salud mental en la migración (Escala Ulises)**

La escala de evaluación de los factores de riesgo en la salud mental en la migración o Escala Ulises es creada a partir de la creciente solicitud de instrumentos de evaluación validados del estrés y el duelo migratorio (Achotegui, et al., 2017). Es un instrumento que permite la organización de la información clínica y psicosocial relacionada al estrés y al duelo migratorio, esto permite que la información recopilada sea más ordenada y pueda así, facilitar el trabajo asistencial y de investigación (Achotegui, 2020).

Los objetivos de la escala son: proporcionar los criterios de evaluación de los factores de riesgo para la salud mental en la migración, y a su vez, comparar el estado de riesgo de los inmigrantes que son atendidos en los servicios asistenciales con aquellos que no lo son, para así poder crear estrategias objetivas acerca de cómo repartir los recursos asistenciales de modo equitativo. Así mismo, la escala cumple con una función fundamentalmente de screening, es decir, permite evaluar la intensidad de los factores de riesgo del inmigrante y al mismo tiempo valorar su situación psicosocial (Achotegui, 2010)<sup>39</sup>.

---

<sup>39</sup> Achotegui, J. (2010). *Cómo evaluar el estrés y duelo migratorio. Escala de evaluación de factores de riesgo en salud mental (Escala Ulises)*. Llançà, España: El Mundo de la Mente.

Según Achotegui (2020), la escala se basa en tres grandes pilares:

1. Los siete tipos de situaciones de estrés o de duelo que se dan durante la migración.
2. La valoración de la intensidad con la que dichos duelos se manifiestan: se clasifican en duelo simple, complicado y extremo.
3. Las variables intervinientes en dichos duelos: la vulnerabilidad que se conforma de indicadores como son: las limitaciones físicas y/o psíquicas, dificultades en la historia personal del sujeto y tener más de 65 años; así como los estresores; que se conforman de estresores personales, sociales y ambientales. Se debe valorar la intensidad, la frecuencia y la duración en cada indicador.

Esta escala surgió ante las nuevas situaciones de estrés extrema en la que viajan y viven muchos migrantes, gracias a ella, se puede facilitar y objetivar de manera más precisa el trabajo de los profesionales cuya población de estudio son los migrantes, entendiendo así que, no solamente, puede ser usada en los servicios de salud, sino que, también puede ser usada en los servicios sociales, educativos y cualquier servicio que trabaje con migrantes. Su creación, además, permite darle al Síndrome de Ulises y a las personas que lo padecen, la seriedad y el valor que se merecen.

## **2.3. Estrés**

### **2.3.1. Concepto.**

A lo largo del tiempo, para las ciencias que estudian la conducta humana, el estrés ha sido un tema de interés y preocupación, ya que sus efectos no sólo repercuten en la salud mental de quién lo padece sino también en la salud física. El término fue acuñado por primera vez a



principios del siglo XIV, cuando era usado para referirse a cualquier dificultad o adversidad presente en el sujeto (Rodríguez, Ocampo y Nava, 2009)<sup>40</sup>.

Posterior a ello, con el pasar de los años este término ha sido entendido de cuatro maneras diferentes y desde diferentes perspectivas. La primera se centra en los *enfoques fisiológicos y bioquímicos*, estos enfoques focalizan su atención en las respuestas orgánicas que se producen en el organismo de la persona cuando ésta se enfrenta a algún tipo de situación que se percibe como amenazante. En el segundo enfoque, el *enfoque psicosocial*, se centra más en factores externos, es decir, aquellos eventos que generan estrés. En el tercero, donde se encuentran aquellos *enfoques con orientación cognitiva*, mencionan que el estrés surge a partir de la evaluación cognitiva que realice el sujeto al considerar tanto los aspectos internos que posee, como aquellos proporcionados por el ambiente. Y finalmente, el cuarto, se basa en los *enfoques más integradores*, aquellos que examinan el estrés desde una perspectiva mucho más general, donde se presenta la interacción de múltiples variables (Naranjo, 2009)<sup>41</sup>.

Una de las definiciones más recientes es aquella proporcionada por Lopategui (2000)<sup>42</sup>, quien refiere que el estrés es una reacción física del cuerpo hacia una demanda o a una intrusión perjudicante. Además, puede significar demandas a las que un organismo vivo se ve sometido por parte de su entorno (ambiente); es la respuesta del organismo a esas pruebas. Así mismo, el estrés se presenta en dos procesos diferentes; primero, se da en una valoración cognitiva de la demanda, en esta valoración, el sujeto evalúa si dicha demanda puede dañarlo o beneficiarlo.

---

<sup>40</sup> Rodríguez, M., Ocampo, I. y Nava, C. (2009). Relación entre valoración de una situación y capacidad para enfrentarla. *SUMMA Psicológica UST*, 6 (1). 25-41. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3020310.pdf>

<sup>41</sup> Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33 (2). 171-190. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>

<sup>42</sup> Lopategui, E. (2000). *Estrés: concepto, causas y control*. San Juan, Puerto Rico: Saludmed. Recuperado de <http://www.saludmed.com/Documentos/Estres.html>

En el segundo, se da un proceso de afrontamiento, en él, la persona evalúa si puede o no enfrentar la situación para prevenir un daño o para mejorar sus perspectivas (Naranjo, 2009).

Se considera entonces que, el estrés es una característica positiva en los humanos, ya que les permite reaccionar ante situaciones amenazantes presentes en el ambiente, cuyo resultado puede ser tanto beneficioso como perjudicial, sin embargo, el estrés se puede volver negativo cuando se presenta de manera constante y en altos niveles, es entonces cuando puede significar un riesgo para la salud del individuo.

### **2.3.2. Niveles de estrés.**

Manejar el estrés puede tornarse difícil y confuso, ya que existen tres diferentes tipos de estrés: estrés agudo, estrés agudo episódico y estrés crónico. Cada uno de ellos, manifiesta sus propias características, síntomas, duración y tratamiento (American Psychological Association [APA], 2010)<sup>43</sup>. A continuación, se describirán de manera individual y más específica:

- **Estrés agudo**

Es el tipo de estrés más común en los seres humanos. Se da a partir de las demandas generadas por el pasado reciente y aquellas generadas por el futuro cercano. Es inofensivo cuando se da en pequeñas dosis y para algunos, puede resultar incluso emocionante, sin embargo, cuando es demasiado puede resultar agotador y detonar algunas psicomatizaciones, como: dolor de cabeza o migraña, molestias estomacales y otros. Como se trata de un tipo de estrés que se da a corto plazo, los síntomas que se manifiestan no son tan severos como lo son en el estrés a largo plazo. Alguno de los síntomas más comunes que se presentan durante el estrés agudo son:

---

<sup>43</sup> American Psychological Association. (2010). *Los distintos tipos de estrés*. Recuperado de <http://www.apa.org/topics/stress/tipos>

1. *Agonía emocional*: se trata de una combinación entre enojo o irritabilidad, ansiedad y depresión, las tres emociones del estrés.
2. *Problemas musculares*: se incluyen dolores de cabeza, de espalda, en la mandíbula y tensiones musculares.
3. *Problemas estomacales o intestinales*: acidez, flatulencia, diarrea, estreñimiento y síndrome del intestino irritable.
4. *Sobreexcitación pasajera*: provocan elevación en la presión sanguínea, aumento del ritmo cardíaco, sudoración en las palmas de las manos, mareos, migrañas, manos o pies fríos, dificultad para respirar y dolor en el pecho.

- **Estrés agudo episódico**

Se da en personas que presentan estrés agudo de manera frecuente, en aquellas personas cuya vida siempre es un caos o vive en constantes crisis. Sus síntomas se manifiestan como si se tratara de una sobre agitación prolongada, se presentan entonces: dolores de cabeza intensos y persistentes, migrañas, hipertensión, dolor en el pecho y la presencia de alguna enfermedad cardíaca.

- **Estrés crónico**

Este tipo de estrés se da cuando las exigencias y presiones del medio se dan durante periodos prolongados de tiempo, en este caso, la persona podría tener la sensación de no ver un fin a su situación desdichada, obteniendo como resultado un sentimiento de desesperanza, que le impide seguir intentando buscar soluciones. El estrés crónico se puede volver mortal cuando se presenta: suicidio, violencia, ataques contra el corazón, apoplejía e incluso cáncer. Este tipo de estrés supera la capacidad adaptativa del sujeto y por ende, agota los recursos físicos y mentales de quién lo padece.

Conocer los niveles de estrés, sus características, sintomatología y duración, permite de manera general poder identificar cuándo se manifiesta cada uno de ellos y, además, emplear un tratamiento óptimo en cada caso.

### **2.3.3. El Síndrome de Ulises como cuadro reactivo de estrés.**

El estrés que se manifiesta durante la migración se caracteriza por ser múltiple, ya que perturba diversas áreas de la vida del migrante, de igual manera, se considera crónico, porque puede llegar a prolongarse durante muchos años, es intenso y llega a desorganizar la estructura mental del sujeto, debido a que éste pierde el control en situaciones de carácter permanente (Sánchez, 2015)<sup>44</sup>.

Se considera que el estrés es la primera vivencia que experimenta el migrante, teniendo en cuenta lo anterior, se podría considerar que es algo inevitable y esperado, pero en ocasiones se vuelve tan intenso que supera las capacidades de quien lo padece y, a partir de ahí, se vuelve un estrés patológico y da lugar al estrés crónico y múltiple del que se habla cuando se menciona el Síndrome de Ulises (Salvador, Pozo y Alonso, 2010)<sup>45</sup>. Estas características pueden agravarse, sobre todo si el migrante no tiene una red de apoyo social, como lo es la familia o los seres queridos, ya que, el individuo debe enfrentarse de manera constantes a situaciones de estrés extremas en soledad, en estas condiciones, es evidente que la salud mental y física se llega a doblegar.

Dicho en otras palabras, el estrés migratorio requiere de un esfuerzo sobrehumano para adaptarse al medio que lo rodea, implica de manera permanente una demanda de alta intensidad y cuya duración es más prolongada de lo aceptable a la adaptación del ser humano, por ende,

---

<sup>44</sup> Sánchez, A. (2015). *Programa de apoyo psicológico a inmigrantes: estudio de casos* (tesis doctoral). Universidad del País Vasco, San Sebastián, España.

<sup>45</sup> Salvador, C., Pozo, C. y Alonso, E. (2010). Estrategias comportamentales de aculturación y Síndrome de Ulises de los inmigrantes latinoamericanos. *Boletín de Psicología*, (98), 55-72. Recuperado de <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N98-4.pdf>

puede llegar a ocasionar una reacción emocional intensa en el sujeto (Talarn, Navarro, Rossell y Rigat, 2006)<sup>46</sup>. Se trata de una completa readaptación, pero sin contar con los medios o recursos con los que se disponía cuando se vivía en el país de origen.

Entonces es fuerza concluir que, el estrés que se presenta durante la manifestación del Síndrome de Ulises, es un estrés de tipo crónico y múltiple, y que, debido a dichas características, representa un alto riesgo para la salud mental del sujeto e incluso para su salud física, además, es importante recalcar que debido a la prolongación del tiempo con la que se da este tipo de estrés, muchos migrantes ya no pueden ver su realidad distinta a ésta, es decir, viven de manera constante en este estado de alerta que, para ellos ya no hay otra manera de vivir, pudiendo resultar en un círculo interminable de estrés si no es detectado a tiempo.

#### **2.3.4. Los estresores en el Síndrome de Ulises.**

El término estresor, hace referencia a todo estímulo o agente causal que provoca una reacción de estrés en el sujeto, en pocas palabras, se trata de aquella demanda o situación que causa estrés en la persona (Barrio, García, Ruiz y Arce, 2006)<sup>47</sup>. Al hablar específicamente de estresores en el Síndrome de Ulises, es importante mencionar que dichos estresores están ligados de manera directa con la lucha por la supervivencia que supone el proceso migratorio (Sánchez, 2015).

---

<sup>46</sup> Talarn, A., Navarro, N., Rossell, L. y Rigat, A. (2006). Propuesta de especificadores diagnósticos vinculados al estrés y el trauma: una aportación a la nosología psicopatológica. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11 (2), 107-114. Recuperado de <https://www.aeepc.net/wp-content/uploads/2020/05/05.20062.Talarnetal.pdf>

<sup>47</sup> Barrio, J., García, M., Ruiz, I. y Arce, A. (2006). El estrés como respuesta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1 (1), 37-48. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf>

Achotegui (2020) menciona que, en la migración actual, los estresores psicosociales que se manifiestan en conjunto con ella están estrechamente relacionados con la salud mental y los clasifica de la siguiente manera:

- **Soledad forzada**

El primer estresor que se manifiesta es el duelo por la familia, y se genera con mayor intensidad cuando se ha dejado en el país de origen a hijos pequeños o padres ancianos y enfermos, este estresor se presenta cuando no se puede emigrar con la familia ni tampoco pueden ir a visitarlos porque eso implicaría realizar todo el viaje nuevamente y, especialmente cuando no se tienen documentos migratorios, en definitiva, no es una opción que los migrantes indocumentados consideren factible.

Es importante mencionar que, esta situación no sólo afecta a los migrantes sin documentos migratorios, en ocasiones, hay migrantes que no pueden realizar la reagrupación familiar en el país de acogida por diferentes razones, por ejemplo, se pudiera tratar de cuestiones económicas o de una situación meramente institucional donde el proceso de reagrupación se genera con demasiada lentitud e incertidumbre o definitivamente está detenido.

La soledad forzada se vive con mayor intensidad durante la noche, que, como se mencionaba con anterioridad, es el momento del día donde afloran los recuerdos, las necesidades afectivas y los temores. De igual manera, se va a manifestar con mayor intensidad en los migrantes que provienen de culturas donde las relaciones familiares son muy estrechas y los vínculos afectivos son muy fuertes, tal es el caso de la cultura en Latinoamérica.

El duelo por la familia está estrechamente vinculado con el instinto del apego, y romperlo significa experimentar un dolor que se considera casi físico debido a la intensidad con la que lo percibe el migrante.

- **El fracaso del proyecto migratorio y la ausencia de oportunidades**

El segundo estresor presente en el Síndrome de Ulises es el sentimiento de desesperanza y fracaso, que se da a partir de que el sujeto no logra conseguir las mínimas oportunidades para salir adelante ante las dificultades que se le presentan en su vida como inmigrante. Para estas personas que han invertido todo en el proceso migratorio (dinero, salud y algunos, los mejores años de su vida), y cuyo esfuerzo ha sido arduo, el reconocer que no consiguen salir adelante como lo esperaban desde un inicio, es sumamente vergonzoso. Además, si a esto se le suma lo mencionado en el estresor anterior, se puede afirmar que el fracaso en soledad es aún mucho peor, ya que no cuentan con ninguna red de apoyo en la que puedan refugiarse.

Nuevamente, es necesario hacer una aclaración importante, que este estresor no sólo se presenta en los inmigrantes indocumentados, muchas veces incluso el inmigrante con documentación tiene problemas para encontrar empleos de calidad, y muchas veces, inmigrantes con un grado superior de educación (con licenciaturas y posgrados), se desempeñan laboralmente en sectores que no tienen ningún tipo de relación con su profesión.

Achotegui (2020) describe de manera muy acertada este estresor en la siguiente cita:

“Sueños rotos: esta es la tierra en la que sus sueños mueren. El peor naufragio es en tierra, cuando después de tantos esfuerzos no se puede salir adelante. Traen una mochila, una maleta con unos pocos enseres, pero llena hasta arriba de ilusiones. Lo que más abulta son sus sueños, los sueños de una vida mejor” (p.116).

- **La lucha por la supervivencia**

Dentro de este estresor se clasifican dos áreas de gran importancia:

1. *La alimentación*: muchos de los inmigrantes están subalimentados, por causa de los pocos recursos económicos que poseen para adquirir comida y, además,

aquellos que tienen un salario relativamente bueno, envían gran parte de él a sus familiares en el país de origen, como consecuencia, miles de inmigrantes no tienen otra opción más que consumir productos alimenticios de baja calidad, con muchas grasas saturadas y con poco índice de proteínas.

2. *La vivienda*: como ya se mencionó en apartados anteriores, las malas condiciones de vivienda es un problema muy común en los inmigrantes, es común encontrar lugares donde esta población vive hacinada y en pésimas condiciones, dicho hacinamiento es un factor de estrés y tensión. Sin embargo, el problema podría ser aún mucho más grave, tal es el caso de muchos inmigrantes que se ven obligados a habitar viviendas a las que les faltan elementos básicos como el techo, alguna pared, ventanas o puertas, o incluso hay inmigrantes viviendo en las calles, sin ningún tipo de hogar y sin cobijo, expuestos no sólo a las inclemencias del clima sino que, además, están expuestos a los peligros de las calles, a ser asaltados, violentados e incluso detenidos por la policía migratoria.

- **El miedo, el terror y la indefensión**

Otros estresores son el duelo por los peligros físicos relacionados con el viaje migratorio; las coacciones del crimen organizado y las redes de prostitución; el miedo a la detección y la expulsión; el miedo también a los abusos. La importancia de la seguridad física se puede encontrar fácilmente en la pirámide de las necesidades básicas de Abraham Maslow (1991)<sup>48</sup>, uno de los modelos más importantes en psicología, en dicha pirámide, la seguridad física es la segunda necesidad básica y se sabe que, sin cumplir con un peldaño de la pirámide, es

---

<sup>48</sup> Maslow, A. H. (1991). *Motivación y personalidad*. Madrid, España: Ediciones Díaz de Santos S.A.



imposible seguir en ascenso y, por ende, no puede cumplir con el resto de sus necesidades, lo que provoca estrés y tensión.

Todos los estresores antes mencionados son la base psicológica y psicosocial del Síndrome de Ulises.

### **2.3.5. Factores que potencian los estresores en el Síndrome de Ulises.**

Los estresores antes mencionados, desempeñan un importante papel en el Síndrome de Ulises, además es de gran relevancia destacar que estos se van a ver incrementados por una serie de factores que los potencian, tales como (Achotegui, 2017):

- *Multiplicidad*: no es lo mismo tener un solo estresor, que tener varios al mismo tiempo. En este caso, los estresores se potencian entre ellos y al presentarse muchos juntos, se corre el riesgo de que el sujeto sea vulnerable a alguno de ellos, lo que incrementa el riesgo a su salud.
- *Cronicidad*: no es lo mismo experimentar una situación estresante un día o una semana, que experimentarla constantemente por meses e incluso años. En el Síndrome de Ulises, el estrés es acumulativo.
- *Ausencia de control sobre los estresores*: cuando una persona posee las herramientas y conocimientos para salir de una situación de estrés, su reacción ante dicha situación va a ser más controlada y calmada, a diferencia de las personas que no son capaces de encontrar solución a su situación.
- *Intensidad y relevancia de los estresores*: los estresores que se manifiestan en el Síndrome de Ulises son estresores límite, es decir, estresores de gran relevancia emocional para quien los experimenta y que, además, se incrementan de manera constante por largos periodos de tiempo. No es lo mismo sentir estrés por una entrevista

de trabajo o por un examen, que la soledad forzada, los peligros para la integridad física y la indefensión.

- *Déficits en la red de apoyo social*: la situación legal de la mayoría de los inmigrantes es irregular y muchos de ellos no poseen documentos migratorios, por ende, carecen de identidad en el país de acogida, se les considera como *invisibles* a nivel social, y al ser *invisibles*, es muy difícil que puedan recibir ayuda de los pocos organismos encargados de apoyar a esta población.
- *Vivencia del estrés aculturativo en condiciones extremas*: a los estresores mencionados con anterioridad, también se debe añadir los estresores clásicos de la migración, aquellos que se manifiestan en el estrés aculturativo: el cambio de lengua, de cultura y de paisaje. Estos estresores clásicos, siguen presentes durante el síndrome, pero han de quedar en segundo plano debido a los nuevos estresores límites que se manifiestan por las condiciones extremas en la que viven los migrantes y que les impiden a su vez elaborar los duelos clásicos.
- *Conversión de los síntomas reactivos en estresores*: durante el síndrome, la persona comienza a experimentar una serie de síntomas (previamente descritos), y se vuelven obstáculos para continuar en la lucha por salir adelante, de este modo, el inmigrante se ve inmerso en un círculo vicioso del que no puede salir.
- *Inadecuada intervención del sistema sanitario y psicosocial*: a la larga cadena de dificultades que padecen los inmigrantes, se debe añadir una más: el sistema sanitario y asistencial, que debería de ayudarles, no siempre los atiende de manera óptima, por lo que se convierte en un nuevo estresor. Hay ocasiones en la que profesionales, por diversos motivos (desconocimiento o incluso racismo), banalizan la problemática en salud mental de estas personas o, de manera opuesta, se diagnóstica la sintomatología de manera errónea, como trastorno depresivo (por la tristeza), trastorno psicótico (por

los síntomas confusionales o porque no se comprenden los aspectos culturales vinculados a la sintomatología) y enfermedades orgánicas (por los síntomas psicossomáticos que se manifiestan). En consecuencia, reciben tratamientos inadecuados e incluso dañinos para su salud, con efectos secundarios que se vuelven perjudiciales.

Es evidente que la situación de los inmigrantes en la actualidad es desdichada, estar solo, en peligro constante, sin recursos, sin encontrar salida a la solución desafortunada en la que se encuentran, estar mal, pedir ayuda y que no entiendan ni sepan entender, son circunstancias con las que el ser humano no está acostumbrado a lidiar y que evidentemente van a producir riesgos para la salud, de ahí la importancia de empezar a hacer de este síndrome un tema de interés para los profesionales que trabajan con esta población, y también, para la población en general, es importante comenzar a generar empatía por las complicadas circunstancias que viven los inmigrantes (Achotegui, 2008).

## **2.4. Duelo**

### **2.4.1. Concepto.**

El duelo es: “La reacción normal ante la pérdida, ya sea la pérdida de una persona querida, un animal, un objeto, etapa o evento significativo” (Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2020)<sup>49</sup>. Se compone de elementos psicológicos, físicos y sociales, su intensidad y duración va a depender de la dimensión y el significado de la pérdida (Meza, et al., 2008)<sup>50</sup>. Al igual que el estrés, el duelo es un proceso normal en la vida

---

<sup>49</sup> Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2020). *Manual de Capacitación para Acompañamiento y Abordaje de Duelo*. Recuperado de <https://www.unicef.org/elsalvador/media/3191/file/Manual%20sobre%20Duelo.pdf>

<sup>50</sup> Meza, E., García, S., Torres, A., Castillo, L., Sauri, S. y Martínez, B. (2008). El proceso del duelo. Un mecanismo humano para el manejo de las pérdidas emocionales. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas*, 13 (1), 28-31. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/473/47316103007.pdf>

del ser humano, por lo que, en condiciones adecuadas, el sujeto no tendría que requerir de ninguna situación especial para su resolución.

Cuando se habla del duelo, casi de manera inmediata, la mayoría de las personas piensa en la pérdida de un ser querido, pero lo cierto es que, el duelo también se produce en cambios tan comunes como: mudarse a otra casa, ser despedido en el trabajo, una ruptura de relación sentimental, entre otras. Sin embargo, en cualquier tipo de pérdida, la intensidad del duelo no va a depender de la naturaleza del objeto que se pierde sino, del valor que el sujeto le atribuye a este mismo (Meza, et al., 2008).

En cuanto a la durabilidad del duelo, no existe aún respuesta acertada, en cambio, se tiene que tomar en consideración que es necesario que el sujeto haya completado todas las etapas del duelo (de las que se hará mención más adelante), para considerarlo como terminado. Se considera que el duelo está concluido cuando la persona puede pensar sin dolor acerca de su pérdida y cuando puede invertir nuevamente sus emociones en su nueva vida y en las personas que lo rodean.

#### **2.4.2. Etapas del duelo.**

La teoría más aceptada y utilizada para describir el proceso de duelo, es aquella propuesta por Elisabeth Kübler y David Kessler (2015)<sup>51</sup>, donde describen cinco etapas por las que el ser humano pasa antes de admitir su pérdida, como se observa en el esquema 2.2 (ver figura 2.2), y cuales se describirán enseguida:

---

<sup>51</sup> Kübler, E. y Kessler, D. (2015). *Sobre el duelo y el dolor*. Barcelona, España: Ediciones Luciérnaga.

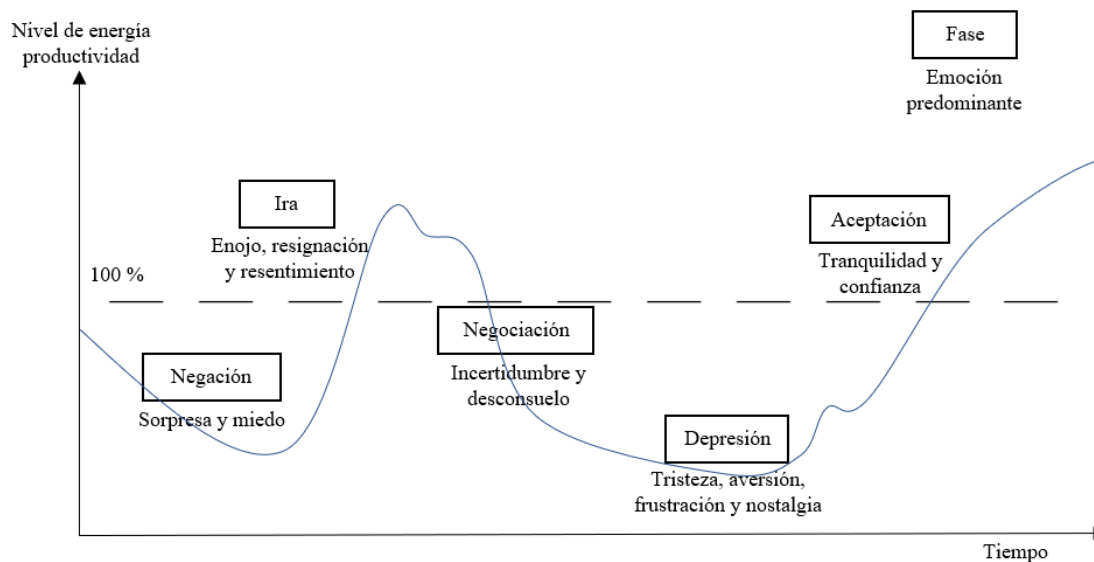


Figura 2.2. Etapas del duelo propuestas por Kübler, el esquema muestra las cinco etapas del duelo, el nivel de energía y productividad que se manifiesta durante cada una de ellas y el tiempo que toma elaborar cada una. Esquema adaptado de Kübler, 2011<sup>52</sup>.

## 1. Negación

En esta etapa, se habla de la negación de una manera simbólica y no tan literal, es decir, la negación no significa que la persona no sepa que ha sufrido una pérdida, significa que no puede entender que ya no volverá a tener contacto con lo que perdió. Cuando se está en esta etapa, al inicio es muy común que las personas se queden paralizadas o se refugien en la insensibilidad.

La negación permite al sujeto sobrevivir a la pérdida y, durante esta etapa, el mundo se vuelve absurdo y opresivo, para el individuo la vida no tiene sentido y se encuentra conmocionado, se vuelve insensible y se pregunta constantemente cómo puede seguir adelante, si puede seguir adelante y por qué debería seguir adelante. Estos sentimientos son importantes, ya que, son los mecanismos de protección de la psique. Dejar entrar de golpe todos los sentimientos asociados a la pérdida sería algo emocionalmente abrumador para cualquiera. El

<sup>52</sup> Kübler, E. (2011). *Sobre la muerte y los moribundos*. Madrid, España: Debolsillo.

ser humano, de principio no puede creer lo que ha sucedido porque, de hecho, no es capaz de hacerlo. Creerlo todo en esta etapa sería excesivo.

Esta etapa ayuda al individuo a hacer frente a la situación y a sobrevivir. Ayuda a dosificar el dolor de la pérdida y es la manera más sabia que tiene la naturaleza de dejar entrar únicamente lo que son capaces de afrontar los seres humanos. Conforme se va aceptando la realidad de la pérdida y comienza la formulación de preguntas, se inicia, sin tener consciencia de ello, el proceso de curación. Pero, conforme el individuo avanza, comienzan a aparecer todos los sentimientos que se estaban negando.

## **2. Ira**

La ira se manifiesta de diferentes formas: ira contra terceras personas o contra sí mismos; esta ira no tiene que ser lógica ni válida. El sujeto puede estar enfadado por no haber visto que su pérdida iba a suceder y, cuando es capaz de verlo, se enfada porque no puede hacer nada para evitarlo. Es importante mencionar que la ira sólo aparece cuando el sujeto se siente lo suficientemente seguro para saber que probablemente sobrevivirá ante la pérdida, pase lo que pase.

La ira puede manifestarse porque el sujeto se encuentra en una situación que no esperaba, merecía ni deseaba. Es una etapa necesaria para el proceso de curación. Se debe estar dispuesto a sentir la ira, ya que debajo de la ira anida el dolor. La ira es una reacción normal a la injusticia de la pérdida. Cuanta más ira se exprese, más sentimientos se encontrarán debajo, la ira es la emoción inmediata pero conforme se aborden, se descubren otros sentimientos ocultos: la tristeza, el pánico, el dolor y la soledad, con más intensidad que nunca. Dichos sentimientos suelen desconectar a los seres queridos y amigos, porque suelen aparecer justo cuando los sujetos comenzaban a funcionar nuevamente a un nivel básico.

### **3. Negociación**

La negociación suele estar acompañada por sentimientos de culpa. Los “ojalá” inducen a la crítica interna y a cuestionar lo que se cree que se podrían haber hecho diferente para evitar la pérdida. A veces, incluso se pacta con el dolor, se haría cualquier cosa para no sentir el dolor de dicha pérdida.

En esta etapa se puede aliviar temporalmente el dolor que conlleva el duelo, aunque en otros casos puede ser una estación intermedia que proporciona a la psique el tiempo que necesita para adaptarse. Permite creer que es posible restaurar el orden de entre medio del caos.

Cuando se atraviesa la etapa de negociación, la mente modifica los acontecimientos pasados mientras explora todo aquello que se podría haber hecho y no se hizo. Desafortunadamente, la mente siempre llega a la misma conclusión: la trágica realidad es que la pérdida ha sucedido realmente.

### **4. Depresión**

Posterior a la negociación, la atención se dirige al presente y es cuando aparece una sensación de vacío, cuando el duelo se manifiesta en el sujeto en un nivel más profundo. Es importante mencionar que, esta depresión no es síntoma de enfermedad mental, sino la respuesta normal ante una gran pérdida. Es decir, la pérdida de algo o alguien importante es una situación depresiva y la depresión es una respuesta esperada y adecuada, lo raro sería no sentir tristeza tras la pérdida. La depresión aparece cuando el alma toma conciencia total de la pérdida, cuando el sujeto se percata de su realidad y de que las cosas no son como antes, es normal deprimirse.

En el duelo, la depresión es un recurso proporcionado por la naturaleza para proteger al individuo. Ayuda a bloquear el sistema nervioso para que el doliente se pueda adaptar a algo

que percibe como insuperable. Cuando éste se permite experimentar la depresión, desaparecerá por sí sola una vez que haya cumplido su propósito, es decir, una vez que haya fortalecido al sujeto. Probablemente vuelva de vez en cuando pero así es como funciona el duelo.

La depresión tiene elementos que pueden ser útiles al momento de elaborar el duelo. Obliga al doliente a ir más lento y le permite evaluar de manera más realista la pérdida que ha sufrido. Además, lo obliga a reconstruirse nuevamente desde la nada y limpia el camino para crecer.

## **5. Aceptación**

A menudo, la aceptación suele confundirse con la noción de que el sujeto se siente bien o que está de acuerdo con lo que ha pasado, pero no es eso. En esta etapa, se acepta la realidad de la pérdida y se reconoce que dicha realidad es la nueva, ya sea de manera temporal o permanente, es evidente que nunca a nadie le gustará dicha realidad ni estará de acuerdo con ella, sobre todo si lo que se ha perdido era de un valor sentimental muy elevado, pero al final, es aceptada, se aprende a vivir con ella. Es cuando la readaptación y curación final pueden afianzarse con firmeza.

Es verdad que nunca se podrá reemplazar lo que se ha perdido, pero en esta etapa es cuando los individuos pueden establecer nuevos contactos, nuevas relaciones importantes, nuevas interdependencias. En lugar de negar los sentimientos, escuchan sus propias necesidades, se mueven, cambian, crecen y evolucionan. Comienzan a vivir de nuevo, pero esto no se va a dar hasta que hayan dedicado el tiempo correspondiente al duelo.

Las cinco etapas del duelo antes mencionadas, son instrumentos que ayudan a enmarcar e identificar lo que el sujeto puede estar sintiendo ante una pérdida, sin embargo, no son etapas que deben experimentarse de manera consecutiva ni en un orden preciso, ningún proceso de



duelo es lineal y, no todo el mundo atraviesa todas las etapas ni lo hacen en un orden prescrito, pero ayudan a entender mejor lo que sucede tras la pérdida de algo o alguien importante.

### **2.4.3. Duelo migratorio.**

La migración es una situación de cambio, que, aunque aporta muchas ganancias y beneficios a quien migra, también supone una serie de tensiones y pérdidas a las que se denomina duelo. Emigrar es sinónimo de abandonar elementos importantes en el país de origen y, muchas veces, cuando una persona decide migrar no es consciente de todo lo que deja detrás y del sentimiento de pérdida que esto le va a generar (Achotegui, 2000)<sup>53</sup>.

Se trata de un desafío psicológico para la persona que abandona su país de origen, donde intentará resolver y superar aquellas pérdidas del pasado, aquello que dejó atrás e incorporar lo nuevo, para formar un futuro en el país de acogida (Sánchez, 2015). Es decir, va a implicar para el sujeto la elaboración de un duelo ante las pérdidas, para poder tener un nuevo comienzo en un nuevo contexto geográfico y espacial.

Todos los inmigrantes sufren algún tipo de pérdida, pena o duelo, sin importar la medida en la que se dé, nadie queda exento, no existe migración que no implique crisis (Falicov, 2002)<sup>54</sup>. Achotegui (2000), menciona que, según su intensidad, los duelos van a ser particulares en el Síndrome de Ulises, así los clasifica en: *simple*, cuando se da en buenas condiciones y es elaborado; *complicado*, cuando existen serias dificultades para elaborar el duelo y *extremo*, que se considera tan problemático que no es elaborable y supera las capacidades de adaptación del sujeto, duelo propio del síndrome.

---

<sup>53</sup> Achotegui, J. (2000). Los duelos de la migración: una aproximación psicopatológica y psicosocial. *Medicina y cultura. Estudios entre la antropología y la medicina*, 83-100.

<sup>54</sup> Falicov, C. (2002). Migración, pérdida ambigua y ritual. *Perspectivas Sistémicas*, 13 (69), 3-7. Recuperado de <https://silo.tips/download/migracion-perdida-ambigua-y-rituales>

#### 2.4.4. Características del duelo migratorio.

Existen características específicas que ayudan a diferenciar el duelo migratorio de otros duelos, como se observa en el esquema 2.3 (ver figura 2.3), principalmente de aquel que se da por la pérdida de un ser querido, y que se explican a continuación (Achotegui, 2012)<sup>55</sup>:

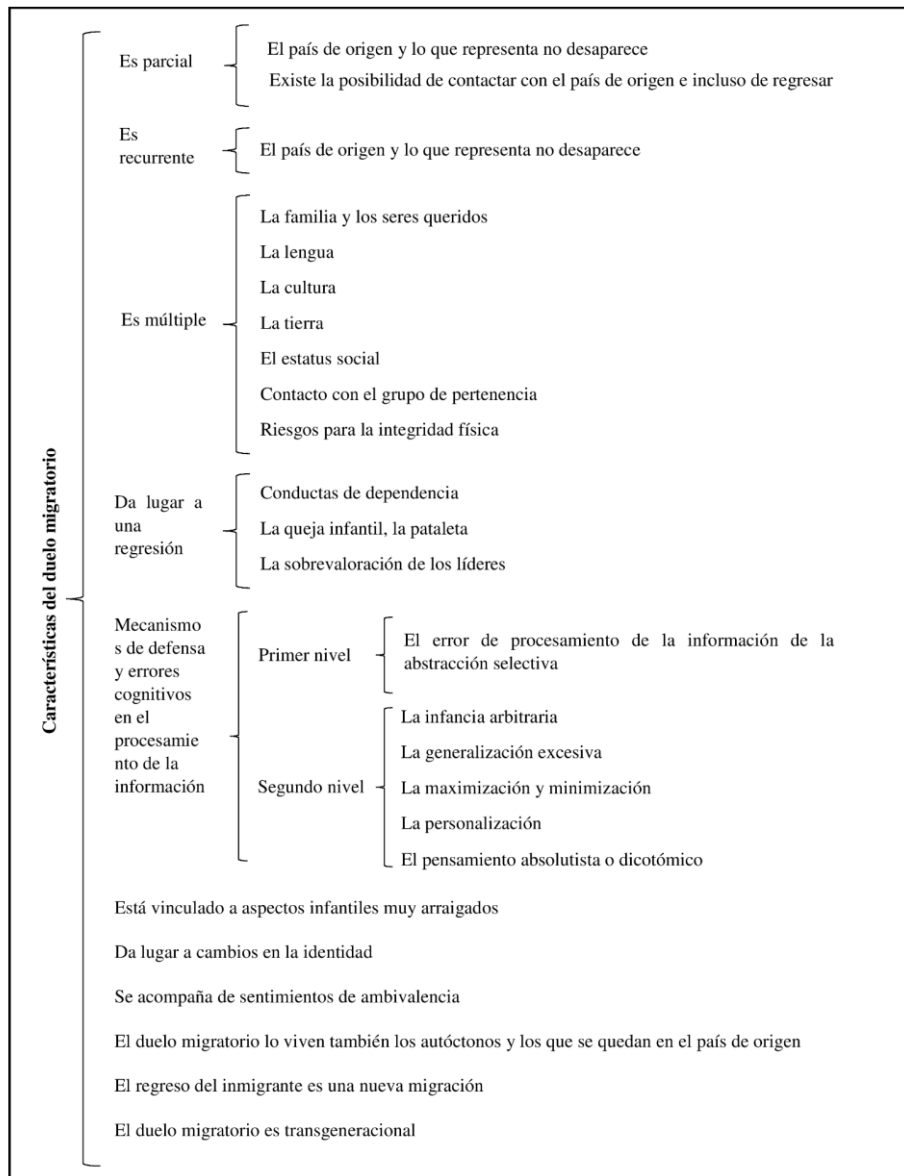


Figura 2.3. Características del duelo migratorio, el esquema muestra las características que diferencian el duelo migratorio del duelo por la pérdida de un ser querido. Esquema adaptado de Sánchez, 2015.

<sup>55</sup> Achotegui, J. (2012). Emigrar hoy en situaciones extremas. El síndrome de Ulises. *Revista Aloma*, 30 (2), 79-86. Recuperado de <http://www.revistaaloma.net/index.php/aloma/article/view/171/108>

- **Es un duelo parcial**

En la migración, el objeto (el país de origen y todo lo que este representa) no desaparece, permanece donde estaba y existe la posibilidad de contactar con él e incluso de regresar. Al contrario de lo que sucede en el duelo por la pérdida de un ser querido, donde el objeto (el ser querido que fallece) desaparece para siempre y no hay posibilidad de que vuelva o de reencontrarse con él.

- **Es un duelo recurrente**

El duelo migratorio tiende a reactivarse con facilidad, debido a que muchos migrantes mantienen contacto telefónico o vía internet con sus seres queridos, o quienes tienen la posibilidad viajan de manera esporádica al país de origen, incluso la llegada al país de acogida de personas que son del mismo país hace que el vínculo se reavive, y se menciona *reavivar*, debido a que esos vínculos siempre están activos durante toda la vida del sujeto, consciente o inconscientemente.

- **Es un duelo múltiple**

La migración supone muchos cambios, todo lo que hay alrededor de la persona cambia, y es incluso peor cuanto más lejanía y distancia cultural haya entre país de origen y país de acogida. Se considera que existen siete duelos (como mínimo) durante la migración:

1. *La familia y los seres queridos*: se trata de la separación de la familia, hijos pequeños, padres mayores, hermanos y familia extensa, de igual manera se incluyen los amigos y relaciones íntimas. En todo duelo, se considera que hay dos partes, aquella que representa lo que se deja atrás y aquella que representa el estrés que supone adaptarse a lo que viene. En este duelo, una parte ocurre

por lo que se deja atrás y otra ocurre por la búsqueda de nuevas relaciones afectivas.

2. *La lengua*: aprender la lengua del país de acogida es en parte satisfactorio y placentero, pero, a su vez requiere esfuerzo por parte del inmigrante. En este duelo, una parte ocurre por la disminución o pérdida de contacto con la lengua materna y otra ocurre por el esfuerzo que supone aprender y adaptarse a la nueva lengua.
3. *La cultura*: se manifiesta una pérdida por los valores, costumbres, religión y sentido de vida propios de la cultura de procedencia. Se considera que, una parte de este duelo sucede por la disminución o pérdida de contacto con la cultura de origen y otra por el esfuerzo de contactar y adaptarse a la nueva.
4. *La tierra*: aquí se engloban aspectos como luminosidad, colores, olores, paisaje, temperatura, etc. Dichos elementos poseen importancia a nivel emocional y van a afectar al sujeto cuando éste emigra a lugares oscuros y fríos, existen diversos estudios de psicología de la felicidad que mencionan que las personas que viven en climas cálidos son más felices. En este duelo, una parte se da por los aspectos con los que se había vinculado en la tierra de origen y otra por el estrés que supone la adaptación a la nueva.
5. *El estatus social*: sin importar el estatus social que se haya tenido antes de la emigración, el inmigrante pasa casi de manera inmediata a ser parte del último escalón social y, cuando se pasa demasiado tiempo en ese peldaño, la persona tiende a desvalorizarse, a desmotivarse y a pensar que sus esfuerzos de adaptación y progreso han sido nulos.
6. *Contacto con el grupo de pertenencia*: cuando las personas tienen encuentros con el grupo de pertenencia, donde se identifican y se reconocen a sí mismos,

encuentran seguridad, sin embargo, al existir diversos grupos de pertenencia, surge una tendencia a los prejuicios hacia los otros grupos y aquí se destacan aspectos como la xenofobia o el racismo. En este duelo, una parte se manifiesta ante la disminución o pérdida de contacto con su grupo de pertenencia y otra por el estrés que supone contactar con un nuevo grupo.

7. *Riesgos para la integridad física*: hace referencia a todos aquellos riesgos que se presentan durante la migración, riesgos como accidentes laborales por trabajos peligrosos, accidentes domésticos por vivir hacinados (sobre todo en inmigrantes menores), miedo a ser expulsados, malos tratos, abusos sexuales, riesgos en el viaje migratorio, riesgo de contraer enfermedades, etc. En este duelo, una parte se da por la disminución o pérdida de seguridad física que tenía en el país de origen (si es el caso, ya que algunos emigran por los riesgos que suponían permanecer en el país de origen) y otra por el estrés de los riesgos físicos con los que se encuentra al emigrar.

- **Da lugar a una regresión**

Es normal que el inmigrante se sienta abrumado, inseguro y que adopte actitudes regresivas, al enfrentarse a tantos cambios a la vez. Desde un punto de vista psicológico, el término regresión se entiende como el retroceso de la persona hacia actitudes más infantiles y menos autónomas. Las tres manifestaciones más comunes de regresión infantil en la migración son:

1. *Las conductas de dependencia*: el migrante tiende a comportarse ocasionalmente de modo sumiso ante las figuras de autoridad y a actuar de manera infantil ante las figuras paternas.
2. *La queja infantil, la pataleta*: usualmente se presenta en forma de protesta y pataleta, como signo de frustración y dolor.

3. *La sobrevaloración de los líderes*: se da una tendencia a la jerarquización cuando hay una situación de peligro.

- **Supone la puesta en marcha de mecanismos de defensa y de errores cognitivos en el procesamiento de la información**

Los mecanismos de defensa psicológicos se manifiestan durante el duelo migratorio y, aunque estos no son negativos por sí mismos, al manifestarse de manera masiva, distorsionan la visión de la realidad para hacerla menos frustrante y más gratificante. En cuanto a los errores en el procesamiento de la información, es necesario señalar dos niveles, por un lado, los errores en el procesamiento de la información que aparecen con relación al estímulo y aquellos que aparecen desde la perspectiva de la respuesta, en el primer nivel destaca:

1. *El error de procesamiento de la información de la abstracción selectiva*, que consiste en centrarse en un detalle extraído fuera de contexto.

En el segundo nivel se encuentran los siguientes:

1. *La inferencia arbitraria*, que consiste en ver las experiencias como negativas, sin importar si existe o no, evidencia a favor.
2. *La generalización excesiva*, que consiste en elaborar una regla general o una conclusión a partir de uno o varios hechos aislados.
3. *La maximización y minimización*, donde la realidad es distorsionada, modificando la magnitud de los acontecimientos.
4. *La personalización*, que consiste en atribuirse a sí mismos fenómenos externos de manera injusta.
5. *El pensamiento absolutista o dicotómico*, que consiste en clasificar todas las experiencias siguiendo categorías extremas.

- **Es un duelo vinculado a aspectos infantiles muy arraigados**

En la primera infancia, los seres humanos forman toda una serie de vínculos con las personas cercanas a ellos, la lengua, el paisaje, la cultura, etc. Estos vínculos y acontecimientos que suceden durante esta etapa construyen la personalidad de la persona. Es decir, la infancia moldea al sujeto y en la vida adulta, ya existe una estructura de la personalidad completamente formada, por lo que cualquier acontecimiento nuevo que se viva en la adultez, va a actuar sobre lo ya construido y las modificaciones que pueda hacer sobre esta estructura van a ser pocas. Por ende, cuando una persona emigra, ya está condicionada por lo que ha vivido durante su infancia y evidentemente, tendrá problemas para adaptarse totalmente a la nueva situación.

- **Da lugar a cambios en la identidad**

El duelo migratorio, al tratarse de un duelo múltiple (como se mencionó anteriormente), da lugar a cambios profundos en la personalidad del migrante, llegando al punto de modificar su propia identidad, aunque esas modificaciones pueden ser positivas, al crear una persona más madura y con experiencia o negativas, desestructurando al sujeto a nivel psicosocial y psicológico.

- **Se acompaña de sentimientos de ambivalencia**

El inmigrante tiene sentimientos de amor-odio hacia el país de origen, amor por los vínculos que estableció allá y odio por los motivos que lo obligaron a marcharse, porque no le dio todo lo que necesitaba para su realización personal. Y, a su vez, estos sentimientos también se presentan hacia el país de acogida, amor por los vínculos que también ha formado a lo largo de su estancia y odio por el esfuerzo que le supone adaptarse.

- **El duelo migratorio lo viven también los autóctonos y los que se quedan en el país de origen**

La migración es un fenómeno social, por lo que tiene repercusiones de manera conjunta sobre la sociedad, es decir, da lugar a cambios en la vida no sólo de quienes emigran, sino también de las personas que reciben a los inmigrantes y de aquellos familiares que se quedan en el país de origen.

- **El regreso del inmigrante es una nueva migración**

En el tiempo que el inmigrante ha vivido fuera de su país de origen, se han manifestado muchos cambios en su persona, pero también en la sociedad de la que un día partió. Al regresar al país de origen, la persona que retorna es alguien muy diferente a la que un día se marchó y, de igual manera, llega a un país que también es distinto.

- **El duelo migratorio es transgeneracional**

Todas las características del duelo migratorio antes enlistadas no se agotan en la persona de inmigrante, sino que continúa de igual manera en sus hijos y podría seguir en las siguientes generaciones si no llegan a ser ciudadanos de pleno derecho en el país de acogida.

#### **2.4.5. Etapas en la elaboración del duelo migratorio.**

Al igual que con otros tipos de duelo, la elaboración del duelo migratorio es un proceso lento y que supone una serie de fases. Achotegui (2009), menciona cuatro etapas para la elaboración psicológica del proceso de duelo migratorio:

1. *Negación*: el sujeto es incapaz de aceptar la realidad del cambio y se niega a verla.



2. *Resistencia*: se manifiestan quejas y protestas ante el esfuerzo que supone la adaptación, ante aquellas dificultades y retos que se presentan en el individuo, surge la queja, como se explicaba anteriormente.
3. *Aceptación*: la persona se instala completamente en el país de acogida.
4. *Restitución*: es la reconciliación afectiva con el país de origen y el de acogida. Se acepta lo bueno y lo malo de ambos países.

Después de la elaboración del duelo, si se ha dado de manera adecuada, produce un crecimiento y una evolución en la persona. Entonces es fuerza concluir que, la elaboración del duelo migratorio supone la integración de la nueva situación del inmigrante, se trata de integrar todo aquello que implica el país de acogida, sentirse parte de él, pero sin olvidar el país de origen.

## **2.5. Diagnóstico diferencial del Síndrome de Ulises con otros trastornos mentales**

### **2.5.1. Introducción al diagnóstico diferencial.**

El síndrome previamente descrito es un trastorno caracterizado por presentar unos estresores muy específicos y de gran intensidad, así como por poseer un conjunto de síntomas. Si un sujeto tiene todos los síntomas, pero no es inmigrante, evidentemente no puede ser diagnosticado con Síndrome de Ulises. Así como tampoco se le puede diagnosticar mobbing a alguien que no trabaja o, trastorno de estrés postraumático a alguien que nunca ha vivido ninguna experiencia traumática (Achetegui, 2004).

También es importante delimitar la diferencia clínica del cuadro, con otras problemáticas del área de la salud mental y con otros cuadros psicopatológicos con los que posee características similares o que son próximos a él. Si se hablara del diagnóstico diferencial más importante de este cuadro, se debe mencionar que no tiene ninguna relación con el trastorno

por estrés agudo porque su característica más relevante está incluida en el nombre, y es que, el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple es crónico. Además, es importante mencionar que tampoco se trata de un cuadro de duelo, según el DSM-V, porque no está relacionado en absoluto con la elaboración de la muerte de un ser querido (Achotegui, 2020). A continuación, se establecerá el diagnóstico diferencial con otras problemáticas del área de la salud mental.

### **2.5.2. Diagnóstico diferencial con los trastornos depresivos**

En el Síndrome de Ulises, existe la manifestación de sintomatología del área depresiva (descrita anteriormente), sin embargo, hay una serie de síntomas básicos que no se puntúan en el síndrome, pero sí en la depresión mayor. La sintomatología presente en el Síndrome de Ulises es, sobre todo, tristeza y llanto, pero no es la tristeza de un cuadro depresivo, es más bien, la tristeza de un duelo complicado (Achotegui, 2004).

En este cuadro no se presentan síntomas muy importantes para diagnosticar depresión, como se observa en la tabla 2.4 (ver figura 2.4), como: la apatía, síntoma que indica que la persona no tiene ganas de seguir adelante. En el caso de los inmigrantes con Síndrome de Ulises, están deseosos por hacer cosas, por luchar para seguir adelante, pero no encuentran la manera de hacerlo. Para que la tristeza se considere patológica, debe impedir el funcionamiento adaptativo del sujeto. Tampoco se manifiestan pensamientos de muerte ni inhibición psicomotriz, al contrario, estas personas están llenas de pensamientos de vida, su familia es su principal motor de vida (Achotegui, 2008).

<b>Diagnóstico diferencial del Síndrome de Ulises con los trastornos depresivos</b>
Ausencia de:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Apatía: al contrario, son proactivos.</li> <li>• Pensamientos de muerte: al contrario, tienen mucho instinto de vida.</li> <li>• Inhibición psicomotriz.</li> </ul>
Mantenimiento de la autoestima.
Mantenimiento de la actividad social y laboral.
Tristeza fenomenológicamente diferente: más en la línea de la desolación.
Hamilton de depresión y de ansiedad negativo.
Curso del trastorno: mejora ostensiblemente al disminuir los estresores.

Figura 2.4. Diagnóstico diferencial del Síndrome de Ulises con los trastornos depresivos, la tabla muestra las diferencias que existen entre los síntomas de ambas afectaciones. Tabla adaptada de Achotegui, 2020.

Es importante no convertir toda tristeza en enfermedad mental, ya que la tristeza es un elemento muy importante dentro de la cultura, está presente en la literatura, la música y el arte. No toda tristeza debe ser erradicada y considerada dañina. Si la tristeza dejara de existir, los seres humanos dejarían de ser seres humanos y se convertirían en otra cosa (Achotegui, 2020).

### **2.5.3. Diagnóstico diferencial con los trastornos adaptativos**

Achotegui (2020), analiza la diferencia con los trastornos adaptativos desde dos perspectivas diferentes:

1. En cuanto a los estresores, el DSM-V menciona que los trastornos adaptativos se caracterizan por “un malestar superior al esperable, dada la naturaleza del estresor

identificable”. En el caso de los inmigrantes, no sólo existe un estresor, sino muchos, y, además, la característica principal de dichos estresores, tiene una dimensión fenomenológica diferente: lucha por la supervivencia, terror, etc. Es decir, los estresores presentes en el Síndrome de Ulises son de gran intensidad y de una dimensión cualitativa distinta. En el trastorno adaptativo, el individuo se toma sus problemas al extremo, en el Síndrome de Ulises, los problemas son extremos y el sujeto los toma como son. La situación de estrés crónico y múltiple que viven los inmigrantes no forman parte de los trastornos adaptativos, ya que el estrés que padecen va mucho más allá de lo adaptativo, las personas no tienen los medios para superar las demandas que el medio les presenta.

2. En el trastorno adaptativo existe un deterioro significativo de la actividad social o laboral, en el síndrome, el inmigrante mantiene dicha actividad.

En la tabla 2.5 (ver figura 2.5), se puede observar más a detalle por qué el Síndrome de Ulises no corresponde con los criterios establecidos en el DSM-V (APA, 2013)<sup>56</sup> acerca del trastorno adaptativo.

---

<sup>56</sup> APA. (2013). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Madrid, España: Médica panamericana.

### **Diagnóstico diferencial del Síndrome de Ulises con los trastornos adaptativos**

- El trastorno adaptativo es “un malestar superior al esperable. Dada la naturaleza del estresor identificable” (DSM-V). El Síndrome de Ulises es una respuesta natural ante un gran número de estresores inhumanos.
- En el trastorno adaptativo la persona se toma un acontecimiento vital a la tremenda. En el Síndrome de Ulises, la persona se toma una situación extrema tal como es: como algo extremo.
- El DSM-V señala que en el trastorno adaptativo se da “un deterioro significativo de la actividad social o laboral”, algo que no ocurre en el Síndrome de Ulises.
- Muchos autores consideran que el trastorno adaptativo se enmarca en el área de los trastornos depresivos como una forma menor de depresión (posee una de las más elevadas correlaciones con el suicidio, mayor que en la psicosis).

Figura 2.5. Diagnóstico diferencial del Síndrome de Ulises con los trastornos adaptativos, la tabla muestra las diferencias que existen entre los síntomas de ambas afectaciones. Esquema adaptado de Achotegui, 2020.

#### **2.5.4. Diagnóstico diferencial con el trastorno por estrés postraumático**

El Síndrome de Ulises posee algunas similitudes con el trastorno de estrés postraumático, sin embargo, se puede observar en el DSM-V, que la característica esencial del trastorno por estrés postraumático (TEPT) es la “aparición de síntomas característicos que siguen a la exposición de un acontecimiento estresante y extremadamente traumático, y donde el individuo se ve envuelto en hechos que representan un peligro real para su vida o cualquier otra amenaza para su integridad física”. Sin embargo, en el Síndrome de Ulises, existe la ausencia de síntomas importantes para el diagnóstico del TEPT, como se observa en la tabla 2.6 (ver figura 2.6),

como: las conductas de evitación y los pensamientos intrusivos de las situaciones traumáticas, tampoco existe apatía ni baja autoestima. Es verdad que durante el Síndrome de Ulises se presenta el estresor terror, miedo, como en el TEPT, pero en el caso de los inmigrantes, se manifiestan muchos otros estresores extremos en conjunto, como la soledad forzada y la lucha por la supervivencia (Achotegui, 2020).

<p style="text-align: center;"><b>Diagnóstico diferencial del Síndrome de Ulises con el trastorno por estrés postraumático (TEPT)</b></p> <p>Hay una parte común con relación al estresor miedo, terror.</p> <p>Hay marcadas diferencias respecto a la sintomatología, ya que en el TEPT:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Hay apatía.</li><li>• Hay conductas de evitación y pensamientos intrusivos desestructurantes sobre las situaciones traumáticas vividas.</li><li>• La autoestima es baja.</li><li>• La depresión es el trastorno con el que se correlaciona más.</li></ul> <p>En el TEPT no se dan los demás estresores del Síndrome de Ulises: soledad, fracaso, luchas por la supervivencia.</p>
---

Figura 2.6. Diagnóstico diferencial del Síndrome de Ulises con el trastorno de estrés postraumático (TEPT), la tabla muestra las diferencias que existen entre los síntomas de ambas afectaciones. Esquema adaptado de Achotegui, 2020.

### **2.5.5. Diagnóstico diferencial con la psicosis**

Para comenzar a hablar acerca del diagnóstico diferencial del Síndrome de Ulises con trastornos como la psicosis, especialmente las psicosis reactivas, Achotegui (2020), menciona que hay que tener en cuenta lo siguiente:

1. Aunque en el Síndrome de Ulises existen diversos síntomas del área confusional, no son lo suficientemente intensos como para hacer que el sujeto no se adapte social o laboralmente, ni tampoco impide el contacto con la realidad, aspecto primordial para el diagnóstico diferencial de la psicosis.
2. Es importante tomar en cuenta el aspecto cultural, debido a que, si el profesional de la salud mental no está informado debidamente, puede no ser capaz de diferenciar adecuadamente los aspectos culturales de la expresión del sufrimiento del inmigrante con sintomatología de tipo psicótico. Es común que el profesional necesite asesoramiento sobre la cultura del inmigrante, para que pueda diferenciar aspectos culturales de los síntomas de tipo psicótico.
3. Debido a la intensidad del duelo que experimentan los inmigrantes en situación extrema, en ocasiones es común escuchar historias, sobre todo de mujeres, que explican que a veces, estando en el país de acogida, les parece escuchar la voz de sus hijos, quienes se encuentran en el país de origen. Este tipo de alucinaciones, fueron estudiadas por Bowlby en 1985, con relación a las personas en duelo por la pérdida de seres queridos. Este autor mencionó que no podían considerarse patológicas, sino una expresión de la elaboración normal del duelo, que es muy intenso en los seres humanos.

## **3. Metodología**

### **3.1. Institución**

#### **3.1.1. Introducción**

La Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos es un albergue para personas refugiadas, solicitantes de asilo y migrantes en Coatzacoalcos, Veracruz, México, está ubicada en la calle Río Panuco No. 112 de la Colonia Coatzacoalcos, en la ciudad y puerto de Coatzacoalcos, Veracruz. El objetivo principal del albergue es atender las necesidades de alojamiento seguro y digno que requieren las personas que transitan por dicha ruta o que permanecerán ahí durante su proceso de solicitud de asilo en México.

Lleva aproximadamente, como pastoral de la movilidad humana asistiendo a los migrantes durante 21 años, ofreciendo alimentos debajo del puente de la Avenida 1, y desde hace 8 años en la dirección antes mencionada, como Casa del Migrante (Albergue). Fue creada de manera oficial en 2019 por la Diócesis de Coatzacoalcos, la Agencia de la ONU para los Refugiados (ACNUR) y el Comité Internacional de la Cruz Roja (CICR), además de una importante colaboración de otras organizaciones de la sociedad civil.

#### **3.1.2. Historia: ¿quiénes son?**

Son una pastoral de la Iglesia Católica perteneciente a la Diócesis de Coatzacoalcos, Veracruz, constituida por personas que han tenido *un encuentro con Jesucristo*, teniendo como finalidad la caridad al forastero, que es uno de los mandatos de Dios a través de su palabra. Son aproximadamente más de 45 voluntarios, quienes se organizan para brindar al migrante la



mejor atención; los servicios prestados son totalmente gratuitos, todo es por caridad (Dirección Pastoral de la Movilidad Humana [DPMH], 2017)<sup>57</sup>.

Actualmente hay dos tipos de migrantes que pasan por el albergue:

- *Migrantes de tránsito*: son aquellos que ya tienen un destino establecido (usualmente Estados Unidos de América o Canadá).
- *Migrantes de refugio*: son aquellos que salen de su país, amenazados de muerte (sólo quieren llegar a un lugar donde se sientan seguros) y otros que, ya estando en territorio nacional son asaltados, secuestrados o simplemente los bajan del tren porque no pagan la cuota impuesta por la delincuencia, debido a esto, deciden quedarse en el país.

Reciben en su gran mayoría migrantes centroamericanos, de países como Honduras, Guatemala, El Salvador, Nicaragua y Belice.

### **3.1.3. ¿Qué servicios proporcionan?**

El albergue tiene la capacidad de recibir y alojar a 90 migrantes y proporcionan a ellos, los siguientes servicios:

- Alimentación: desayuno, comida y cena.
- Vestimenta: ropa y calzado.
- Medicamentos y artículos de aseo personal.
- Servicios de internet y llamadas telefónicas para contactar a familiares.
- Ayuda psicológica proporcionada por Médicos Sin Fronteras.
- Ayuda médica proporcionada por la Cruz Roja Mexicana y Centro de Salud.

---

<sup>57</sup> Dirección Pastoral de la Movilidad Humana [DPMH]. (2017). *Breve reseña de la casa del migrante*. Documento interno.

- Canalización para refugio proporcionado por Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados (COMAR) y ACNUR.
- Canalización al Grupo Beta para su repatriación.

#### **3.1.4. Objetivos**

Como servidor en atención al migrante, deben trabajar otorgando a todas las personas una atención de calidad sin importar su género, procedencia, etnia, clase social o característica, respetando los principios de igualdad y no discriminación, para ello, deben saber dar un trato especializado de acuerdo con las características y necesidades que garantice los derechos humanos desde una perspectiva de género e interculturalidad.

#### **3.1.5. Misión**

Servir a todos aquellos peregrinos sin distinción de credo, nacionalidad ni sexo, reconociendo en ellos, un auténtico signo de los tiempos, caminando todos juntos en el camino de la esperanza porque ya no son extranjeros, son ciudadanos ejerciendo el derecho básico humano a emigrar (Dirección Pastoral de la Movilidad Humana [DPMH], 2017).

#### **3.1.6. Visión**

Ser una casa de caridad que sea testimonio de generosidad y compromiso hacia el fenómeno de la migración, alimentando una cultura de la solidaridad que ayude a emprender una lucha a favor del respeto y protección de sus derechos humanos (Dirección Pastoral de la Movilidad Humana [DPMH], 2017).

## **3.2. Zona geográfica**

### **3.2.1. Extensión territorial**

Coatzacoalcos es un municipio localizado al sur del estado de Veracruz y al norte del Istmo de Tehuantepec, clasificado como urbano. Es el tercer municipio más poblado de la entidad, por debajo de Xalapa y Veracruz; además, junto con los municipios de Ixhuatlán del Sureste y Nanchital de Lázaro Cárdenas, conforman su Zona Metropolitana. El municipio tiene una superficie de 31 mil 126 hectáreas, de las cuales el 15.1% corresponde a la zona urbana; el resto del municipio está cubierto por pastizales, cuerpos de agua, agricultura de temporal y manglares. Cuenta con 60 localidades y tiene una superficie de 471.2 km<sup>2</sup>, esto representa un 0.65% del total del territorio estatal. Su densidad es de 595.0 habitantes por km<sup>2</sup> (Secretaría de Desarrollo Agrario, Territorial y Urbano [SEDATUR], 2020)<sup>58</sup>.

### **3.2.2. Población territorial**

En 2020, la población en Coatzacoalcos fue de 310,698 habitantes (48% hombres y 52% mujeres). En comparación a 2010, la población en Coatzacoalcos creció un 1.78%. Los rangos de edad que concentraron mayor población fueron 35 a 39 años (24,433 habitantes), 30 a 34 años (23,568 habitantes) y 25 a 29 años (23,417 habitantes). Entre ellos concentraron el 23% de la población total (Data México, 2020)<sup>59</sup>.

En cuanto a la población migrante, en el año 2000, aquellos que provenían de otro municipio del estado representaban el 21.78% de la población y aquellos de otro estado o país, el 3.59%;

---

<sup>58</sup> Secretaría de Desarrollo Agrario, Territorial y Urbano [SEDATUR], (2020). *Programa de mejoramiento urbano: municipio de Coatzacoalcos, programa territorial operativo* (13). Recuperado de [https://mimexicolate.gob.mx/wp-content/uploads/2020/09/13\\_Sedatu\\_PTO\\_Coatzacoalcos.pdf](https://mimexicolate.gob.mx/wp-content/uploads/2020/09/13_Sedatu_PTO_Coatzacoalcos.pdf)

<sup>59</sup> Data México. (2020). *Coatzacoalcos, municipio de Veracruz de Ignacio de la Llave*. Recuperado de <https://datamexico.org/es/profile/geo/coatzacoalcos>

este porcentaje desciende a 1.76% y 2.23%, respectivamente, en 2010; y al 3.34% y 4.22%, para 2015 (SEDATUR, 2020).

Coatzacoalcos se ha destacado a lo largo de la historia por tener los mayores porcentajes de personas en condición de migración en la región Olmeca del estado de Veracruz de Ignacio de la Llave, resaltando la proporción del año 1990 que fue de 8.07% de su población. Para el año 2000, este porcentaje se redujo a 4.91%, sin embargo, entre los municipios de la región seguía siendo el de mayor proporción, de igual manera, esto sucede nuevamente en 2005, cuando la proporción fue de 3.72%. Para los años 2000 y 2015 continuó siendo de los municipios con un mayor porcentaje de población en situación de migración, 5.61% en 2010 y 4.77% en 2015, no obstante, para el año 2020 el porcentaje de migrantes se redujo a 2.69% (Secretaría de Finanzas y Planeación [SEFIPLAN], 2021)<sup>60</sup>.

La razón por la que muchos migrantes deciden pasar o establecerse incluso en la ciudad de Coatzacoalcos, es debido a que dentro de su territorio, se encuentran las vías del ferrocarril por donde transita el tren que se dirige hacia el norte del país, conocido como el tren de *La Bestia*. La población migrante, ingresa a México por innumerables caminos en los estados de Tabasco y Chiapas, que colindan con Guatemala, posteriormente, encuentran las vías del ferrocarril e inician su recorrido hacia el norte. Sin embargo, también existen aquellos inmigrantes que no desean viajar por este medio de transporte y optan por otros menos arriesgados (en autobús o caminando), no obstante, Coatzacoalcos es siempre una ciudad de tránsito para esta población (La Sexta, 2017)<sup>61</sup>.

---

<sup>60</sup> Secretaría de Finanzas y Planeación [SEFIPLAN]. (2021). *Características y dinámicas en el Estado de Veracruz de Ignacio de la Llave según los límites político-administrativos de sus 10 regiones socioculturales y en ocho de sus nueve Zonas Metropolitanas, 1990-2020*. Recuperado de [http://ceieg.veracruz.gob.mx/wp-content/uploads/sites/21/2021/06/SEFIPLAN-2021-MigracRegZMs.AnalisHist.Ver\\_1990-2020.pdf](http://ceieg.veracruz.gob.mx/wp-content/uploads/sites/21/2021/06/SEFIPLAN-2021-MigracRegZMs.AnalisHist.Ver_1990-2020.pdf)

<sup>61</sup> La Sexta. (30 de noviembre de 2017). *La ruta del Golfo, la del Pacífico o el Tren de la Bestia: estas son las vías de escape para los inmigrantes del Triángulo Norte*. Madrid, España: La Sexta. Recuperado de

### 3.2.3. Clima

En cuanto al clima de esta ciudad, se considera que posee un clima de tipo cálido-húmedo, con una temperatura media anual de 26.3°C, con precipitación pluvial la mayor parte del año, siendo más abundante en verano y principios de otoño. La precipitación media anual es de 2,832.20 mm (Barcelata, 2012)<sup>62</sup>.

Para hacer una comparación entre el clima de la ciudad de Coatzacoalcos y el clima en Centroamérica, es importante destacar que el clima varía dependiendo de la zona en la que se encuentre el país a valorar; es decir, las zonas del Caribe se caracterizan por ser las más lluviosas y las del Pacífico por ser las más secas (Canal tiempo 21, 2017)<sup>63</sup>.

En el caso de Costa Rica, este posee un clima tropical, que se caracteriza por sus altas temperaturas y precipitaciones abundantes a lo largo de todo el año. Las temperaturas medias oscilan entre los 26°C y los 31°C y la precipitación anual alcanza los 2000 mm. Algo similar sucede en El Salvador, país que posee dos estaciones claramente definidas, la seca y la humedad, que dan lugar al clima tropical-seco y al húmedo, por el que se destaca este país. Si dichas características fueran comparadas con las de Coatzacoalcos, no existiría mucha variación, ya que poseen particularidades similares entre sí.

Por su parte, Guatemala es uno de los países de Centroamérica que más variación climática tiene, principalmente es el tipo tropical y subtropical, con importantes variaciones de temperatura y lluvias según la altitud en la que se encuentre. Se pueden categorizar tres zonas

---

[https://www.lasexta.com/especiales/el-otro-muro/ruta-golfo-pacifico-tren-bestia-estas-son-vias-escape-inmigrantes-triangulo-norte\\_201711305a2014ec0cf2b410ea8990be.html](https://www.lasexta.com/especiales/el-otro-muro/ruta-golfo-pacifico-tren-bestia-estas-son-vias-escape-inmigrantes-triangulo-norte_201711305a2014ec0cf2b410ea8990be.html)

<sup>62</sup> Barcelata, H. (2012). Coatzacoalcos. Economía local y problemática social. *Los municipios del estado de Veracruz*, 4, 7-41. Recuperado de <https://www.eumed.net/libros-gratis/2011f/1145/>

<sup>63</sup> Canal Tiempo 21. (21 de marzo de 2017). *Art. 45: El clima y el tiempo en Centroamérica*. Barcelona, España: Canal Tiempo 21. Recuperado de <https://www.canaltiempo21.com/art-45-el-clima-y-el-tiempo-en-centro-america/>

climáticas en este país; el clima cálido, que afecta aquellas regiones que se sitúan por debajo de los 1000 m de altitud, la temperatura acostumbra a ser alta y las lluvias escasas; el clima templado, que se da en las zonas comprendidas entre los 1000 y 2000 m de altitud sobre el nivel del mar, presenta temperaturas suaves, y el clima frío, que se da en las zonas que se encuentran por encima de los 2000 m, en este se dan las temperaturas menos altas, inferiores a los 15°C en los meses de diciembre a febrero. En este último caso se presenta una variación significativa en comparación a la ciudad de Coatzacoalcos, cuya temperatura media más baja se produce en enero y es de 22.0°C.

En Honduras existen dos estaciones bien definidas, la estación seca que se presenta en los meses de noviembre hasta el mes de abril, y la estación húmeda que va desde abril hasta octubre o noviembre. Se pueden considerar variaciones climáticas en este país; el clima litoral atlántico, es un clima de selva tropical húmedo y abarca el litoral del caribe, en este clima, la temperatura media anual es de unos 27°C; el clima tropical de sabana, este se presenta en la zona interior/norte, su temperatura media es de alrededor de 25°C y las lluvias son inferiores a las que se presentan en el litoral atlántico; el clima de la zona occidental, este se da por encima de los 1400 m de altitud, con una temperatura media inferior a los 18°C con inviernos frescos y secos. Por debajo de los 1400 m el clima es del tipo tropical de sabana; y, finalmente el clima de la zona sur, también se incluye dentro del tipo tropical de sabana, pero con una temperatura media anual próxima a los 30°C.

En el caso de Nicaragua, debido a su situación geográfica, en zona tropical, y sus regiones montañosas, se puede distinguir tres zonas climáticas perfectamente diferenciadas; las tierras bajas del pacífico, la zona central montañosa y la costa caribeña o atlántica. El clima de las tierras bajas del pacífico se da en regiones situadas al oeste del país, y aquellas que van desde el nivel del mar hasta una gota de 600 m de altitud. Las temperaturas en este clima se mantienen bastante constantes a lo largo de todo el año, aproximadamente entre 28°C y 32°C, con

temperaturas máximas de hasta 37°C. En general es un clima muy seco con precipitaciones moderadas durante la temporada de mayo a octubre; el clima de la región central y montañosa, se considera la zona más fría de toda Nicaragua, y se dan las regiones situadas entre los 300 y 1500 m de altitud. Son las temperaturas más suaves del país, con una medida actual de 18°C y máxima es de los 24°C y 27°C.

Finalmente, en el clima de tierras bajas del Atlántico/costa caribeña dos, se considera como la zona más lluviosa de todo el país, con precipitaciones anuales de más de 4000 mm que abarca casi nueve meses del año. La temperatura media anual oscila entre los 25°C y 27°C, y se mantienen estables durante todo el año.

El clima de Panamá es tropical, posee dos zonas climáticas claramente diferentes: la costa caribeña y la costa oceánica. La costa caribeña, posee precipitaciones abundantes a lo largo de todo el año y en especial entre los meses de diciembre a febrero, la temperatura media anual es de 28°C; y la costa del pacífico, posee lluvias también abundantes, la temperatura media suele ser de 27°C, sin embargo, se pueden alcanzar unas máximas de 34°C en la época más calurosa. Panamá es uno de los países con climas similares a los de Coatzacoalcos.

Hacer mención del clima en el país de origen y realizar una adecuada comparación con el clima en el país de acogida, es importante para el presente estudio debido a que, es una característica que se manifiesta dentro de los siete duelos de la migración, específicamente en el duelo por la tierra, donde se destaca que el cambio de aspectos vinculados a la tierra, como es el caso de la luminosidad, colores, olores, paisaje, temperatura, entre otros, provoca estrés en el sujeto porque supone una re adaptación a las nuevas condiciones en el país de acogida.

### **3.2.4. Economía**

Como se cita en SEDATUR (2020), de acuerdo con el Directorio Estadístico Nacional de Unidades Económicas (DENUE), en 2019, el municipio contó con 17 mil 679 unidades económicas, de las cuales el 49.6% concentra los servicios; el 42.3%, la actividad comercial, el 7.9%, la actividad manufacturera; y apenas el 0.2%, las actividades primarias. Cabe destacar que 15 mil 600 establecimientos se encuentran en la cabecera municipal y el área conurbada, zona que representa el principal núcleo económico del municipio.

De acuerdo con el Censo Económico 2014, Coatzacoalcos tiene una base económica basada en la industria, seguida del comercio y los servicios no calificados. Entre estos dos se concentra el 85% de la población ocupada.

El tema de la economía juega un papel fundamental en el desarrollo del Síndrome de Ulises, sobre todo cuando va ligado a la oportunidad laboral presente en el país de acogida, debido a que, si la economía no es óptima para el desarrollo de empleos, la probabilidad de que un inmigrante obtenga un empleo con sueldo bien remunerado es baja y tiene relación con el estresor presente en el síndrome, aquel donde se manifiesta el sentimiento de desesperanza y fracaso, que se da a partir de que el sujeto no logra conseguir las mínimas oportunidades para salir adelante ante las dificultades que se le presentan en su vida como inmigrante.

Lo que a su vez podría desencadenar el retorno voluntario del inmigrante al país de origen y que, al mismo tiempo generaría un nuevo duelo, porque el retorno al país de origen representa una nueva migración.

### **3.2.5. Empleo**

Como se cita en SEDATUR (2020), de acuerdo con el análisis de los datos de la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo 2019, se midió la calidad de los empleos a través de la



agrupación de las prestaciones a las que la población ocupada tiene acceso. La primera categoría se denomina Tipo A e incluye seguridad social, aguinaldo y utilidades; la segunda, denominada Tipo B, incluye crédito para la vivienda, seguro de vida y Afore.

En cuanto a las prestaciones Tipo A, es importante recalcar que las condiciones son precarias para ambos sexos, aunque algunos sectores económicos mantienen el promedio nacional. En el caso de los hombres, por ejemplo, la construcción representa el sector con el mayor porcentaje de población ocupada con acceso a estas prestaciones (un 20%), seguido de los servicios calificados (un 9.72%). Mientras que para la población femenina el sector económico con mayor porcentaje de población con acceso a estas prestaciones es el de servicios no calificados (sólo un 9.67%).

En referencia a las prestaciones Tipo B, también la población masculina es la que tiene un mayor porcentaje de población ocupada con acceso a dichas prestaciones, manteniendo a los sectores económicos de la construcción y servicios calificados. En el caso de la población femenina, se repite el patrón encontrado en las prestaciones Tipo A. Cabe señalar que, en el caso de las prestaciones Tipo B en los servicios calificados, específicamente en la población masculina, el porcentaje de población ocupada con acceso a ellas es superior incluso a las prestaciones Tipo A.

Como se mencionó con anterioridad, la economía y el empleo son dos aspectos estrechamente vinculados, el desempleo y la falta de oportunidades genera en el migrante el estresor nombrado en el subtema anterior.

### **3.2.6. Seguridad pública**

Para comprender mejor la Seguridad Pública de México, se deben analizar dos conceptos importantes: percepción y denuncia. En el caso de la percepción de seguridad hace referencia

a la *percepción de seguridad pública* que tiene la población y los hogares sobre el lugar donde residen y su relación con el delito. Mientras que, la *percepción de confianza en autoridades* o desempeño institucional busca conocer la manera en que la población percibe a las autoridades y las acciones que estos realizan, sin importar si han sido víctimas de delito.

Desafortunadamente no existen datos específicos a nivel de municipio acerca de la percepción de seguridad pública, sólo se menciona que, como se cita en SEDATUR (2020), según datos de la Encuesta Nacional de Victimización y Percepción sobre la Seguridad Pública, la percepción de inseguridad entre la población del municipio de Coatzacoalcos es alta y constante.

Para hablar de datos más específicos, sólo se poseen registros de la entidad federativa de Veracruz de Ignacio de la Llave, donde en 2020, 15.2% de los hombres mayores de 18 años percibieron seguridad en su entidad federativa mientras que 9.54% de mujeres mayores de 18 años compartieron dicha percepción. A nivel socio demográfico, tanto hombres como mujeres pertenecientes al nivel socio demográfico bajo percibieron mayor seguridad, 20% en el caso de hombres y 12.6 en el caso de mujeres.

En cuanto a la percepción de confianza en las autoridades, tampoco se tienen datos a nivel de municipio, sin embargo, en la entidad federativa de Veracruz de Ignacio de la Llave, en 2020, 8.3% de la población de Veracruz aseguró tener una confianza en la policía estatal, mientras que un 14.2% indicó tener mucha desconfianza. De igual manera, un 33.5% de la población afirmó tener mucha confianza en el Ministerio Público y Procuraduría, un 48.4% en los Jueces y un 15.9% en la Policía Federal, mientras que un 4.71%, un 2.72% y un 9.59% aseguró tener mucha desconfianza en ellos, respectivamente. Al comparar por género y la opción mucha confianza, las mujeres de esta entidad federativa aseguraron sentir menos

confianza en la Policía Estatal frente a los hombres; menos confianza en la Policía Federal, menos confianza en los Jueces y menos confianza en el Ministerio Público y Procuradurías.

En cuanto al término de denuncia, se utiliza cuando el sujeto ha sido víctima o testigo de un crimen, de tal manera que informa o establece los hechos frente a autoridades pertinentes, reportando así, una irregularidad, acto delictivo o crimen con el fin de ser investigado. En este caso, las denuncias con mayor ocurrencia durante agosto de 2021 fueron Robo (156), Violencia Familiar (54) y Lesiones (48), las cuales abarcaron un 52.4% del total de denuncias del mes. Si se compara el número de denuncias en agosto de 2020 y agosto de 2021, aquellas con mayor crecimiento fueron delitos cometidos por servidores públicos (500%), extorsión (400%) y abuso sexual (300%).

En cuanto a la seguridad pública para los migrantes, como se ha mencionado anteriormente, en el proceso de tránsito por México, existe para esta población un riesgo de sufrir abusos y agresiones por parte del contexto político, los procesos sociales y las relaciones de poder. En el caso específico de Coatzacoalcos, es una ciudad ubicada en la zona más difícil para los migrantes de Centroamérica, ya que está ubicada en una de las rutas más peligrosas: la ruta del golfo de México es considerada como la ruta más peligrosa de tránsito, particularmente los estados de Tabasco, Veracruz y Tamaulipas, donde se dan el mayor número de agresiones y abusos contra migrantes. Esto puede ser debido a que en su gran mayoría, esa ruta es controlada por organizaciones criminales como los Zetas y el cartel del golfo (OIM, 2016)<sup>64</sup>.

Sin embargo, el crimen organizado no es el único responsable de los actos de abuso, injusticia y corrupción en contra de los migrantes, también las organizaciones públicas e incluso la policía misma, se vuelven protagonista de dichos actos, y prueba de ello son los

---

<sup>64</sup> Organización Internacional para los Migrantes [OIM]. (2016). *Migrantes en México, Vulnerabilidad y Riesgos*. Recuperado de [https://www.ecampus.iom.int/pluginfile.php/14566/block\\_html/content/MICIC\\_Mexico\\_desk\\_study.pdf](https://www.ecampus.iom.int/pluginfile.php/14566/block_html/content/MICIC_Mexico_desk_study.pdf)

siguientes testimonios de algunos migrantes, incluidos en un informe realizado por la Comisión Nacional de los Derechos Humanos [CNDH] (2018)<sup>65</sup>:

- Hombre hondureño de 40 años:

*“En el transcurso entre Coatzacoalcos y Tierra Blanca, los guardias del tren intentaron robar al grupo con el que viajaba”.*

- Hombre hondureño de 35 años:

*“Hay mucha extorsión y secuestro de Palenque a Coatzacoalcos por parte de pandillas”.*

- Hombre hondureño de 25 años:

*“He sido víctima de constantes asaltos en el estado de Veracruz (Chontalpa, La Limonera, Huimanguillo, Coatzacoalcos, Las Higueras, Medias Aguas hasta Tierra Blanca). También fui testigo de violencia física, secuestros y extorsiones por parte de pandillas y de la policía federal”.*

### **3.3. Población**

La población está integrada por los inmigrantes albergados en la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos, en el municipio de Coatzacoalcos, Veracruz. Dichos inmigrantes se encuentran en un rango de edad de 2 a 53 años, siendo un total de 38 inmigrantes al momento de realizar la presente investigación, 6 de ellos menores de edad y los 32 restantes, mayores de edad, en cuanto al sexo, 27 de ellos pertenecen al sexo masculino y 11 al femenino. Dentro de esta población se encuentran inmigrantes con nacionalidad centroamericana y provenientes de

---

<sup>65</sup> Comisión Nacional de los Derechos Humanos [CNDH]. (2018). *Los desafíos de la migración y los albergues como oasis*. Recuperado de <https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Informes/Especiales/Informe-Especial-Desafios-migracion.pdf>

Haití, 21 de ellos originarios de Honduras, 9 de Guatemala, 3 de El Salvador, 1 de Nicaragua y 4 de Haití.

Dentro del albergue, existen dos tipos de migrantes, los migrantes de tránsito que son aquellos que ya tienen un destino establecido, sin embargo, no se trata de México, y los migrantes de refugio que son aquellos que salen de su país y deciden quedarse en México por diversas razones. De los 38 inmigrantes albergados, 19 se categorizan en los migrantes de refugio, mientras que los 19 restantes se categorizan en los migrantes de tránsito.

A dichos migrantes de refugio, a su ingreso son separados por sexo en diferentes habitaciones y se les permite albergarse en la Casa de Migrantes por 25 días a un mes, dependiendo de las características del inmigrante, es decir, se puede extender su estadía si presentan algún tipo de enfermedad o discapacidad, sea física o mental, dentro de este periodo, ellos pueden acceder de manera gratuita a los servicios que presta el albergue y tienen permitido el egreso e ingreso al plantel, programando su salida dentro del horario de 9:00 am a 5:00 pm de lunes a sábado, y de 6:00 am a 5:00 pm los domingos, en un horario de 10:00 pm a 6:00 am, los inmigrantes no tienen permitido salir de su habitación, salvo que tengan que usar el sanitario.

Además, los migrantes anteriormente descritos, se encuentran en trámites para solicitar una visa humanitaria a México, este tipo de visa se da a inmigrantes que han sido víctimas de catástrofes naturales o de violencia, cuya vida o integridad se encuentre en peligro o bien a aquellas personas que ingresen para realizar acciones de auxilio o rescate en situaciones de emergencia en el país o atender a un familiar por encontrarse en estado grave de salud

(Gobierno de México, 2023)<sup>66</sup>. En el presente caso, los inmigrantes la solicitan por situaciones de violencia.

A los migrantes de tránsito, se les permite albergarse en la Casa de Migrantes por 24 horas, dentro de este tiempo, pueden tener acceso gratuito a los servicios que presta el albergue y, se aplican las mismas reglas que a los migrantes de refugio, sin embargo, este tipo de migrante no tiene permitido salir del refugio durante su estancia, aunque programe dichas salidas. Si el migrante de tránsito decide salir después de dos horas de haber ingresado al albergue, se le permite su salida, sin embargo, no puede reingresar, a menos que hayan pasado 15 días o un mes.

### **3.4. Muestra**

El tipo de muestreo que se utilizó fue por conveniencia, que es una técnica de muestreo no probabilístico y no aleatorio, se utiliza para crear muestras de acuerdo con la facilidad de acceso y la disponibilidad de las personas que forman parte de la muestra. En este tipo de muestreo, el investigador escoge a los sujetos por su fácil acceso. Al utilizarse esta técnica, el investigador puede observar hábitos, opiniones y puntos de vista de manera más sencilla (Alvizar, 2021)<sup>67</sup>.

La muestra fue seleccionada tomando en cuenta los siguientes criterios: inmigrantes provenientes de países centroamericanos que deseen participar en la investigación de manera voluntaria, mayores de edad, sin antecedentes psiquiátricos, que hayan estado en situación de movilidad en un rango de tiempo de uno a seis meses y que no posean residencia permanente en México, dato característico de los migrantes de refugio albergados en la Casa de Migrante Diócesis de Coatzacoalcos. Por lo tanto, la muestra seleccionada se conforma de 15 inmigrantes

---

<sup>66</sup> Gobierno de México. (10 de abril de 2023). *Visa por razones humanitarias*. México: Gobierno de México. Recuperado de <https://www.gob.mx/tramites/ficha/visa-por-razones-humanitarias/INM74>

<sup>67</sup> Alvizar, Y. (2021). *¿Qué es una muestra no Probabilística según Sampieri?*. México.: ALEPH. Recuperado de <https://aleph.org.mx/que-es-una-muestra-no-probabilistica-segun-sampieri>

de refugio, 10 hombres y 5 mujeres, 6 de ellos en un rango de edad de 18 a 30 años, 4 en un rango de edad de 30 a 40 años, 4 en un rango de edad de 41 a 50 años y finalmente 1 en un rango de edad mayor a 50 años, los inmigrantes son provenientes de países centroamericanos, 11 con nacionalidad hondureña, 2 con nacionalidad guatemalteca, 1 proveniente de Nicaragua y 1 proveniente de El Salvador.

### **3.5. Métodos de investigación**

La investigación utilizará un diseño no experimental, este tipo de investigación se lleva a cabo sin manipular intencionalmente las variables. Se trata de estudios en los que no se realiza ninguna variación de manera deliberada a las variables independientes para que así se pueda observar su efecto en otras variables. En un estudio no experimental se observan situaciones ya existentes, no las provoca el experimentador, las variables independientes ocurren y no es posible manipularlas, no existe ningún tipo de control directo sobre estas variables y se pueden influir en ellas, porque ya sucedieron, al igual que el efecto que causan (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)<sup>68</sup>.

La investigación es de tipo descriptiva, este tipo de investigación, según Cerda (como se citó en Bernal, 2010), se utiliza para representar, reproducir o figurar a personas, animales o situaciones, en ella, se debe describir los aspectos más característicos, distintivos y particulares de lo que se va a representar, es decir, todo aquello que lo hace identificable a los ojos de las demás personas.

El enfoque que se utilizó fue un enfoque mixto, es decir, cuantitativo-cualitativo, el método cuantitativo, se centra en medir las características de los fenómenos sociales, lo que significa elaborar un marco conceptual adecuado al problema analizado, una serie de postulados que

---

<sup>68</sup> Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Ciudad de México, México: McGraw-Hill / Interamericana Editores, S.A. de C.V.

expresen relaciones entre las variables estudiadas de forma deductiva. Dicho método suele generalizar y normalizar resultados. Por su parte, el método cualitativo, intenta profundizar casos específicos y no generalizar. Su prioridad no es medir, sino cualificar y describir el fenómeno social a partir de rasgos específicos, según se perciban por los mismos elementos que están dentro de la situación estudiada (Bernal, 2010)<sup>69</sup>.

La recopilación de los datos se dio por investigación de campo, es aquella que consiste en recolectar datos de manera directa de los sujetos investigados, o de aquella realidad donde ocurren los hechos, sin manipular o controlar las variables, es decir, el investigador va a obtener información sin alterar las condiciones que ya existen (Arias, 2006)<sup>70</sup>.

### **3.6. Técnicas de investigación**

#### **3.6.1. Conceptualización**

- **Síndrome de Ulises**

En 2002, Achotegui (como se citó en Puy, Guitián, Pías, Aldrey y Macías, 2020)<sup>71</sup> describió el Síndrome de Ulises por primera vez para referirse al inmigrante con estrés crónico, al cual serían vulnerables aquellos inmigrantes expuestos a niveles de estrés extremos durante la migración y que, además poseen características de vulnerabilidad que los hacen susceptibles a presentar un conjunto de síntomas que se enmarcan dentro del Síndrome de Ulises, los cuales se clasifican en el área depresiva, ansiosa, somática y confusional, dentro de estos mismos, el

---

<sup>69</sup> Bernal, A. (2010). *Metodología de la investigación*. Colombia: Pearson Educación.

<sup>70</sup> Arias, G. (2006). *Proyecto de Investigación: Introducción a la metodología científica*. Caracas: Episteme.

<sup>71</sup> Puy, A., Guitián, A., Pías, J.M., Aldrey, J.M. y Macías, M. (2020). Ulises en la literatura médica. *Revista de Neurología*, 71 (3). 119-122. doi: 10.33588/rn.7103.2020187



sujeto puede llegar a presentar hasta diez síntomas pero eso no es indicador de enfermedad o de trastorno (Abuagilah, 2014)<sup>72</sup>.

De acuerdo con Achotegui (2004)<sup>73</sup>, los síntomas del Síndrome de Ulises se clasifican de la siguiente manera:

### 1. Sintomatología del área depresiva

- *Tristeza*: a través de ella se expresa el *sentimiento de fracaso*, el inmigrante siente que no ha cumplido con sus propias expectativas y las de sus seres queridos en el país de origen (a quienes añora con intensidad y también puede ser causante de dicha tristeza), de *indefensión aprendida*, el inmigrante siente que no puede hacer nada para cambiar su propio destino y que está destinado a vivir una vida de infortunio.
- *Llanto*: ante la experiencia de situaciones de estrés tan extremas que viven día a día los inmigrantes, las barreras culturales quedan en segundo plano y es común que tanto hombres como mujeres presenten este síntoma, aun cuando en algunas culturas la manifestación del llanto sea vista como símbolo de debilidad en los hombres.
- *Culpa*: generalmente tienen un sentimiento de culpa por estar lejos de su familia, especialmente de hijos pequeños o de padres mayores, también se da por haber abandonado su país de origen a causa de su baja calidad de vida en él.
- *Ideas de muerte*: no se dan de manera frecuente, pese a la gravedad de los estresores. La mayoría de los inmigrantes tienen una capacidad de lucha de gran

---

<sup>72</sup> Abuagilah, M. (2014). *Síndrome de Ulises, aculturación y personalidad en una población de inmigrantes árabes*. (Tesis doctoral). Universidad de Barcelona. Barcelona.

<sup>73</sup> Achotegui, J. (2004). Emigrar en situación extrema: el Síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises). *Revista Norte de Salud Mental*, (21), 39-52. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4830454.pdf>

magnitud que los hace querer seguir viviendo. Sin embargo, en los adolescentes, debido a la impulsividad característica de esta etapa, estas ideas se presentan de manera más frecuente e incluso se pueden manifestar intentos de autolesión. En este síntoma la religión juega un papel muy importante, ya que la fe protege de modo muy significativo estas ideas de muerte.

## **2. Sintomatología del área de la ansiedad**

- *Tensión, nerviosismo*: este síntoma se manifiesta de manera muy frecuente y representa el esfuerzo sobrehumano, la lucha que se requiere para afrontar las adversidades que supone la migración, los peligros del viaje migratorio y los que se presentan una vez llegando al país destino.
- *Preocupaciones excesivas y recurrentes*: se presenta por la incertidumbre y la complejidad de la situación en la que vive. El sujeto requiere tomar decisiones importantes y en cortos periodos de tiempo, sin tener esa oportunidad de análisis ni muchas opciones a escoger.
- *Irritabilidad*: no se manifiesta de manera tan recurrente como los anteriores. Se presenta más comúnmente en menores de edad y en las bandas juveniles.
- *Insomnio*: las preocupaciones excesivas y recurrentes dificultan mucho que el inmigrante concilie el sueño. Y al no tener ningún estímulo externo que lo distraiga de dichas preocupaciones, la noche se considera el momento más difícil del día, porque es además cuando el sujeto recuerda todo aquello que dejó atrás, su país, su familia, sus seres queridos, también se percibe la crueldad de su nueva realidad y de los problemas a los que debe enfrentarse diariamente. En consecuencia, de esta dificultad para conciliar el sueño se manifiesta la ansiedad de anticipación, donde el migrante asocia el momento para dormir con tensión y por consiguiente no se relaja lo suficiente para quedarse dormido, a partir de

esto se crea un círculo vicioso y un condicionamiento. Sumado a esto se encuentran las pésimas condiciones en las que habitan los inmigrantes como: lugares muy húmedos, demasiado calurosos o demasiado fríos, con mucho ruido, poca ventilación, en situación de hacinamiento, etc. Todo lo antes mencionado, sin considerar cuando no se encuentran en situación de calle: entonces se añade el miedo por la propia integridad física, a los robos, violaciones (sobre todo en las mujeres), las agresiones, a ser detenidos y expulsados por la policía, etc.

### **3. Sintomatología del área de la somatización.**

- *Cefalea*: se considera el síntoma más característico del síndrome y está asociado a las preocupaciones recurrentes e intrusivas que presenta el inmigrante. Las molestias generalmente se encuentran en la zona frontal y en las sienas. Si se analiza desde una perspectiva psicoanalítica podría tener relación directa con la utilización de la defensa de negación (habitual en el duelo migratorio extremo), al resultarles mucho más fácil de sobrellevar el dolor físico, que el seguir pensando en tantos problemas e infortunios.
- *Fatiga*: se presenta de manera más común en inmigrantes que llevan más tiempo en el país de acogida. La energía para realizar actividades y la motivación se encuentran ligadas una con otra y en el caso de los inmigrantes, al percibir su situación actual como un túnel sin salida, existe una tendencia a que disminuyan las fuerzas.
- Otro tipo de somatizaciones que también son frecuentes son las *molestias osteomusculares*, en menor medida también se presentan *molestias abdominales*, *molestias torácicas* y *pérdida de apetito*.

#### 4. Sintomatología del área confusional.

- Dentro de esta área se encuentran síntomas como: *fallos en la memoria, en la atención, sensación de estar perdido física y emocionalmente, desorientación temporo espacial, etc.*
- La confusión puede estar ligada al papel que juegan los inmigrantes para no ser detenidos o deportados, es decir, a vivir a escondidas, cambiando de identidad y diciendo mentiras constantemente para no ser descubiertos ni dejar rastro, les dicen mentiras incluso a sus propios familiares en el país de origen para no preocuparlos y al final del día ya ni ellos saben qué es verdad o qué es mentira, por ende, este estilo de vida potencia la confusión y la desconfianza.

La organización de la sintomatología del síndrome permite un mejor análisis de los casos y un diagnóstico mucho más minucioso y acertado, facilitando así el trabajo de los servidores públicos que trabajan con los migrantes.

De igual manera, otra de las variables a considerar, son los *estresores*; estos están ligados de manera directa con la lucha por la supervivencia que supone el proceso migratorio (Sánchez, 2015). Achotegui (2020)<sup>74</sup> menciona que, en la migración actual, los estresores psicosociales que se manifiestan en conjunto con ella están estrechamente relacionados con la salud mental y los clasifica de la siguiente manera:

1. *Soledad forzada*: El primer estresor que se manifiesta es el duelo por la familia, y se genera con mayor intensidad cuando se ha dejado en el país de origen a hijos pequeños o padres ancianos y enfermos, este estresor se presenta cuando no se puede emigrar con la familia ni tampoco pueden ir a visitarlos porque eso

---

<sup>74</sup> Achotegui, J. (2020) *El Síndrome de Ulises. Contra la deshumanización de la migración*. Barcelona, España: Ned Ediciones.

implicaría realizar todo el viaje nuevamente y, especialmente cuando no se tienen documentos migratorios, en definitiva no es una opción que los migrantes indocumentados consideren factible.

2. *El fracaso del proyecto migratorio y la ausencia de oportunidades:* El segundo estresor es el sentimiento de desesperanza y fracaso, que se da a partir de que el sujeto no logra conseguir las mínimas oportunidades para salir adelante ante las dificultades que se le presentan en su vida como inmigrante.
3. *La lucha por la supervivencia:* Dentro de este estresor se clasifican dos áreas de gran importancia:
  - *La alimentación:* muchos de los inmigrantes están subalimentados, por causa de los pocos recursos económicos que poseen para adquirir comida y, además, aquellos que tienen un salario relativamente bueno, envían gran parte de él a sus familiares en el país de origen, como consecuencia, miles de inmigrantes no tienen otra opción más que consumir productos alimenticios de baja calidad, con muchas grasas saturadas y con poco índice de proteínas.
  - *La vivienda:* como ya se mencionó en apartados anteriores, las malas condiciones de vivienda es un problema muy común en los inmigrantes, es común encontrar lugares donde esta población vive hacinada y en pésimas condiciones, dicho hacinamiento es un factor de estrés y tensión.
4. *El miedo, el terror y la indefensión:* Otros estresores son el duelo por los peligros físicos relacionados con el viaje migratorio; las coacciones del crimen organizado y las redes de prostitución; el miedo a la detección y la expulsión; el miedo también a los abusos.

Todos los estresores antes mencionados son la base psicológica y psicosocial del Síndrome de Ulises.

A su vez, la migración supone muchos cambios, todo lo que hay alrededor de la persona cambia, y es incluso peor cuanto más lejanía y distancia cultural haya entre país de origen y país de acogida. Se considera que existen *siete duelos* (como mínimo) durante la migración:

1. *La familia y los seres queridos*: se trata de la separación de la familia, hijos pequeños, padres mayores, hermanos y familia extensa, de igual manera se incluyen los amigos y relaciones íntimas. En todo duelo, se considera que hay dos partes, aquella que representa lo que se deja atrás y aquella que representa el estrés que supone adaptarse a lo que viene, en este duelo, una parte ocurre por lo que se deja atrás y otra ocurre por la búsqueda de nuevas relaciones afectivas.
2. *La lengua*: aprender la lengua del país de acogida es en parte satisfactorio y placentero, pero, a su vez requiere esfuerzo por parte del inmigrante. En este duelo, una parte ocurre por la disminución o pérdida de contacto con la lengua materna y otra ocurre por el esfuerzo que supone aprender y adaptarse a la nueva lengua.
3. *La cultura*: se manifiesta una pérdida por los valores, costumbres, religión y sentido de vida propios de la cultura de procedencia. Se considera que, una parte de este duelo sucede por la disminución o pérdida de contacto con la cultura de origen y otra por el esfuerzo de contactar y adaptarse a la nueva.
4. *La tierra*: aquí se engloban aspectos como luminosidad, colores, olores, paisaje, temperatura, etc. Dichos elementos poseen importancia nivel emocional y van a afectar al sujeto cuando éste emigra a lugares oscuros y fríos, existen diversos estudios de psicología de la felicidad que mencionan que las personas que viven

en climas cálidos son más felices. En este duelo, una parte se da por los aspectos con los que se había vinculado en la tierra de origen y otra por el estrés que supone la adaptación a la nueva.

5. *El estatus social*: sin importar el estatus social que se haya tenido antes de la emigración, el inmigrante pasa casi de manera inmediata a ser parte del último escalón social y, cuando se pasa demasiado tiempo en ese peldaño, la persona tiende a desvalorizarse, a desmotivarse y a pensar que sus esfuerzos de adaptación y progreso han sido nulos.
6. *Contacto con el grupo de pertenencia*: cuando las personas tienen encuentros con el grupo de pertenencia, donde se identifican y se reconocen a sí mismos, encuentran seguridad, sin embargo, al existir diversos grupos de pertenencia, surge una tendencia a los prejuicios hacia los otros grupos y aquí se destacan aspectos como la xenofobia o el racismo. En este duelo, una parte se manifiesta ante la disminución o pérdida de contacto con su grupo de pertenencia y otra por el estrés que supone contactar con un nuevo grupo de pertenencia.
7. *Riesgos para la integridad física*: hace referencia a todos aquellos riesgos que se presentan durante la migración, riesgos como accidentes laborales por trabajos peligrosos, accidentes domésticos por vivir hacinados (sobre todo en inmigrantes menores), miedo a ser expulsados, malos tratos, abusos sexuales, riesgos en el viaje migratorio, riesgo de contraer enfermedades, etc. En este duelo, una parte se da por la disminución o pérdida de seguridad física que tenía en el país de origen (si es el caso, ya que algunos emigran por los riesgos que suponían permanecer en el país de origen) y otra por el estrés de los riesgos físicos con los que se encuentra al emigrar.

Así pues, el Síndrome de Ulises describe un cuadro reactivo de estrés ante circunstancias de duelo migratorio extremo que no pueden ser elaboradas, además, se trata de una respuesta por parte de sujetos sanos y sin ningún tipo de antecedentes de trastornos mentales (Abuagilah, 2014).

### **3.6.2. Operacionalización**

- **Encuesta sociodemográfica**

La encuesta sociodemográfica permite medir, por medio de una escala de tipo nominal no numérica, que obtiene datos relevantes sobre los participantes de la investigación y consta de 15 ítems. La encuesta elaborada es una modificación del diseño original propuesto por Sánchez (2015)<sup>75</sup>. En ella se rescatan datos generales de los participantes de la investigación, en ella se tomaron en cuenta aspectos relacionados con características sociales generales y relacionadas con la migración, dichas características contienen información como: edad, sexo, estado civil, vivienda, formación académica, país de origen, fecha de salida del país de origen, tiempo de estadía en México, situación familiar, laboral y económica, situación legal y condiciones sanitaria (si existe o no historia psiquiátrica previa, si padeció o padece alguna enfermedad).

- **Escala Ulises (Ahotegui, 2010)**

La escala tiene una función principalmente de screening, evalúa la situación psicosocial de los inmigrantes. Su objetivo principal es evaluar el duelo migratorio, entendiéndolo como un duelo múltiple, en el que se consideran seis grandes áreas: la familia, el estrés aculturativo, el fracaso, la tierra, el grupo de pertenencia y el riesgo físico.

---

<sup>75</sup> Sánchez, A. (2015). *Programa de apoyo psicológico a inmigrantes: estudio de casos* (tesis doctoral). Universidad del País Vasco, San Sebastián, España.



Esta escala se basa en la valoración de los factores de riesgo en la migración a través de la vulnerabilidad y los estresores. Por ende, se centra en detectar desde una primera evaluación la posible existencia del duelo migratorio y, si se diera el caso, la intensidad de los factores de riesgo del inmigrante desde la perspectiva de la salud mental (Achotegui, 2010)<sup>76</sup>.

Se evalúa la vulnerabilidad y los estresores de los inmigrantes dentro de los siete duelos de la migración, otorgando una puntuación de simple (0), complicado (1) y extremo (2). En el primer apartado de dicha escala, se evalúa la vulnerabilidad del inmigrante al momento de abandonar el país de origen e iniciar su viaje migratorio, se refiere al conjunto de limitaciones que posee el sujeto cuando emigra y que constituyen un factor de riesgo para su salud mental (Achotegui, 2010). La vulnerabilidad se basa principalmente en las limitaciones físicas, psicológicas, la edad y la historia personal de cada inmigrante. Dentro de la escala, se considera que existen tres niveles de intensidad en la vulnerabilidad: simple (limitaciones leves del sujeto que son compatibles con la elaboración del duelo del sujeto), complicada (limitaciones relevantes del sujeto pero que con esfuerzo pueden permitir la elaboración del duelo migratorio) y extrema (limitaciones muy graves que impiden la elaboración del duelo migratorio).

La valoración de la vulnerabilidad en cada duelo migratorio, se basa en tres principales criterios: la vulnerabilidad física (las limitaciones físicas que poseía el inmigrante antes de emigrar y que se consideran como una dificultad para elaborar el duelo migratorio, aquí se incluyen enfermedades y discapacidades), la vulnerabilidad psíquica (limitaciones psíquicas que poseía antes de emigrar y que se consideran como una dificultad para elaborar el duelo migratorio, aquí se incluyen enfermedades mentales), y dificultades en la historia personal

---

<sup>76</sup> Achotegui, J. (2010). *Cómo evaluar el estrés y duelo migratorio. Escala de evaluación de factores de riesgo en salud mental (Escala Ulises)*. Llançà, España: El Mundo de la Mente.

(haber sufrido malos tratos, abusos sexuales, fallecimiento de los padres siendo menor de edad, etc.). Además, tener más de 65 años, se considera ya como factor de vulnerabilidad en todos los duelos.

En el segundo apartado, se evalúan los estresores que manifiestan los inmigrantes en el país de acogida, es decir, son todas las dificultades externas que ha vivido el inmigrante, aquellos obstáculos con los que se ha enfrentado en el país de acogida, las barreras, las discriminaciones, el poco o nulo acceso a oportunidades, la ausencia de recursos, las adversidades, entre otras (Achotegui, 2010). Al igual que la vulnerabilidad, los estresores se evalúan de manera independiente en cada uno de los siete duelos de la migración.

Según la interpretación de Achotegui (2010), existen tres tipos de estresores: los simples (dificultades leves del medio que no impiden la elaboración del duelo migratorio), complicados (dificultades relevantes del medio pero que con esfuerzo se pueden superar) y extremos (limitaciones muy graves del medio que impiden la elaboración del duelo migratorio). En la valoración de los estresores se tienen en cuenta: los estresores del área personal, ambiental y social.

La Escala de Ulises que creó Achotegui (2010), ayuda a comprender de manera cualitativa el riesgo que posee cada individuo evaluado de padecer Síndrome de Ulises, sin embargo, Sánchez (2015) permite agregarle un valor cuantitativo a la escala, esto agiliza la interpretación de riesgo a padecer el Síndrome de Ulises, y es así cómo puede interpretarse, con base a una puntuación, el nivel de estrés Ulises que padecen los inmigrantes encuestados.

La Escala de Estrés Ulises, modificada por Sánchez (2015), evalúa el estrés en el Síndrome de Ulises a través de diferentes categorías, la escala se divide en siete apartados principales, dichos apartados recogen datos sobre el nivel de estrés que padece el inmigrante en diferentes

ámbitos. Cada ítem se puntúa de 0 a 3, los apartados descritos por Sánchez (2015) son los siguientes:

- La escala de familia (rango 0-60), evalúa la existencia de familiares, amigos o instituciones cercanas para pedir ayuda, el haber dejado a hijos y padres ancianos o enfermos en el país de origen, la separación o el divorcio de la pareja, la posibilidad de que exista peligro para la familia en el país de origen, etc.
- La escala de estrés aculturativo (rango 0-27), evalúa las diferencias entre la lengua, la cultura, la tierra y la identidad étnica del país de origen y el país receptor.
- La escala de fracaso (rango 0-48), recolecta información sobre la situación legal y laboral, las deudas, las expectativas, la posibilidad de regreso, la existencia de enfermedades y discapacidades o las dificultades escolares de los hijos.
- La escala de supervivencia y miedo (rango 0-24), permite conocer si el migrante tiene vivienda, padece hambre, tiene dificultades de salud no atendidas, si ha vivido situaciones de peligro para su vida durante el viaje migratorio y/o en el país de origen.
- La escala de factores epidemiológicos (rango 0-6), valora la importancia que tiene la edad y el sexo en el proceso migratorio.
- La escala de otras variables (rango 0-9), recolecta información sobre la historia infantil, la decisión de emigrar y el registro de síntomas psicológicos percibidos por el paciente.
- La escala de vulnerabilidad (rango 0-18), indaga sobre la percepción que tiene el inmigrante de sí mismo en cuanto sus características de personalidad, es decir, si es tímido, dependiente, desconfiado, etc.

La puntuación máxima que se obtiene en la escala es de 192 puntos. Se considera estrés leve entre 0-30 puntos, moderado entre 30-60 puntos y extremo más de 60. El diagnóstico del Síndrome de Ulises se efectúa considerando la totalidad de la información obtenida por la

prueba y según Achotegui (2010), con tan sólo un estresor, ya se considera que el sujeto pertenece a la categoría de estresores extremos o estresores Ulises.

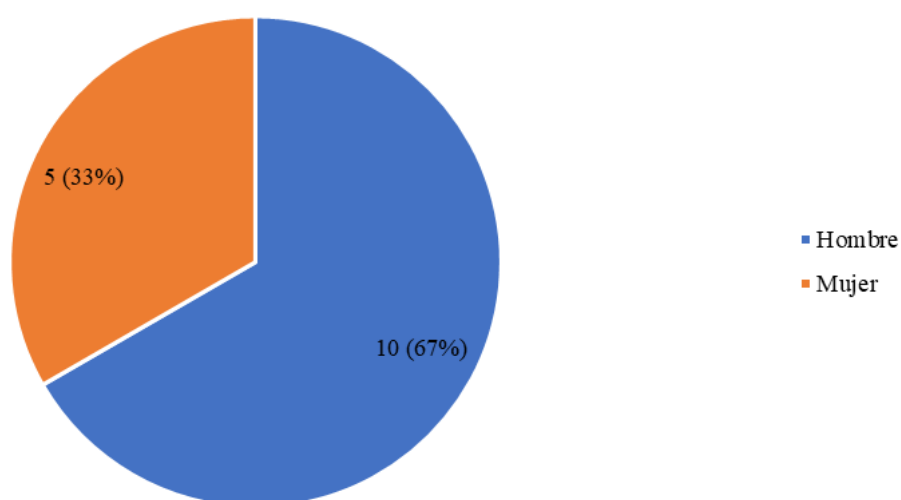
## Capítulo 4. Resultados

### 4.1. Resultados

En el siguiente apartado se describen los resultados de esta investigación, los cuales están organizados en dos apartados; en el primer apartado se describen las características sociodemográficas de la población, mientras que en el segundo apartado se presentan los resultados de la Escala Ulises, que a su vez se subdivide en dos apartados, el primero se enfoca en los niveles de estrés en los inmigrantes, dato obtenido durante la aplicación de la encuesta Escala de estrés Ulises propuesta por Sánchez en el 2015 y, el segundo se centra en describir la intensidad de la vulnerabilidad y los estresores de los siete tipos de duelos migratorios, resultado de la integración de los datos obtenidos durante la encuesta previamente descrita y los indicadores propuestos en la Escala Ulises realizada por Achotegui en el 2010, aplicada a inmigrantes centroamericanos de la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos.

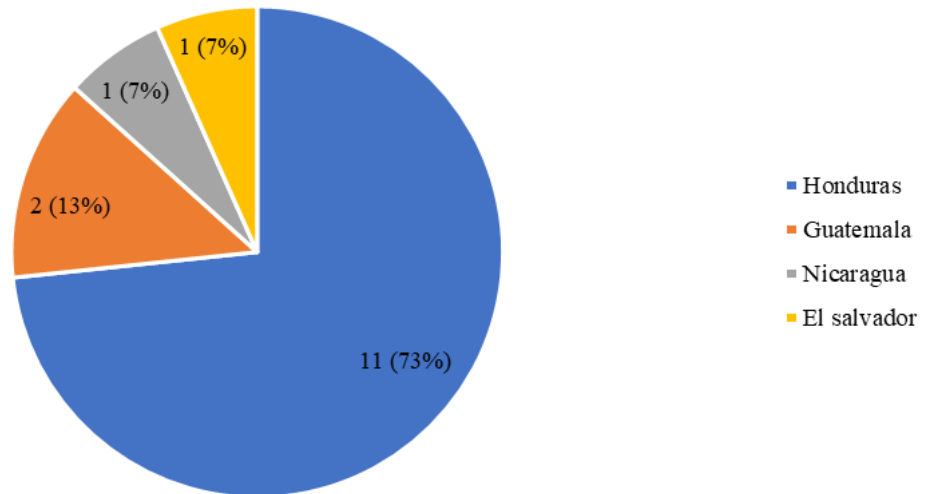
#### 4.1.1. Sociodemográficos

Gráfica 4.1. Sexo



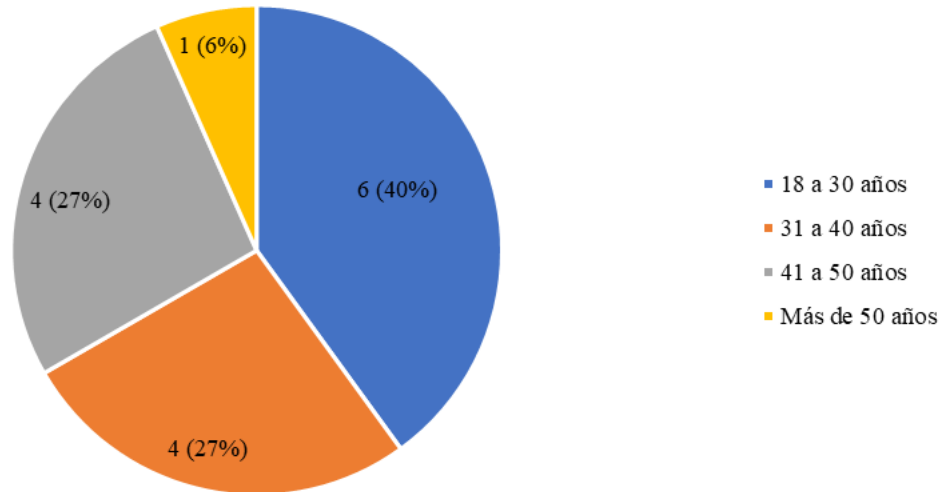
En la gráfica 4.1 se muestra la población total que participó en la presente investigación y que consta de 15 inmigrantes centroamericanos albergados en la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos, el 67% de dicha población son hombres y el 33% son mujeres.

Gráfica 4.2. País de origen



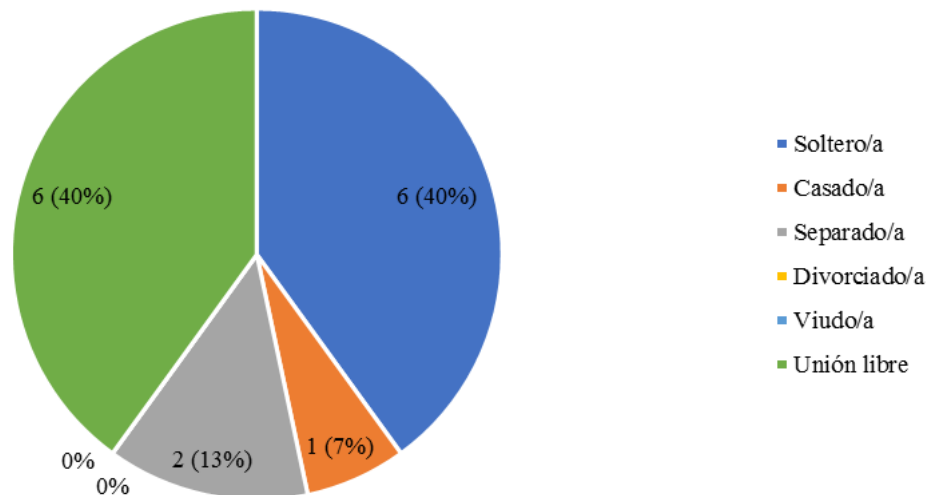
En la gráfica 4.2 se observan los países de procedencia de la población participante, la mayoría de ellos procedían de Honduras, representando así a un 73% de la población, un 13% procedía de Guatemala, mientras que en partes iguales y representando 7% de la población, correspondientemente, procedían de Nicaragua y el Salvador.

Gráfica 4.3. Edad



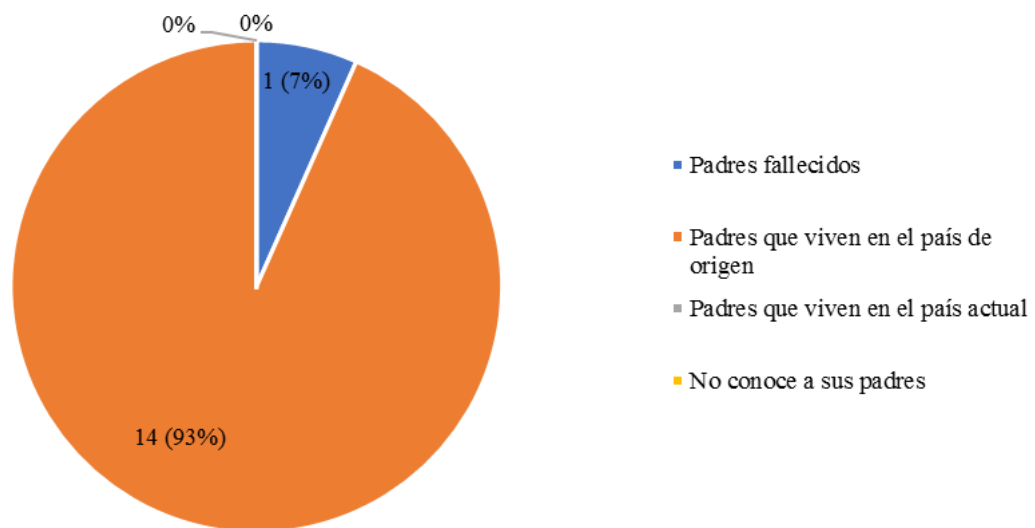
En la gráfica 4.3 se observan los porcentajes con relación al rango de edad en la que se encuentran los inmigrantes encuestados, el rango de edad con el mayor porcentaje es el 18 a 30 años, que corresponde a un 40% de la población, seguido de este, con un 27% respectivamente, se encuentran los rangos de edad de los 31 a 40 y de los 41 a 50 años, teniendo así el menor porcentaje, el rango de edad mayor a 50 años, con un porcentaje de 6%.

Gráfica 4.4. Estado civil



En la gráfica 4.4 se observa la distribución de los participantes según su estado civil. El 40% de la población se encuentra soltera, en un porcentaje igual, 40% de la población está en unión libre, seguido del 13% quienes manifiestan estar separados de sus parejas y finalmente en menor porcentaje, con un 7%, representa a la población casada, en cuanto a las otras dos opciones viudo y divorciado, ningún participante corresponde a estas categorías.

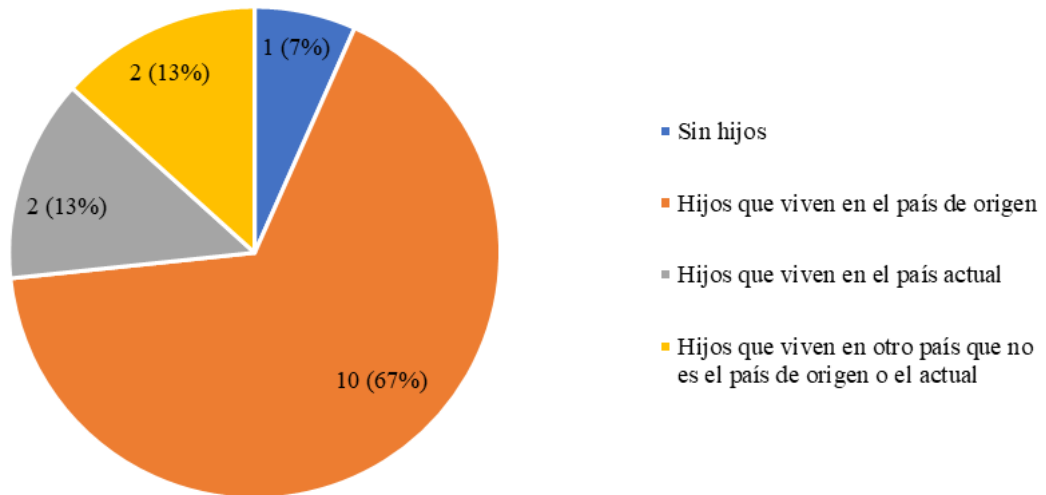
Gráfica 4.5. Familia nuclear: padres



En la gráfica 4.5 se observa la familia nuclear de la muestra, en este caso, corresponde al estado de los padres, obteniendo así en un 93% que la mayoría de los inmigrantes encuestados tienen a sus padres viviendo aún en el país de origen, mientras que en un 7% sus padres fallecieron. En cuanto a las otras dos opciones; padres que viven en el país actual y no conocen a sus padres, ningún participante corresponde a estas categorías.

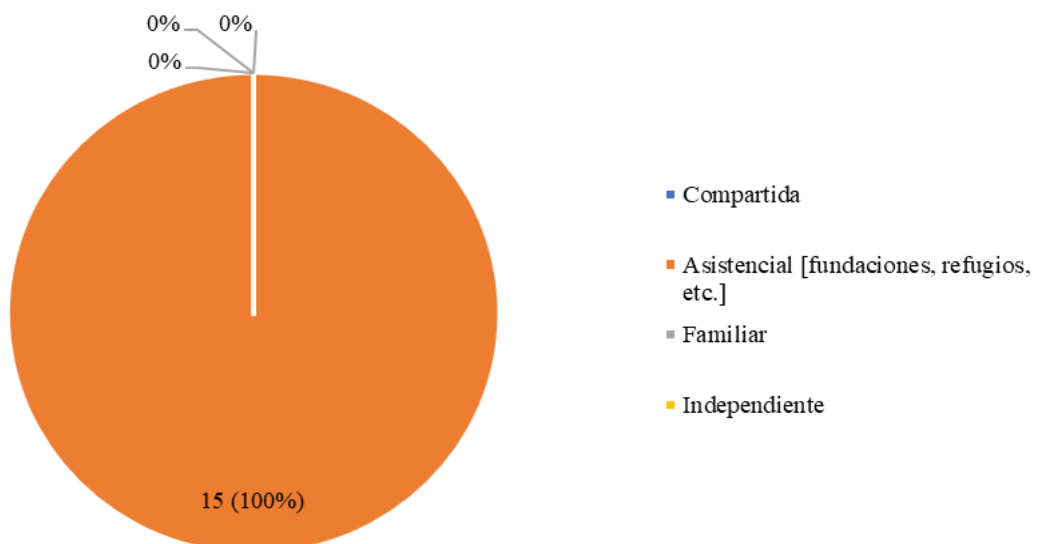


Gráfica 4.6. Familia nuclear: hijos



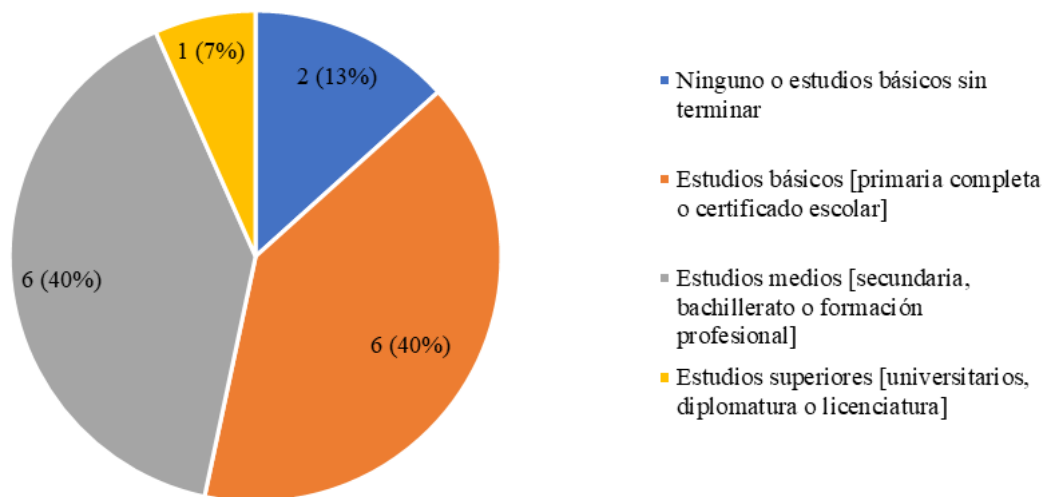
En la gráfica 4.6 se observa la familia nuclear de los inmigrantes encuestados, en este caso, corresponde al estado de los hijos, un 67% de la muestra tiene hijos viviendo en el país de origen, seguido de un 13% equitativamente para la categoría de hijos que viven en el país actual e hijos que viven en otro país que no es el de origen ni el actual, y finalmente un 7% no tiene hijos.

Gráfica 4.7. Vivienda



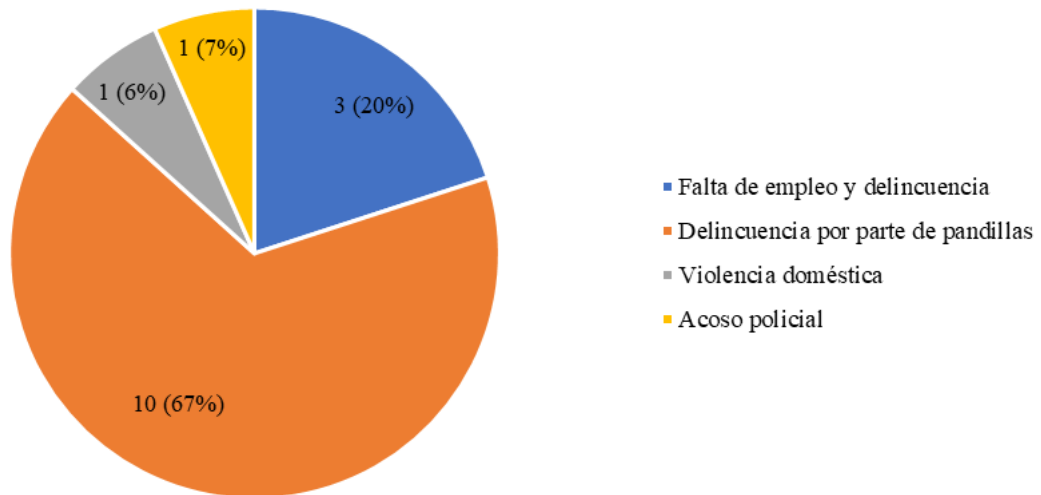
En la gráfica 4.7 se observa el tipo de vivienda en la que habitan los inmigrantes encuestados, el total de la muestra habita en una vivienda asistencial, en este caso, en un refugio. En cuanto a las otras tres opciones, compartida, familiar e independiente, ningún participante corresponde a estas categorías.

Gráfica 4.8. Nivel de estudio



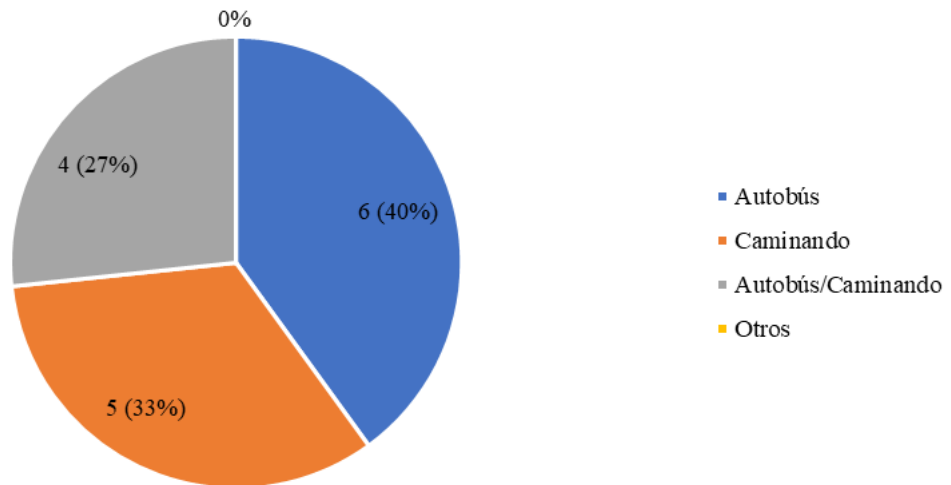
En la gráfica 4.8 se observa el nivel de estudio en los inmigrantes encuestados, en un porcentaje equitativo, se clasifican para los inmigrantes con grado de estudios básicos y medios, ambos con 40%, seguido de estos dos, se clasifican a aquellos inmigrantes con ningún nivel de estudio o nivel básico de estudios sin terminar, con un 13% y, finalmente con un 7% se encuentra la población que tiene grado de estudios superiores.

Gráfica 4.9. Razones por las que abandonó su país de origen



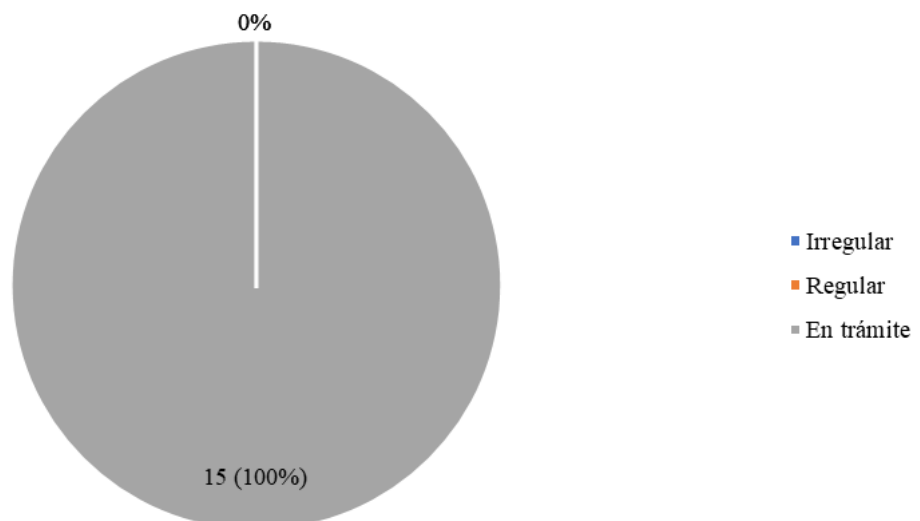
En la gráfica 4.9 se observan las razones por las que los inmigrantes encuestados tomaron la decisión de abandonar el país de origen, dentro de las respuestas obtenidas, se observa que la mayoría abandonó el país de origen debido a la delincuencia por parte de pandillas, con un 67%, seguido de este y con un 20%, se observa que la razón por la que algunos emigraron fue por falta de empleo y delincuencia. En menor porcentaje, otra de las razones que expresaron los inmigrantes fueron: acoso policial y violencia doméstica, con un 7% y 6%, respectivamente.

Gráfica 4.10. Medio de transporte que utilizó para llegar a México



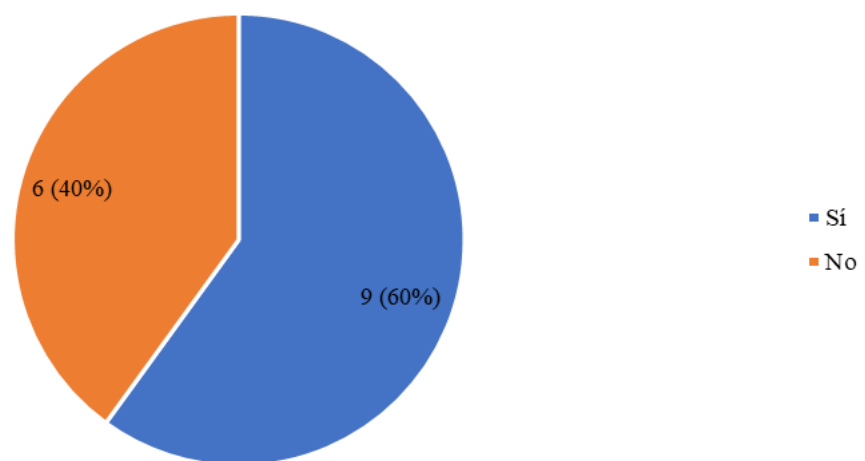
En la gráfica 4.10 se observan los medios de transporte utilizados por los inmigrantes encuestados para llegar a México, de tal manera que, con un 40% y en mayor porcentaje, los inmigrantes llegaron al país mexicano en autobús, seguido de un 33%, cuya población declaró haber llegado al país caminando y finalmente, 27% de la población utilizó una mezcla de las dos opciones anteriores, es decir, llegaron al país en autobús y caminando.

Gráfica 4.11. Situación legal



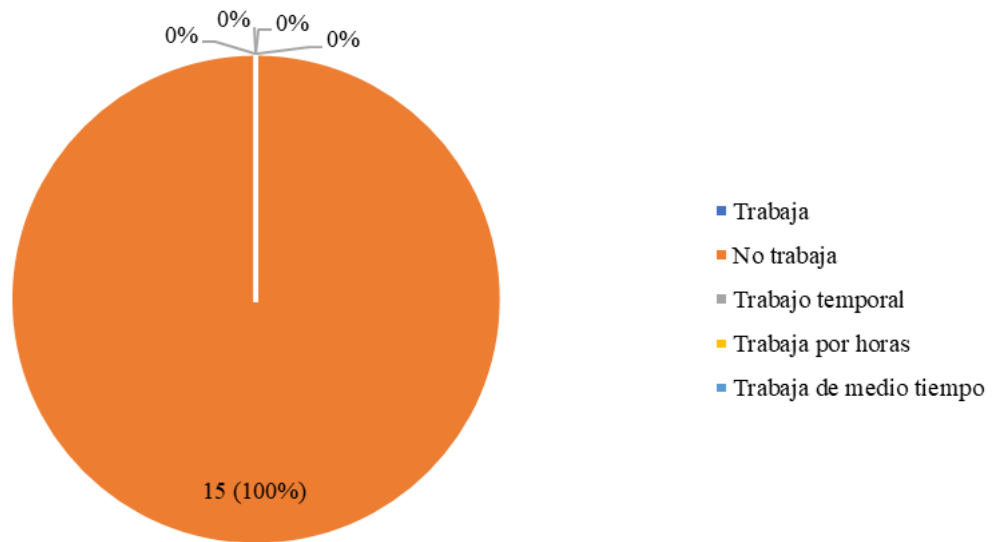
En la gráfica 4.11 se observa la situación legal en la que se encuentran los inmigrantes encuestados, teniendo como resultado que todos los inmigrantes se encuentran en proceso de trámite para obtener sus papeles migratorios. En cuanto a las otras dos opciones, irregular y regular, ningún participante corresponde a estas categorías.

Gráfica 4.12. Ha sido víctima de malos tratos y abusos en México



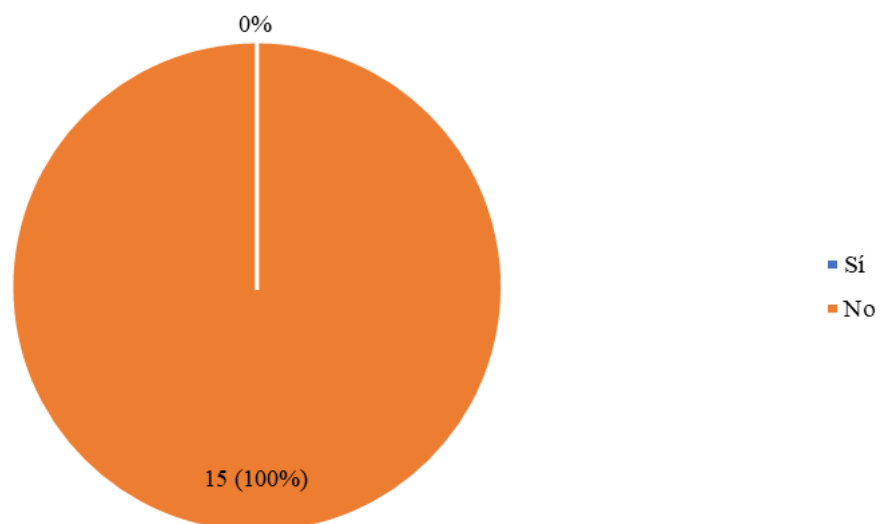
En la gráfica 4.12 se observa a la población que ha sido víctima de malos tratos y abusos en México, obteniendo un 60% de la población, mientras que el 40% restante no admite haber sufrido ningún tipo de maltrato o abuso en el país.

Gráfica 4.13. Situación laboral



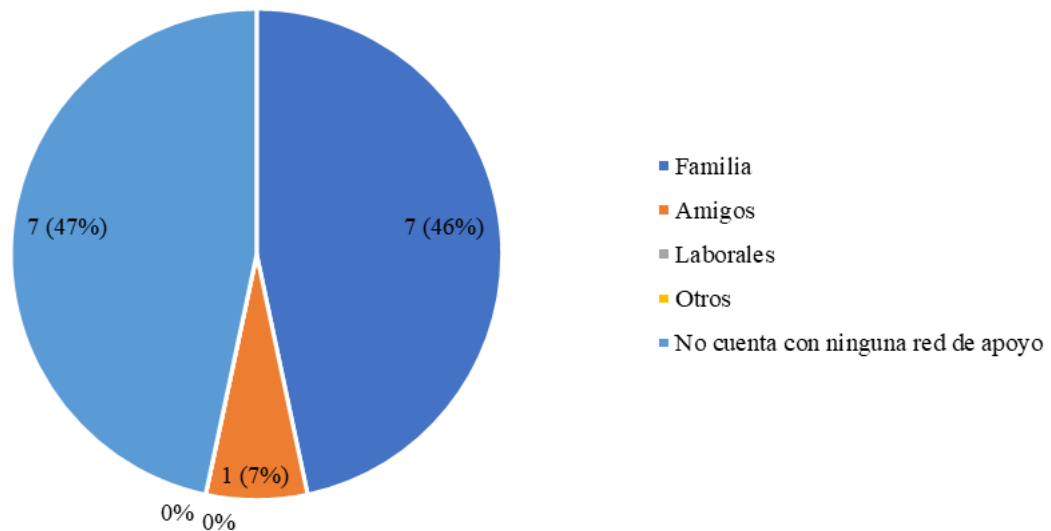
En la gráfica 4.13 se muestra la situación laboral de los inmigrantes encuestados, el total de la muestra no tiene trabajo, en cuanto a las otras opciones, trabaja, trabajo temporal, trabaja por horas y trabajo de medio tiempo, ningún participante corresponde a estas categorías.

Gráfica 4.14. Antecedentes psiquiátricos



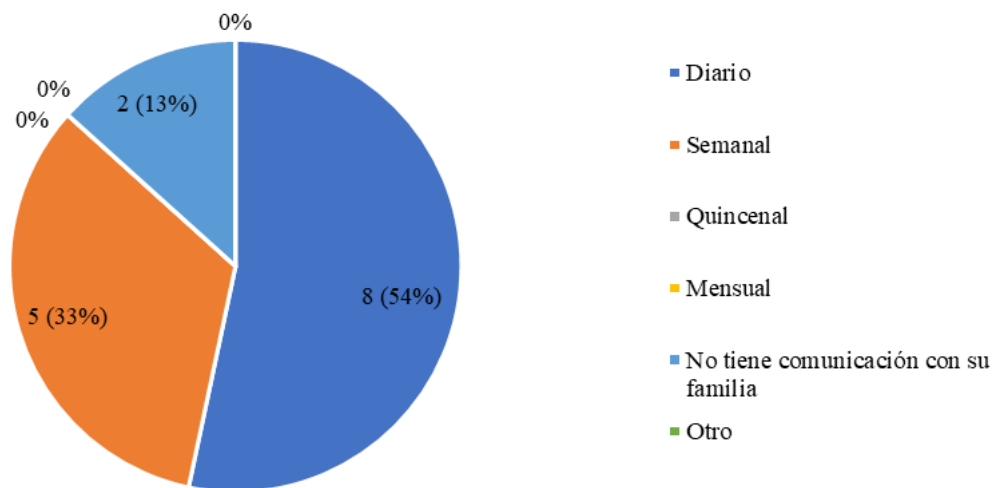
En la gráfica 4.14 se observa si existen o no antecedentes psiquiátricos en la muestra encuestada, el total de la población niega tener antecedentes psiquiátricos, por lo tanto, ningún participante corresponde a la categoría que afirma tener antecedentes psiquiátricos.

Gráfica 4.15. Redes de apoyo



En la gráfica 4.15 se observan las redes de apoyo con las que cuentan los inmigrantes encuestados, de manera que, un 47% de la población refiere que no cuenta con ninguna red de apoyo, el 46% menciona que su red de apoyo es la familia y en menor medida, un 7% nombra a sus amigos como red de apoyo, en cuanto a las otras dos opciones: laborales y otros, ningún participante corresponde a estas categorías.

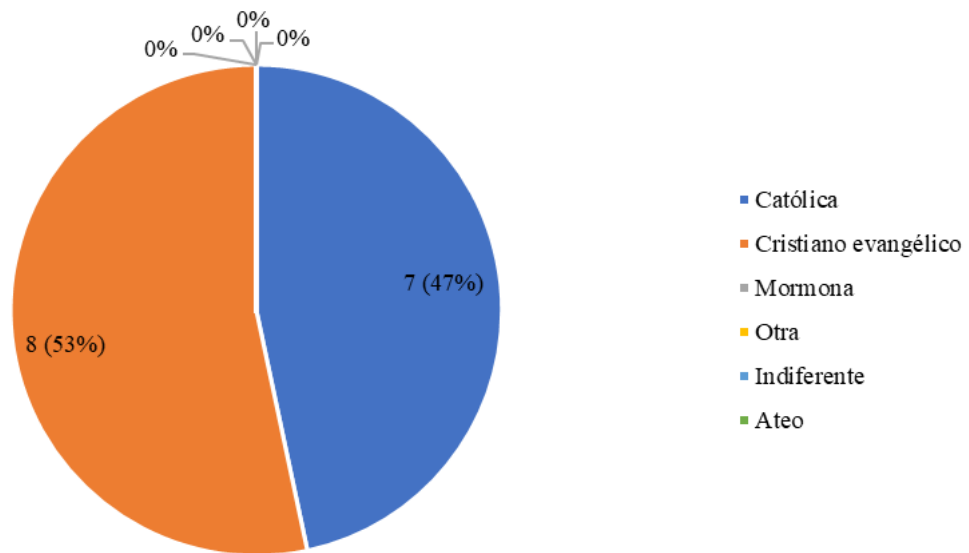
Gráfica 4.16. Frecuencia con la que se comunica con sus familiares en el país de origen



En la gráfica 4.16 se observa la frecuencia con la que los inmigrantes encuestados se comunican con sus familiares que se encuentran en el país de origen, obteniendo como resultados que un 54% de la población se comunica con sus familiares de manera diaria, mientras que un 33% lo hace de manera semanal, en menor medida, un 13% de la población entrevistada no tiene comunicación alguna con su familia en el país de origen. En cuanto a las otras tres opciones: quincenal, mensual y otro, ningún participante corresponde a estas categorías.

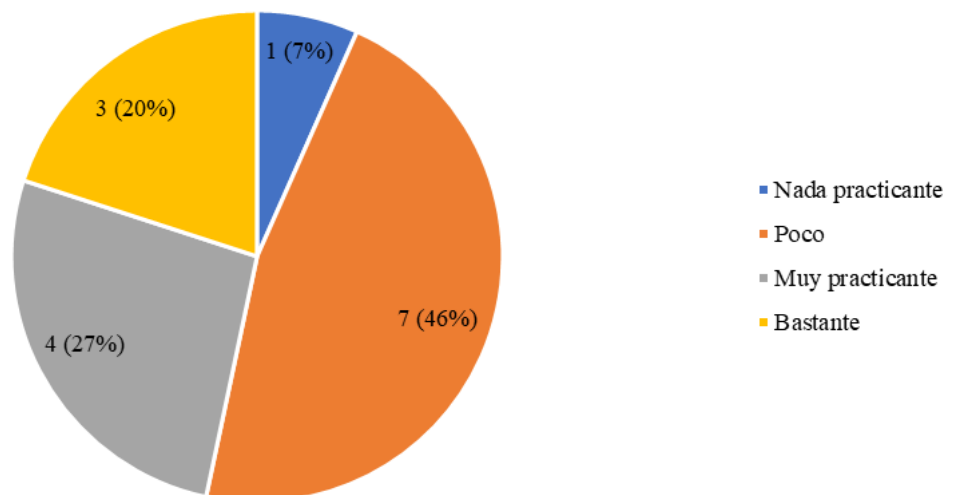


Gráfica 4.17. Religión



En la gráfica 4.17 se observa la religión con la que se identifican los inmigrantes encuestados, obteniendo como resultado que, 53% de la población se identifica con la religión cristiana evangélica, mientras que el resto, con un 47% se identifican con la religión católica. En cuanto a las otras cuatro opciones: mormona, otra, indiferente y ateo, ningún participante corresponde a estas categorías.

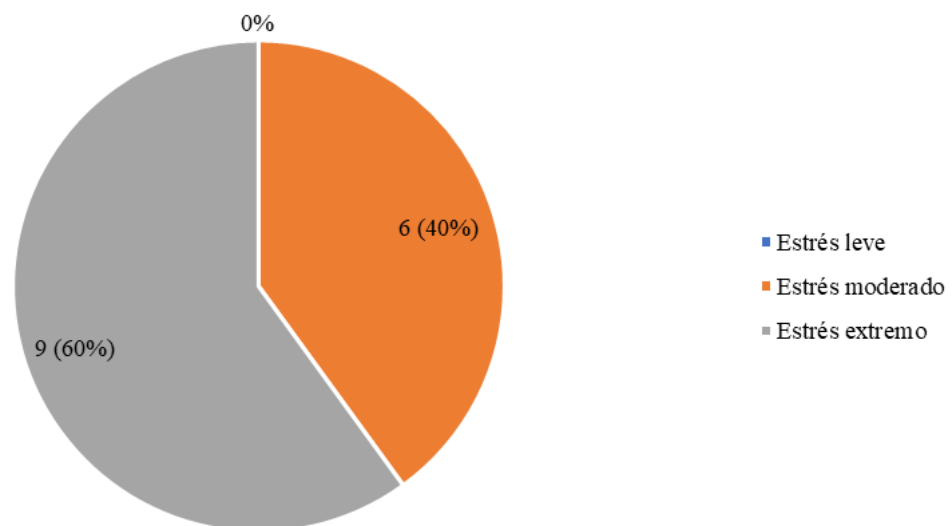
Gráfica 4.18. Grado de práctica religiosa



En la gráfica 4.18 se observa el grado de práctica religiosa de la muestra, obteniendo como resultado que, un 46% de la población considera que tiene poco grado de práctica de religión, seguido de un 27% quienes consideran que son muy practicantes de su religión, en menor medida un 20% de la población comenta que su grado de práctica religiosa es bastante y finalmente, un 7% se considera nada practicante.

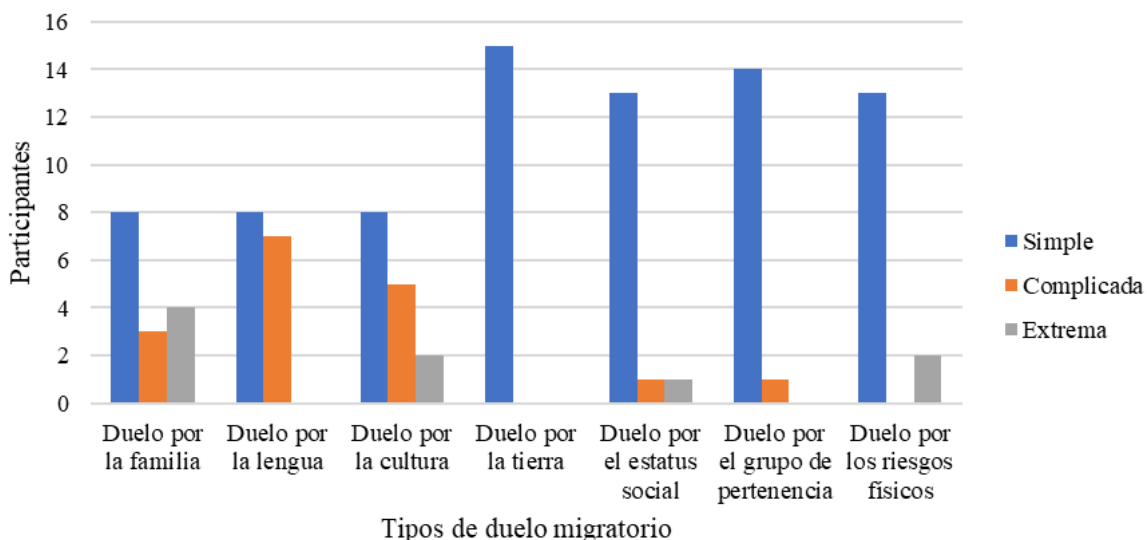
#### 4.1.2. Escala de Ulises

4.19. Niveles de estrés en el Síndrome de Ulises



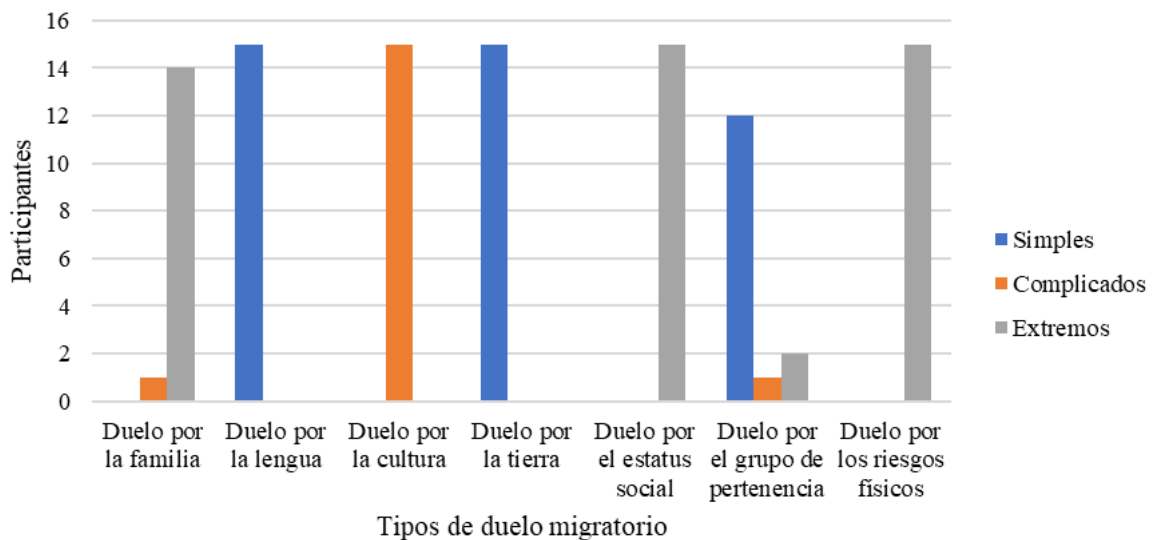
En la gráfica 4.18 se observan los niveles de estrés que se obtuvieron como resultado posterior a la aplicación de la Escala de estrés Ulises, obteniendo así que, un 60% de la población tiene un nivel de estrés extremo, mientras que el resto, con un 40% presenta un estrés de nivel moderado. En cuanto a la opción restante: estrés leve, ningún participante corresponde a esta categoría.

#### 4.20. Niveles de intensidad en la vulnerabilidad de cada duelo migratorio



En la gráfica 4.20 se observan los niveles de intensidad en la vulnerabilidad de los siete duelos migratorios, obteniendo como resultado que, en el duelo por la familia, 8 de los participantes tienen un nivel de vulnerabilidad simple, 3 tienen vulnerabilidad complicada y 4 extrema. En el duelo por la lengua, 8 de los participantes tienen vulnerabilidad simple, mientras que 7 de ellos tienen vulnerabilidad complicada. En el duelo por la cultura, 8 de los inmigrantes entrevistados tienen vulnerabilidad simple, 5 tienen vulnerabilidad complicada y 2 extrema. En el duelo por la tierra, todos los participantes tienen vulnerabilidad simple. En el duelo por el estatus social, 13 de los participantes tienen vulnerabilidad simple, 2 tienen vulnerabilidad complicada y 2 más, extrema. En el duelo por el grupo de pertenencia 14 tienen vulnerabilidad simple y 1 tiene vulnerabilidad complicada. En el duelo por los riesgos físicos, 13 participantes tienen vulnerabilidad simple y 2 tienen vulnerabilidad extrema.

4.21. Niveles de intensidad en los estresores de cada duelo migratorio



En la gráfica 4.21 se observan los niveles de intensidad de los estresores de cada duelo migratorio, obteniendo como resultado que, en el duelo por la familia 1 de los inmigrantes entrevistados tiene estresores complicados, mientras que 14 posee estresores extremos. En el duelo por la lengua, el total de los participantes tiene estresores simples. En el duelo por la cultura, el total de la muestra tiene estresores complicados. En el duelo por la tierra, el total de los participantes tiene estresores simples. En el duelo por el estatus social, el total de los participantes tiene estresores extremos. En el duelo por el grupo de pertenencia, 12 de los inmigrantes entrevistados tienen estresores simples, 1 tiene estresores complicados y 2 extremos. Finalmente, en el duelo por los riesgos físicos, el total de los participantes tiene estresores extremos.

## 4.2. Análisis de los resultados

### 4.2.1. Sociodemográficos

Durante la presente investigación, se realizaron entrevistas a 15 inmigrantes mayores de edad, de nacionalidad centroamericana de la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos.

Haciendo el análisis de los resultados de los datos sociodemográficos se determinó que en cuanto al *sexo* que pertenecen, la mayoría de los inmigrantes entrevistados es del sexo masculino, esto se debe a que la mayoría de la población que solicita asilo en el albergue es del sexo masculino, sucede de esta manera porque usualmente los hombres realizan el viaje migratorio por sí solos o acompañados de otros hombres (familiares o amigos), aunque puede ser posible que decidan hacer el viaje con su pareja sentimental y es así como viajan con mujeres, sin embargo, es mucho más común que el hombre (sobre todo padres de familia) inicie el viaje migratorio por sí solos para proveer un mejor estilo de vida para su familia en el país de origen y posteriormente, si es posible, trasladar a su familia al país de acogida, una vez ya instalado en él (DPMH, 2017).

Dentro de la muestra evaluada, también se encuentran mujeres que, en su mayoría, realizaron el viaje migratorio con su pareja sentimental, a excepción de dos de ellas, una inició el viaje migratorio con su yerno y sus hijos adolescentes y la segunda fue la única femenina en realizar el viaje migratorio por sí sola, sin ningún tipo de compañía. Exponiéndose así al doble riesgo migratorio que sufren las mujeres migrantes y que mencionan Cueva y Terrón (2014), donde son vulnerables no sólo a los riesgos típicos migratorios, sino también al acoso, abuso y violación sexual.

En cuanto a la *nacionalidad* de los inmigrantes entrevistados, la mayoría era de nacionalidad hondureña, seguido de la nacionalidad guatemalteca y en menor medida nicaragüenses y salvadoreños, esto sucede no sólo porque para Honduras y Guatemala, la ruta del golfo es la más rápida (aquella que inicia en Tenosique, Tabasco y sigue hasta Veracruz; algunos optan por seguir hasta Puebla pero otros siguen su camino bordeando el Golfo de México, de ahí su nombre), en comparación a la ruta del pacífico (donde parten de Tapachula, Chiapas; siguen por Arriaga e Ixtepec en Oaxaca; luego pasan por Puebla), sino que también el triángulo norte (compuesto por Honduras, Guatemala y El salvador) son los tres principales

países de centroamérica con mayor problemas socioeconómicos, la desigualdad social es muy común en estos países y la economía va en descenso constante.

El Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR, 2017), menciona que en dicha zona geográfica se sufren altos niveles de violencia por parte de grupos delictivos organizados, aumentando así, los índices de homicidios, violencia sexual, desapariciones, reclutamiento forzado en las pandillas armadas y extorsión. Dicha inseguridad obliga a las personas residentes de estos países a huir de sus hogares y buscar protección internacional, principalmente en países fronterizos y vecinos. Por ello, es que México es uno de los principales destinos para estas personas.

Además de la nacionalidad de los inmigrantes, es importante tomar en consideración la *edad* de quienes realizan el viaje migratorio en condiciones tan extremas, esta variable es fundamental porque permite crear una valoración de la vulnerabilidad en el Síndrome de Ulises, tal como menciona Achotegui et al. (2017), la edad del migrante se considera como vulnerabilidad cuando el migrante realiza el viaje migratorio con más de 65 años de edad, porque es evidente que efectuar un viaje de esa magnitud requiere una condición de salud física y mental óptima para realizarlo con éxito, en el caso de esta investigación, se observa que en su mayoría, la población es gente joven que tiene la capacidad de movilizarse de manera óptima, para poder adaptarse a las situaciones requeridas durante el viaje migratorio, por lo que, la población entrevistada no posee dicha vulnerabilidad.

La siguiente variable analizada fue *estado civil*, tal y como se mencionó anteriormente, la mayoría de la población entrevistada reporta estar viajando con su pareja sentimental, sin embargo, ninguna de estas parejas estaba legalmente casadas, por lo que optaron por denominar su relación como una relación en unión libre y, en menor medida se encontraron personas separadas y casadas.

En cuanto a la categoría de *familia nuclear: padres* no se obtuvieron resultados de padres fallecidos, debido a que la mayoría de la muestra se encontraba dentro de un rango de edad que se considera joven, a excepción de una persona, que se trataba de la persona con mayor rango de edad, mayor a 50 años, la muerte de los padres comenta él que fue por causas naturales y no por motivos de violencia. De igual manera, gracias a la recaudación de datos obtenida durante el cuestionario de estrés Ulises, se logró rescatar que, en la población cuyos padres viven en el país de origen, son todos ancianos, pero sólo seis de los participantes refieren que sus padres se encuentran enfermos.

Con respecto a lo anterior, Achotegui (2020), menciona que el primer estresor que se manifiesta en el Síndrome de Ulises es el **duelo** por la familia, y que dicho estresor se presenta con mayor intensidad cuando el inmigrante ha dejado en el país de origen a padres ancianos y se intensifica aún más cuando dichos padres se encuentran enfermos.

Esto sucede no simplemente porque es estresante para los inmigrantes perder contacto directo con sus familiares, es decir, el no poder ir a verlos de manera constante o definitivamente no poder visitarlos, sino que también, el hecho de que el inmigrante no tenga empleo o tenga empleo pero sus ingresos no sean suficientes para enviar dinero a su familia en el país de origen, se manifiesta una preocupación por no poder apoyar a sus padres, que por estar en una situación de vulnerabilidad al ser adultos de la tercera edad y además estar enfermos, difícilmente pueden valerse por sí solos, por lo que además de la lucha por la propia supervivencia en el país de acogida, los inmigrantes deben luchar por la supervivencia de sus familiares en el país de origen, por lo que se determina que a la población entrevistada, el estresor anteriormente mencionado sí repercute de manera directa en ellos.

En cuanto a la categoría de *familia nuclear: hijos*, una femenina participante de la presente investigación, emigró con sus dos hijos adolescentes y menores de edad y una pareja de

inmigrantes viajaban con su hijo menor de dos años. Esta variable se considera relevante ya que el principal objetivo de la migración es mejorar la calidad de vida de quien emigra, pero muchas veces no se trata sólo de quién abandona el país de origen sino de los seres queridos que permanecen en él, es así como muchos padres de familia emigran en busca de mejores oportunidades para brindar mejor calidad de vida para su familia, sobre todo si se tienen hijos que mantener (Morales, 2015). Sin embargo, algunos inmigrantes logran realizar el viaje migratorio acompañados de sus hijos, aun así, para muchos implica una acción bastante arriesgada y además, en ocasiones, resulta costosa, debido a que muchos pagan a un guía que los ayude a cruzar las fronteras.

La siguiente variable analizada fue *vivienda*, todos los inmigrantes entrevistados viven en calidad de refugiados en el refugio para inmigrantes Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos. Se debe tomar en consideración dicha variable, debido a que se considera un factor importante dentro del estresor de lucha por la supervivencia, considerado el tercer estresor, donde se hace énfasis en que las condiciones de vivienda de los inmigrantes repercuten de manera directa en la elaboración del **duelo** por el estatus social (Achotegui, 2020).

Otro dato relevante que se debe considerar en el diagnóstico del Síndrome de Ulises es el *nivel de estudios*, en el caso de la muestra, la mayoría refiere estudios de nivel básico y medio, un inmigrante manifiesta haber concluido sus estudios universitarios en la carrera de derecho, mientras que dos inmigrantes mencionan que no poseen ningún nivel de estudios.

Dicha variable, se considera importante, ya que está íntimamente ligado al **duelo** por el estatus social que menciona Achotegui (2015), este se da sobre todo si un inmigrante con nivel de estudios superiores que en su país de origen ejercía una profesión pero que por algún motivo decide abandonar su país, al hacerlo también abandona el estatus social y laboral que tenía, y llega a un país donde tiene que iniciar de cero, tal es el caso del inmigrante cuya carrera



profesional le permitió ejercer por varios años como abogado y que, al emigrar al país y en condiciones extremas, tuvo que renunciar a dicho título. Aunque no siempre son personas con un nivel de estudios superior, también aplica para personas con un oficio.

Incluso es importante mencionar que el nivel de estudios también se considera relevante cuando este perjudica directamente en la readaptación de la lengua en el país de acogida, sobre todo cuando existe analfabetismo, como menciona Achotegui (2015), aprender y adaptarse a una nueva lengua, supone un gran esfuerzo para personas alfabetas, pero supone el doble de esfuerzo para personas analfabetas. En el caso de la muestra, los dos inmigrantes sin nivel de estudio no son capaces de leer o escribir, sin embargo, al tratarse de un país donde la lengua materna es el español, tal y como en su país de origen, no deben aprender otro idioma, sin embargo, es una situación que los pone en vulnerabilidad al momento de buscar empleo o de iniciar su solicitud de trámites para la legalización en el país de acogida.

En cuanto a las razones por las que los inmigrantes *abandonan su país de origen*, la mayoría emigró debido a la delincuencia por parte de pandillas, seguido de la falta de empleo y en menor grado por acoso policial y violencia doméstica. Conocer los motivos por los que los migrantes deciden abandonar su país de origen, no sólo permite tener una visión extendida acerca del fenómeno migratorio, sino que además permite tener un antecedente del contexto social, político y económico de los inmigrantes.

Las Naciones Unidas (2021) menciona que la mayoría de las personas huye de sus países de origen debido a la violencia, a las amenazas y extorsiones que reciben por parte de grupos delictivos, el reclutamiento de pandillas o la prostitución, y la falta de oportunidades, en el caso de esta investigación, se confirma lo anterior, pero además, se considera importante considerar que todas las respuestas obtenidas, se engloban de mejor manera dentro de un contexto político de injusticia, al ser los grupos delictivos uno de los principales “gobernantes” de los países de

origen de los inmigrantes, se afirma que el gobierno al mando no puede tener control de la situación delictiva que se vive en estos países, y por ende, la policía no puede hacer mucho al respecto y a su vez, la justicia y seguridad pública no tiene cabida en dichos países.

Las situaciones de inseguridad pública y delincuencia generan de manera directa un problema económico en la sociedad que la vive. Para mencionar un ejemplo de cómo llega a afectar a la economía del país, podemos mencionar que, en los países centroamericanos, una de las pandillas con más poder y control sobre su población es la Mara Salvatrucha, dicha organización internacional de pandillas criminales, exige en los países en los que opera una cuota semanal e incluso diaria, para permitir a los ciudadanos continuar laborando. Es decir, si un inmigrante tenía en su país de origen un empleo como chofer de transporte público, dicho inmigrante debía pagar una cuota de manera semanal y al no pagarla, sufría amenazas de muerte, pero lo cierto es que, muchas veces los ingresos que los comerciantes tienen son mucho menores que los que exigen los grupos delictivos, y aunque quieren dar la cuota impuesta, no son capaces de hacerlo, es entonces cuando llegan a ser violentados físicamente e incluso sus familias sufren las consecuencias, por eso es que mucho de ellos deciden abandonar su país.

Sin embargo, lo cierto es que, aunque huyan del país, muchas veces los inmigrantes no se sienten a salvo en el país receptor, no sólo porque viven con el miedo constante de ser encontrados y atrapados por las pandillas criminales, sino que, en ocasiones, no son capaces de huir del país de origen junto con su familia y seres queridos, por lo que las amenazas y extorsiones continúan hacia la familia.

De esta manera, se crea un círculo vicioso donde la población intenta crecer económicamente en sus países de origen, consiguen un empleo o emprenden un negocio, comienzan a generar ingresos, los grupos delictivos exigen su cuota semanal, debido a las amenazas el comerciante cede a la extorsión, lo paga de manera semanal, cuando le es posible,

cuando no, las amenazas se potencian, agreden a su persona y a su familia, huye del país y la historia se repite una y otra vez con más personas.

Otra característica importante a tener en cuenta, es la calidad de viaje migratorio que experimentan los migrantes, y dentro de esta característica se encuentra el medio de transporte que se utiliza al abandonar el país de origen, por ello, la siguiente variable analizada fue el *medio de transporte* que se utilizó para llegar a México, la mayoría de la población refiere haber llegado a México en autobús, seguido de los inmigrantes que llegaron caminando, mientras que algunos otros refieren haber llegado al país por ambas vías, en autobús y caminando.

Lo anterior, no sólo permite dimensionar los riesgos a los que podrían estar expuestos los migrantes durante el viaje migratorio y la situación tan extrema en la que algunos se desplazan desde el país de origen al país de acogida, sino que además, permite tener una idea de la situación en la que están viajando, es decir, una persona que abandona su país de origen para radicar en otro por motivos que no sean de urgencia y/o necesidad, es una persona que va a planear dicha movilización con tiempo y calma, se asegurará de que lleve todo lo necesario antes de realizar el viaje: ropa, dinero, boletos de avión y de autobús, pero sobre todo, documentos migratorios. Difícilmente alguien decidiría tomar el camino más rápido si este implica ser el más peligroso, pero esto sucede de manera frecuente con los migrantes que abandonan su país en condiciones forzosas.

Como se mencionó anteriormente, una de las principales razones por las que abandonan el país de origen es por la delincuencia del país, muchos migrantes deben abandonar su país de manera urgente por amenazas y extorsiones, lo hacen con nada más que una mochila en la que llevan un poco de ropa y un poco de dinero, y de este dinero dependerá la elección al medio de transporte a utilizar para realizar el viaje migratorio. Los que tienen un poco de dinero optan

por viajar en combis y autobuses, algunos incluso pagan a *polleros* o coyotes, es decir, aquella persona que transporta ilegalmente personas indocumentadas a otro país y estos mismos los desplazan en motocicletas, autos e incluso camiones de carga, pero el recorrido no deja de ser riesgoso para esta parte de la población, y esto sucede debido a que al no viajar con documentos migratorios, se encuentran en una persecución constante con la policía migratoria, por lo que viajan en estado de alerta interrumpible, esto les genera estrés y desconfianza. Lo que afirma lo mencionado por Achotegui (2004), respecto a que la migración implica niveles de estrés tan intensos que llegan a sobrepasar su capacidad adaptativa.

Aquellos que no cuentan con recursos para pagar lo anteriormente mencionado, se desplazan caminando, por caminos destinados al paso vehicular y no peatonal, donde además del riesgo de ser atropellados o detenidos por la policía migratoria, también existe el riesgo de ser asaltados, secuestrados y violentados físicamente, situaciones de violencia que se han presentado, según el testimonio de algunos inmigrantes encuestados.

Otra variable a considerar, es la *situación legal* de los inmigrantes, en el que caso de esta investigación, se trata de sujetos que viajan sin documentos migratorios, que emigraron y realizaron el viaje sin posesión de estos mismos, sin embargo, al llegar a la ciudad de Coatzacoalcos, Veracruz, y al recibir información de parte de los colaboradores del refugio Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos, decidieron iniciar su proceso de obtención de los documentos migratorios en calidad de refugiados, es decir, se encuentran en proceso de trámite para obtener la visa humanitaria, pasando de ser inmigrantes que no tienen documentos migratorios a inmigrantes semi regularizados, en otras palabras, aquellos inmigrantes que se encuentran inmersos en el limbo legal, es decir, no tienen la certeza del tiempo que les tomará recibir sus documentos migratorios o de si los recibirán pronto, lo anterior, según la clasificación propuesta por Achotegui (2020).

Ambos grupos pertenecientes a los tipos de inmigrantes que se encuentran en mayor estado de vulnerabilidad son también aquellos que tienen mayor riesgo a experimentar situaciones extremas en la actualidad, como se mencionaba anteriormente, un inmigrante sin documentos migratorios va a optar por viajar de formas ilegales y en situaciones que ponen en riesgo su salud física y mental. Por lo tanto, ambos grupos también pertenecen a los grupos de inmigrantes más propensos a padecer el Síndrome de Ulises, tal es el caso de la muestra.

La siguiente variable analizada fue si los inmigrantes habían sido *víctimas de malos tratos y abusos en México*, Santos (2021) comenta que en México, los inmigrantes están expuestos a situaciones de peligro como: ser asaltados, asesinados, reclutados en contra de su libertad por el crimen organizado e incluso se enfrentan a la posibilidad de ser detenidos y golpeados por los mismos agentes migratorios que intentan contenerlos o deportarlos de maneras violentas e inhumanas, algunas de estas razones son similares a aquellas por las que abandonan sus países de origen pero desafortunadamente, son situaciones a las que están vulnerables incluso en el país de acogida.

Durante las entrevistas realizadas a los inmigrantes, el delito más reportado fue el de asalto y extorsión, situaciones de violencia que sufrieron durante su viaje migratorio dentro del territorio mexicano, ellos mencionan que en los caminos entre pueblos y aislados de población, grupos de personas armadas los interceptan y bajo amenaza, les quitan todas sus pertenencias de valor, dinero, celulares e incluso ropa, dejándolos sin nada y en mayor situación de vulnerabilidad.

En cuanto a las extorsiones, el testimonio de una mujer hondureña de 41 años de edad, quien viajaba con sus dos hijos, ambos adolescentes, refiere que al llegar a México, una mujer mexicana de mediana edad le ofreció refugio a cambio de dinero, cantidad que accedió a pagar debido a que estaba siendo perseguida por la policía migratoria, sin embargo, al cabo de unos

días, cuando creyó prudente salir nuevamente al exterior y continuar el viaje migratorio, se dio cuenta de que no podía salir del departamento en el que se encontraba, al volver la mujer mexicana, le exigió que la dejara salir junto con sus hijos, a lo que la mujer mexicana se negó, anunciándole así, que desde ese momento se encontraban en privación de su libertad, es decir, secuestrados.

La mujer mexicana exigía a la mujer hondureña una cifra monetaria de \$25,000 pesos mexicanos a cambio de la libertad de ella y su familia, cantidad que evidentemente no podía pagar. Al cabo de los días, encerrados, sin nada más que agua para ingerir, la mujer hondureña se vio obligada a contactar a sus familiares en el país de origen, y aunque no logró reunir la cantidad solicitada, sus familiares pudieron enviarle una cuarta parte de lo solicitado y sólo así lograron su libertad. Este tipo de delitos no sólo es perpetrado por pandillas o grupos armados, algunos inmigrantes reportan que personas uniformadas con la vestimenta característica de la policía nacional intenta violentar sus derechos al exigirles dinero a cambio de su libertad.

Cueva y Terrón (2014) reconocen que las mujeres inmigrantes corren un doble riesgo en los viajes migratorios, están expuestas a los delitos y abusos habituales, pero además están expuestas a recibir acoso, abuso y violación sexual, los perpetradores de estos delitos pueden ser cualquiera, desde los mismos compañeros inmigrantes, hasta pobladores nacionales, miembros de pandillas e incluso funcionarios públicos.

Lo anterior se puede confirmar con el testimonio de una mujer hondureña de 34 años de edad, quien viajaba en compañía de su hijo menor de edad, ella refiere que para salir de su país, pagó a un *coyote* para que los ayudara a cruzar la frontera entre Guatemala y México, dicho personaje, ayudaba a *cruzar* a los inmigrantes de par en par en su motocicleta, la mujer hondureña comenta que al viajar con un grupo impar de inmigrantes, ella fue la última en realizar el viaje en motocicleta, sin importar que viajaba con su hijo, no tuvo otra opción que

acceder a la demanda del *coyote*, sin embargo, esto lo planificó de dicha manera para poder abusar sexualmente de ella, aunque afortunadamente sólo sucedió un intento de abuso y violación sexual, puesto que al ver que la motocicleta se detuvo en un sitio alejado del resto de grupo y de cualquier población, su cuerpo y mente se encendió en estado de alerta y al sujeto intentar la violación sexual, ella luchó contra él y logró escapar.

Ella menciona que caminó sin rumbo por días y que perdió la noción del tiempo, por lo que no fue capaz de narrar por cuántos días estuvo caminando sin encontrar el camino correcto para reunirse con su hijo y que, cuando lo hubo encontrado, su hijo y el resto del grupo no se encontraban ahí, por lo que siguió con el viaje migratorio por su propia cuenta. El reencuentro con su hijo se dio semanas después cuando coincidieron en un refugio para inmigrantes en el estado de Chiapas.

Todas estas situaciones de riesgo hacen que migrar en condiciones extremas sea una experiencia de estrés que repercute directamente en la salud física y mental de los inmigrantes.

Por otro lado, también resulta importante considerar la *situación laboral* de los inmigrantes, ya que puede resultar una odisea para ellos encontrar un empleo, Sánchez (2015), menciona que muchas veces, al momento de conseguir un empleo, incluso el inmigrante con documentación tiene problemas para encontrar empleos de calidad; lo que pone en perspectiva, la difícil situación que pueden llegar a experimentar los inmigrantes sin documentos migratorios, tal es el caso de la muestra de este estudio, ya que ninguno de los quince inmigrantes contaba con empleo al momento de realizar la entrevista.

Lo anterior agrega potencialidad al segundo estresor de la clasificación de estresores propuesta por Achotegui (2020), que hace referencia al fracaso del proyecto migratorio y la ausencia de oportunidades, al abandonar el país de origen, cual fuera la razón por la que se tomó dicha decisión, el inmigrante es consciente de que en el país receptor debe comenzar una

nueva vida desde cero, y esto incluye, de manera inminente, un nuevo empleo, ya que sin este, no existe la posibilidad de crecer económicamente y de generar ingresos económicos que le permitan sobrevivir.

Pero cuando la situación social y legal les impide cumplir dicha necesidad básica, en consecuencia, les impide cumplir con otras, lo que conlleva a que los inmigrantes presenten otros estresores como la lucha por la supervivencia, donde se encuentran: la alimentación y la vivienda.

En cuanto a los *antecedentes psiquiátricos*, es importante reconocer que la población entrevistada no refiere antecedentes psiquiátricos, dato que es relevante debido a que, según Abuagilah (2014), el Síndrome de Ulises se manifiesta en personas sanas y sin ningún tipo de antecedentes de trastornos mentales; característica que cumple la muestra de la presente investigación.

También es importante considerar las *redes de apoyo* que poseen los inmigrantes, en esta variable, se rescató que algunos de los inmigrantes contaban con sus familiares como red de apoyo, y en igual cantidad, algunos refieren no tener ninguna red de apoyo, mientras que sólo uno de ellos mencionó tener amistades como red de apoyo. La ausencia de redes de apoyo, se presentan como una amenaza dentro del Síndrome de Ulises, es decir, dicho aspecto agrava la sintomatología del estrés, como mencionan Talam, Navarro, Rossell y Rigat (2006) enfrentarse de manera constante a situaciones de estrés extremas en soledad, y en las condiciones en las que se manifiestan, llegan a doblegar la salud mental y física del sujeto.

Se entiende entonces, que se trata de un dato importante a considerar debido a que repercute de manera directa en el nivel de estrés final que se obtiene en los inmigrantes que experimentan el Síndrome de Ulises, mientras menos redes de apoyo tenga el inmigrante que ha viajado y vive en condiciones extremas, mayor es la probabilidad de que padezca Síndrome de Ulises.



Otra variable relevante es la *frecuencia con la que los inmigrantes se comunican con su familia*, la mayoría de la población afirma comunicarse con su familia diariamente, seguido de los inmigrantes que comentan comunicarse con ellos semanalmente y en menor medida, algunos refirieron no tener comunicación alguna. Esta variable influye de manera directa con tres aspectos importantes a considerar dentro del Síndrome de Ulises, el primero de ellos y el más explícito, es el **duelo por la familia**, que tal como menciona Achotegui (2020), es el primer estresor que se manifiesta en los inmigrantes, y se intensifica si se han dejado en casa padres con edades muy avanzadas y enfermos, o hijos pequeños.

Este estresor va a aumentar de intensidad cuando no existe comunicación con la familia, se sabe que para muchos de estos inmigrantes que viajan sin documentos migratorios y en condiciones extremas, la sola idea de volver al país de origen para visitar a los familiares de los que se han apartado, les resulta imposible, no sólo por los gastos y riesgos que supondría para ellos volver a recorrer todo el camino que han avanzado para llegar al país destino sino que además, muchos enfrentan amenazas por parte de grupos delictivos en el país de origen, que volver a dicho país significaría la muerte para ellos.

Pese a ello, volver al país de origen no es la única manera que tienen los inmigrantes para comunicarse con la familia, en la actualidad existen muchas alternativas que permiten mantener la comunicación entre personas que se encuentran en puntos geográficos distintos, sin embargo, para los inmigrantes que, además de haber abandonado su país en condiciones extremas y con poca o nula cantidad de dinero, el acceso a una computadora e incluso a un celular suena tan irrealizable como volver al país de origen.

Es una realidad que algunos inmigrantes viajan con celulares, precisamente con el objetivo de mantener a su familia informada acerca del proceso de migración, no obstante, como se ha mencionado antes, el camino al país de destino está lleno de riesgos y peligros, uno de ellos es

el asalto o robo a mano armada, donde grupos delictivos que conocen las rutas por donde los migrantes viajan se organizan para, a partir de amenazas y violencia, despojarlos de sus pertenencias, sean o no de valor; así la mayoría inmigrantes entrevistados durante este trabajo de investigación, admitieron haber sido víctimas de robo, donde perdieron parte de sus pertenencias con valor económico y emocional: joyería, celulares, dinero e incluso prendas de vestir.

Entonces, comunicarse con la familia desde el país destino, sin un celular o computadora que facilite el proceso y sin una red de apoyo a la cuál solicitar ayuda, es una odisea más que se presenta en la experiencia migratoria, aun así, los participantes de la presente investigación, al encontrarse alojados en la Casa de Inmigrantes, disponían de un horario para acceder a un teléfono de manera gratuita, es así como desde las 16 horas a las 17 horas, los inmigrantes disponían de un par de minutos para ponerse al día con sus familiares, claro que al ser una hora, tres veces a la semana, los inmigrantes deben ser breves y concisos para brindarle la misma oportunidad al resto. No obstante, las listas de espera no siempre son largas, esto sucede porque algunos inmigrantes entienden el riesgo que significa para sus familiares tener actualizaciones de ellos, algunos otros, debido a la situación en la que se encuentran, prefieren no preocupar a sus familiares y deciden no comunicarse con tanta frecuencia, en otras ocasiones, algunos inmigrantes no tienen buena relación con su familia o simplemente ya no tienen familia en el país de origen.

A pesar de todo lo antes mencionado, mantener contacto con la familia también podría tener un aspecto negativo del que poco se habla, ya que estaría reactivando el duelo migratorio y a su vez lo convertiría en un **duelo recurrente**, dado que, al volver a tener contacto con la familia, el inmigrante reaviva el vínculo con su país de origen, un vínculo que se encuentra presente a lo largo de la vida del inmigrante, ya sea consciente o inconscientemente, tal como lo menciona Achotegui (2012).

El no tener noticias de la familia en el país de origen, el no conocer el estado de bienestar en el que se encuentran, también favorece que exista la presencia de insomnio en el inmigrante, y esto sucede sobre todo si el estado de salud o seguridad de la familia que se ha dejado atrás es delicado, la incertidumbre de no saber cómo se encuentran sus seres queridos, aviva que existan preocupaciones recurrentes y excesivas que obstaculiza que el inmigrante concilie el sueño (Achotegui, 2004). Es evidente que el inmigrante tiene dichas preocupaciones a lo largo de su día, pero se entiende que en la noche sea cuando más se tenga consciencia de ellas y cuando más perturbe su mente, debido a que no existe ningún estímulo externo que lo distraiga, tal como podría ser durante el día.

En cuanto a la **religión**, Achotegui (2012), menciona que la religión forma parte de la cultura del inmigrante y, a su vez, **la cultura** forma parte de los siete duelos de la migración, aspecto que debe tomarse en cuenta al evaluar el Síndrome de Ulises. El inmigrante que profesaba y practicaba una religión en el país de origen, va a sufrir un duelo por ella al llegar al país destino, eso resulta una situación doblemente estresante porque se pierde contacto con lo que se ha construido en el país de origen y además, se debe hacer un esfuerzo para hacer contacto y adaptarse en el nuevo país de residencia, eso considerando que no se encuentre en un elevado estado de riesgo o vulnerabilidad, a tal grado que le impida tener contacto o acceso a su religión.

Tal es el caso de los inmigrantes entrevistados en la presente investigación, quienes en su totalidad son refugiados en la Casa de Migrantes, que, como se ha mencionado antes, es un albergue que fue creado principalmente por una pastoral de la Iglesia Católica perteneciente a la Diócesis de Coatzacoalcos, esto no quiere decir que su principal objetivo sea evangelizar a sus refugiados, sin embargo, se ofrecen ceremonias religiosas una vez a la semana dentro del albergue y, debido a ello, inmigrantes con religiones diferentes a la católica, no tienen acceso a poner en práctica su religión y esto dificulta aún más, el proceso de adaptación e intensifica

el **duelo por la cultura**. En el caso de la muestra, la mayoría de los inmigrantes se identificaron como cristianos evangélicos, mientras que en menor grado se consideran católicos, por lo que esta variable podría llegar a repercutir de manera negativa en aquellos inmigrantes cuya religión no es católica y que, conectar con su religión y su comunidad es complicado, siendo causa de estrés para ellos.

Con relación a la anterior variable, también se puntúa el *grado de práctica religiosa*, donde la mayoría de los inmigrantes refiere ser poco practicantes, en menor medida, se consideran muy practicantes, seguido de bastante practicante y sólo uno de ellos se considera nada practicante, esto confirma lo que se planteaba en la variable anterior, debido a que la mayoría de los inmigrantes no son católicos, estos mismos se consideran poco practicantes, debido a la poca posibilidad de acceso a su religión.

Es importante entender el papel fundamental que juega la religión en el mejoramiento de los síntomas del Síndrome de Ulises, específicamente en la sintomatología del área depresiva, y más concretamente en las ideas de muerte, Achotegui (2004) menciona que la fe en la religión protege significativamente dichas ideas de muerte.

#### **4.2.2. Escala de Ulises**

Al realizar el análisis de los resultados obtenidos en la Escala Ulises, basándose en la interpretación de Sánchez (2015), se determinó que en cuanto a los *niveles de estrés* en el Síndrome de Ulises, la mayoría de los inmigrantes obtuvo un puntaje que los categoriza en el nivel de estrés extremo, mientras que en menor medida, se obtuvo resultado de estrés moderado, respecto al nivel de estrés leve, debido a la situación y características de los inmigrantes encuestados, ninguno obtuvo dicho nivel de estrés.

Lo anterior confirma que, pese a que el estrés es inevitable en la vivencia del migrante, en ocasiones se vuelve intenso, tanto que supera las capacidades de quién lo experimenta, a partir de ahí, se vuelve un estrés patológico, dando lugar al estrés crónico y múltiple característico del Síndrome de Ulises (Salvador, Pozo y Alonso, 2010). Para evaluar el nivel de estrés, se toma en cuenta los estresores del inmigrante, es decir, aquellos problemas que se manifiestan durante su estancia en el país de acogida y que le dificultan la elaboración del duelo migratorio, este estrés se agrava cuando no se poseen factores protectores como lo son la religión y redes de apoyo.

También es importante considerar los *niveles de intensidad en la vulnerabilidad* de cada duelo migratorio, basándose en la interpretación de la Escala de Ulises realizada por Achotegui (2010), en esta variable se toma en cuenta la vulnerabilidad del inmigrante al momento de abandonar el país de origen e iniciar su viaje migratorio, se refiere al conjunto de limitaciones que posee el sujeto cuando emigra y que constituyen un factor de riesgo para su salud mental (Achotegui, 2010). La vulnerabilidad se basa principalmente en las limitaciones físicas, psicológicas, la edad y la historia personal de cada inmigrante.

A continuación, se presenta el análisis de los resultados de la variable antes mencionada, evaluada de manera independiente en cada duelo de la migración:

En el **duelo por la familia** se evaluaron aquellas limitaciones que tenía el sujeto antes de emigrar y que una vez que ha emigrado, suponen un obstáculo para la elaboración y reestructuración de las relaciones tanto con los seres queridos del país de origen como con los del país de acogida (Achotegui, 2010). Es por ello que, en los resultados, la mayoría de los inmigrantes tiene una vulnerabilidad simple, los sujetos que se evaluaron en esta categoría son sujetos sin limitaciones físicas, que son tímidos pero capaces de establecer nuevas relaciones y en cuya historia personal no ha habido problemas relevantes.

En la vulnerabilidad complicada, tres de los inmigrantes entrevistados se clasificaron en esta categoría, debido a que eran sujetos que padecían enfermedades como diabetes y cardiopatías, referían personalidad dependiente y depresión, además, habían experimentado la separación de los padres durante su infancia.

En cuanto a la vulnerabilidad extrema, cuatro inmigrantes se clasificaron en esta categoría debido a que, se trataba de sujetos con historia personal traumática, referían malos tratos por parte de familiares o pareja, abuso sexual, uno de ellos experimentó situaciones de guerra, y todos describían situaciones de violencia extrema en su país de origen.

En el **duelo por la lengua**, se evaluaron aquellas limitaciones que tenía el sujeto antes de emigrar y que, una vez que ha emigrado, podrían suponer un obstáculo para la elaboración del contacto con la lengua de país de origen y el aprendizaje de la lengua del país de acogida (Achotegui, 2010), se registraron sólo dos niveles: el simple, donde ocho de los inmigrantes se clasificaron debido a que no tenían ninguna limitación física que les impidiera hablar y se trataba de sujetos retraídos pero capaces de entablar una conversación. El segundo nivel es el complicado, donde se clasificaron el resto de los inmigrantes, debido a que algunos poseían problemas visuales como miopía, tenían problemas auditivos como hipoacusia o incluso se trataba de sujetos analfabetos.

En el **duelo por la cultura**, se evalúan las limitaciones que tenía el sujeto antes de emigrar y que pudieran constituir, una vez ha emigrado, un obstáculo para el contacto con la cultura de origen y con la cultura del nuevo país de acogida (Achotegui, 2010). En este duelo, la mayoría se clasificó en el nivel simple debido a que se trataba de sujetos sin limitaciones físicas ni psíquicas de importancia, sólo eran sujetos un poco tímidos. En el nivel complicado, se clasificaron a los sujetos con problemas visuales y auditivos, con depresión o personalidad

dependiente. Y finalmente, en el nivel extremo se clasificaron a aquellos inmigrantes que habían experimentado situaciones de guerra y violencia, malos tratos y abusos sexuales.

En el **duelo por la tierra**, se evalúan las limitaciones que tenía el sujeto antes de emigrar y que suponen un obstáculo para contactar con la nueva tierra de acogida, se debe tomar en cuenta aspectos como luminosidad, colores, olores, paisaje, temperatura, etc. (Achotegui, 2010). En este duelo, el total de los inmigrantes encuestados se clasificó en el nivel simple, debido a que no poseen ningún tipo de limitación psicológica relevante, en cambio, se trata simplemente de sujetos reacios al cambio.

En el **duelo por el estatus social** se evalúan las limitaciones que tenía el sujeto antes de abandonar el país de origen y que pudieran significar un obstáculo para elaborar la adaptación en temas de trabajo, vivienda, entre otros aspectos, en el país de acogida (Achotegui, 2010). En esta categoría, la mayoría de los sujetos encuestados se clasificó en la vulnerabilidad de nivel simple, esto sucede porque se trata de sujetos tímidos y retraídos, pero capaces de establecer nuevas relaciones, en el caso del trabajo, también se incluyen en este nivel, los inmigrantes que no son físicamente fuertes para trabajos que requieren un mayor esfuerzo. Uno de los inmigrantes encuestados se clasificó en el nivel de vulnerabilidad complicada, debido a que se trataba de un sujeto con diabetes y además que refería personalidad dependiente. De igual manera, un inmigrante se clasificó en el nivel de vulnerabilidad extrema, debido a que se trataba de un sujeto con una incapacidad física grave, con movilidad reducida y usuario de silla de ruedas.

En el **duelo por el grupo de pertenencia**, se evalúan las limitaciones que tenía el inmigrante antes de emigrar y que pudieran ser un obstáculo para tolerar los cambios con relación al grupo de pertenencia, es decir, las personas con su misma nacionalidad (Achotegui, 2010). En este duelo, la mayoría de los inmigrantes mostró un nivel de vulnerabilidad simple,

debido a que la mayoría de ellos son sujetos con limitaciones psicológicas simples, como: ser un poco tímido, desconfiado en las interacciones con las personas en relación al grupo de pertenencia, y esto último sucede de manera frecuente cuando los inmigrantes han sufrido situaciones de violencia en el país de origen por parte de grupos delictivos, ya que constantemente se siente perseguidos por dichos miembros y al pertenecer estos grupos a su país de origen, no suelen confiar fácilmente en sus propios conciudadanos. En menor grado, en el nivel de vulnerabilidad complicado, se encuentra un sujeto con antecedentes familiares directos de paranoia.

En el **duelo por los riesgos físicos**, se evalúa el nivel de limitaciones que tenía el sujeto antes de emigrar y que podrían suponer un obstáculo para tolerar los riesgos físicos ligados a la migración (Achotegui, 2010). En este duelo, la mayoría de los inmigrantes se clasificó en el nivel de vulnerabilidad simple, ya que se trata de sujetos que poseen capacidad física para realizar el viaje migratorio, aunque podrían tener algunas limitaciones, como no ser fuerte físicamente o no tener la condición física para tolerar las adversidades del viaje, pero son capaces de realizarlo. En menor grado, dos de los sujetos encuestados se clasificaron en el nivel de vulnerabilidad extremo, debido a que uno de ellos es un inmigrante con una incapacidad física grave, con movilidad reducida y usuario de silla de ruedas, el otro inmigrante refería ser extremadamente desconfiado y por ello decidía realizar el viaje migratorio sin apoyo, Achotegui (2010) refiere que a los sujetos con estas características deben ser clasificados en este nivel, dentro de este duelo migratorio, debido a que viajar solos por voluntad propia, intensifican las probabilidades de sufrir riesgos físicos durante el viaje migratorio.



Continuando con la interpretación de la Escala de Ulises realizada por Achotegui (2010), en el segundo apartado se evalúan los *niveles de intensidad de los estresores* que manifiestan los inmigrantes en el país de acogida, es decir, son todas las dificultades externas que ha vivido el inmigrante, aquellos obstáculos con los que se ha enfrentado en el país de acogida, las barreras, las discriminaciones, el poco o nulo acceso a oportunidades, la ausencia de recursos, las adversidades, entre otras. Se evalúan todos aquellos elementos externos que le dificultan o impiden la elaboración del duelo migratorio. Al igual que la vulnerabilidad, los estresores se evalúan de manera independiente en cada uno de los siete duelos de la migración.

Los estresores a valorar en el **duelo por la familia** son aquellos obstáculos o dificultades que ha experimentado el inmigrante en el país de acogida en el ámbito familiar, sea familia que se encuentra aún en el país de origen o familia en el país de acogida (Achotegui, 2010). En este apartado, no se evalúa el sentir del inmigrante sino aquellos obstáculos objetivos con los que se encuentra a nivel familiar para elaborar el duelo migratorio de la familia. En el nivel de estresores simples, no hubo registro de ningún inmigrante en dicha categoría, en cambio, en el nivel de estresores complicados, se clasificó a un inmigrante, debido a que dicho sujeto, se encuentra en calidad de refugiado en el país, sin embargo, refería tener dificultades para reagrupar a su familia y además, sin empleo, no podía enviar dinero a su familia, en donde se encontraban sus dos hijas menores de edad. En el nivel de estresores extremo se encuentran el resto de los inmigrantes encuestados, debido a que presentaban estresores de situaciones extremas como: estar separado de hijos menores de edad sin poder ir a visitarlos por no tener documentos migratorios ni recursos económicos, no pueden enviar dinero a casa y sus familiares corren peligro en el país de origen por conflictos entre grupos criminales o por amenazas directas contra la persona que emigró.

Los estresores del **duelo por la lengua**, son aquellos obstáculos externos al inmigrante que le dificultan por un lado el contacto con su lengua materna y por el otro, el aprendizaje de la

nueva lengua (Achotegui, 2010). En este duelo la totalidad de los inmigrantes que participaron en esta investigación, se clasificaron en un nivel de intensidad simple, debido a que todos los participantes eran hispanohablantes, por lo que se entiende que la lengua dominante en el país de origen y en el de acogida son las mismas. Aunque, es verdad que podrían existir variaciones en el lenguaje, como: el acento, los modismos, el coloquialismo y la jerga en el país de acogida, esto no supone un estresor para los inmigrantes, además de que, en el refugio, las personas a cargo son autóctonos y los inmigrantes pueden tener contacto con ellos y aprender mejor la manera como se comunican y expresan los mexicanos.

Los estresores del **duelo por la cultura** son los obstáculos externos al inmigrante con los que se ha encontrado y que le dificultan por un lado el contacto con su cultura de origen y por el otro el contacto con la nueva cultura (Achotegui, 2010). En este duelo, todos los sujetos encuestados fueron clasificados en un nivel de intensidad complicado, debido a que los inmigrantes se encontraban en la Casa de Migrantes Diócesis de Coahuila de Zaragoza y su contacto con la cultura y las personas en el país de acogida es escasa, el refugio no impide la salida a los inmigrantes, es decir, un inmigrante que se encuentra en refugio dentro de la Casa de Migrantes, puede salir del refugio si así lo desea y volver cuando él lo considere necesario, dentro de los horarios establecidos por la Casa de Migrantes y conociendo las normas establecidas por los mismos. Sin embargo, muchos de los inmigrantes deciden no abandonar el refugio por ningún motivo, las razones pueden ser diversas, pero la mayoría no lo hace por miedo a ser detenidos por las autoridades pertinentes, o incluso los inmigrantes que salieron de su país porque estaban siendo perseguidos por grupos delictivos, refieren no sentirse seguros fuera del refugio, otra de las razones por las que deciden no salir del refugio es la falta de recursos económicos.

Los estresores del **duelo por la tierra** son los obstáculos ambientales naturales que le dificultan al inmigrante su adaptación a la nueva tierra, fundamentalmente la existencia de un clima extremadamente frío y oscuro (Achotegui, 2010). La totalidad de los inmigrantes

encuestados fue clasificado en un nivel de intensidad simple, a causa de que dichos sujetos provenían de lugares geográficos donde el clima es similar a la ciudad en donde se encontraban cuando fueron entrevistados, todos refirieron que el clima en su país de origen era igual o similar al del país de acogida y, aunque un par de ellos refirió que el clima era más caluroso en la ciudad de Coatzacoalcos, se puntúa como estresor simple porque no se considera un cambio climático extremo ni se trata de un clima extremadamente frío y oscuro, por lo que no supone un estresor para los participantes.

Los estresores del **duelo por el estatus social** son aquellos obstáculos que experimenta el inmigrante con relación a los temas de trabajo, vivienda, documentos migratorios, acceso a oportunidades profesionales, y que le dificultan la elaboración del duelo migratorio, en pocas palabras, son todos los obstáculos externos al inmigrante que le dificultan vivir dignamente y poder progresar en la sociedad de acogida (Achotegui, 2010). En este duelo, todos los inmigrantes entrevistados se clasificaron dentro del nivel de intensidad extremo, las razones son las mismas para todos los sujetos, ya que ninguno cuenta con un empleo al momento de la entrevista, esto a su vez impide que envíe dinero a sus familiares, por lo que supone un estresor en el ámbito personal, además de lo anterior mencionado, los inmigrantes viven en la Casa de Migrantes y aunque las condiciones son salubres, al momento de la entrevista, no se contaba con suficiente ventilación en los dormitorios y los inmigrantes referían no tolerar las altas temperaturas, sobre todo en la noche, al momento de dormir. De igual forma, como se mencionó anteriormente, ninguno de los participantes tenía documentos migratorios, por lo que acceder a oportunidades profesionales o incluso a servicios públicos les resultaba complicado.

Los estresores del **duelo por el contacto con el grupo de pertenencia** son los obstáculos con los que se encuentra el inmigrante en relación con los prejuicios, la xenofobia y/o el racismo, es decir, las tensiones en la relación a la identidad que se viven al cambiar de país, tanto con relación a su propio grupo de pertenencia como al país de acogida. En este duelo, la

mayoría de los inmigrantes se clasificó en el nivel de intensidad simple, ya que como menciona Achotegui (2010), la existencia de ciertos estereotipos y prejuicios a los inmigrantes se consideran estresores normales. Los inmigrantes entrevistados, que se encuentran dentro de este nivel de intensidad, refirieron haber experimentados prejuicios por parte de los autóctonos, durante el viaje migratorio y en la ciudad de Coatzacoalcos, manifestaron haber escuchado comentarios que insinuaban que por ser inmigrantes debían temerles, ya que no eran de confiar. En el nivel de intensidad complicado, se clasificó a un inmigrante cuya experiencia en el país de origen se había destacado por experimentar interacciones con un autóctono, donde dicho ciudadano lo insultaba de manera explícita constantemente, diciéndole que *volviera a su país* de forma despectiva e insultándolo constantemente. En el nivel de intensidad extremo, se clasifica a dos inmigrantes que experimentaron situaciones de violencia y agresión física por parte de autóctonos e incluso de autoridades gubernamentales en el país de acogida, violencia que sólo refleja el racismo y la injusticia que existe y viven los inmigrantes día con día.

Los estresores del **duelo por los riesgos físicos** son aquellos obstáculos que experimenta el inmigrante con relación al riesgo de enfermedades, peligros en el viaje migratorio, entre otros, que le dificultan la elaboración del duelo migratorio (Achotegui, 2010). En este duelo y por el tipo de viaje migratorio que realizaron los inmigrantes entrevistados, fueron clasificados en el nivel de intensidad extremo, ya que, al no tener documentos migratorios, todos viajaron en condiciones extremas, en autobús, en tren y en su mayor parte recorrieron el trayecto caminando por lugares poco transitables y con riesgo de ser atropellados, asaltados e incluso secuestrados, estos dos últimos sucedieron en algunos de los inmigrantes encuestados. Al momento de la entrevista los inmigrantes se encuentran albergados en la Casa de Migrantes pero han tenido incluso que dormir en la calle y se considera un estresor ya que sucedió después de haber emigrado.

### 4.3. Conclusiones

La migración es un fenómeno social que se considera normal y posee una gran relevancia en la historia del ser humano, sin embargo, lo que antes se consideraba como una acción vital para la exploración de diversos territorios, en la actualidad, para muchos supone una acción obligatoria para la supervivencia. Una gran parte de la población emigra con el objetivo de mejorar la calidad de vida que se posee en el país de origen y aunque pudiera parecer un plan sencillo, la realidad es que debido a las condiciones en las que abandonan el país de origen, los migrantes viajan en condiciones extremas, es decir, sin documentos migratorios, sin mucho o nulo presupuesto económico, y por ende, sin acceso a medios de transporte adecuados para realizar dicha movilización.

Al igual que, durante el viaje migratorio, la situación se continúa complicando al llegar los inmigrantes al país receptor, con una situación legal inadecuada y, posterior a todas las dificultades que se pudieron presentar durante el viaje migratorio, los inmigrantes no se encuentran ni cuentan con las condiciones adecuadas para la readaptación en el país receptor. Estas circunstancias de la migración actual, hacen que la capacidad de adaptación del inmigrante se supere, amenazando a la vez, su salud mental, produciendo en estos sujetos un estado de estrés crónico y múltiple, al que Achotegui (2002), llama Síndrome de Ulises.

Gracias a este autor, se pudo otorgar un nombre a la situación por la que muchos inmigrantes pasan durante la migración, esto permite visibilizar el padecimiento, es decir, coloca a las personas con síndrome de Ulises en el ojo clínico de especialistas, quienes brindan apoyo a los sujetos que se encuentran en riesgo de padecer el Síndrome e incluso a quienes ya lo padecen, así como, crear empatía hacia los inmigrantes.

El presente trabajo de investigación, permitió obtener un conjunto de datos, a través de literatura e instrumentos que, gracias al análisis de dicha información se concluye que el

objetivo general de la investigación fue alcanzado con éxito, tal objetivo fue: Determinar los factores de riesgo para la salud mental y los niveles de estrés en el Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple (Síndrome de Ulises) en una muestra de inmigrantes centroamericanos de la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos utilizando la Escala Ulises.

Por lo tanto, los factores de riesgo para la salud mental y el padecimiento del Síndrome de Ulises identificados fueron:

### *Enfermedades físicas*

Diabetes, hipoacusia, problemas visuales como miopía o hipermetropía y discapacidades que reducen la movilidad, personas usuarias de sillas de ruedas. La población con discapacidades que no suponen una reducción de la movilidad física, no reconocía que dichas condiciones suponían un riesgo para el éxito de su migración, sin embargo, Achotegui et al. (2017) clasifican tales características como vulnerabilidad física, ya que conlleva mayor riesgo de enfermar e incluso los hace más propensos a accidentes durante el viaje migratorio. Además, supone un estresor al momento de querer establecerse en el país de acogida, ya que reduce la posibilidad de empleos e incrementa la probabilidad de mayores gastos médicos.

Con respecto, al usuario de silla de ruedas, su condición incrementa aún más las probabilidades de fracasar en el viaje migratorio y, además, fallar en la readaptación en el país de acogida, lo que a su vez imposibilita y/o dificulta la elaboración del duelo migratorio. Tal participante, tenía como objetivo llegar a Estado Unidos, sin embargo, al momento de querer abordar el tren en la ciudad de Coatzacoalcos, su condición física le impidió realizar dicha acción con éxito, por lo que sus compañeros migrantes con los que viajaba decidieron abandonarlo; solo y sin dinero, no tuvo otra elección más que quedarse en la ciudad y buscar la residencia permanente. Volver no es una opción, y tal situación permite entender las

condiciones de violencia y poca oportunidad de crecimiento económico que se vive en ciertos países, un hombre en evidente estado de vulnerabilidad decide quedarse en un país del que es ajeno, sin casa, sin una red de apoyo, en estado de ilegalidad, sin empleo y sin dinero, pero con la esperanza de un mejor futuro.

Se podría retomar el caso anterior, para mencionar que el fracaso del viaje migratorio supone también un riesgo para la salud mental y, aunque el inmigrante no retornó al país de origen ni fue capturado por la policía migratoria, su objetivo principal no era México pero las circunstancias lo obligaron a tomar otra dirección, lo que sucedió con la mayoría de la muestra, dichos inmigrantes tenían como objetivo llegar a Estados Unidos, sin embargo, por diversas razones tomaron la decisión de quedarse en México. Esto puede generar en el inmigrante sintomatología del *área depresiva* derivados del fracaso migratorio, como menciona Achotegui (2004), el inmigrante siente que no ha cumplido con sus propias expectativas y las de sus seres queridos en el país de origen, lo que a su vez genera «indefensión aprendida», es decir, el inmigrante siente que no puede hacer nada para cambiar su propio destino y que está destinado a vivir una vida de infortunio.

### ***Separación familiar***

Incluye a los sujetos que han dejado en el país de origen a hijos pequeños o padres ancianos y enfermos. Esta característica significa un riesgo para la salud mental, ya que aumenta de manera notable la intensidad del **duelo por la familia** y, además, representa la soledad forzada, que supone uno de los estresores que se presentan dentro del Síndrome de Ulises, este estresor se presenta cuando no se puede emigrar con la familia ni tampoco pueden ir a visitarlos porque eso implicaría realizar todo el viaje nuevamente. Este estresor, se manifiesta en los inmigrantes con mayor intensidad durante la noche, provocando «insomnio» en más de un inmigrante, lo

anterior, también se acompaña de sentimientos de tristeza y culpa, por lo que es usual que también se manifieste el «llanto» (Achotegui, 2020).

### ***Características de personalidad***

Ser sujetos tímidos y retraídos, son características de personalidad que podrían suponer un obstáculo al momento de la readaptación en México. Esto supone un riesgo, debido a que podría complicar la elaboración de relaciones interpersonales en el país de acogida y por lo tanto, afectar de manera directa el **duelo por el estatus social**, lo que permite recordar que el duelo migratorio se caracteriza por ser un duelo múltiple y algunas características hacen vulnerables a los inmigrantes en más de un duelo (Sánchez, 2015), por ejemplo, además de afectar el duelo por el estatus social, también podría significar una dificultad al momento de contactar con la cultura del país receptor, ya que dichas características podrían impedir que el inmigrante no se relacione ni con los autóctonos ni con sus costumbres o tradiciones. Dejándolo a su vez, sin ningún tipo de relación interpersonal, y, por ende, sin «red de apoyo».

### ***Vivencias de actos violentos***

Sujetos que han vivido o presenciado situaciones de violencia por parte de grupos delictivos en el país de origen y/o en el viaje migratorio e incluso en México, también incluye mujeres que han sido violadas o violentadas. Tales experiencias traumáticas dañan la percepción de la realidad de los inmigrantes, provocando sintomatología del *área confusional*, Achotegui (2004), menciona que la «confusión puede estar ligada al papel que juegan los inmigrantes para no ser detenidos, deportados o en este caso capturados por grupos delictivos, es decir, viven a escondidas, cambiando de identidad y diciendo mentiras constantemente para no ser descubiertos ni dejar rastro y al final del día ya ni ellos saben qué es verdad o qué es mentira, por ende, este estilo de vida potencia la «confusión y la desconfianza». Los hace propensos a desconfiar de personas provenientes del país de origen e incluso del país receptor, de modo



que, a su vez se dificulta la creación de relaciones interpersonales y, como se mencionó anteriormente, afecta directamente al **duelo por el estatus social y por la cultura**.

Lo anterior también da lugar al miedo, el terror y la indefensión, un estresor que, según Achotegui (2020), se presenta por el miedo a las coacciones del crimen organizado y las redes de prostitución; el miedo a la detección y la expulsión; el miedo también a los abusos. Algo que permite entender cómo los inmigrantes no pueden poseer de manera tan simple una necesidad básica como es la seguridad física, por lo que se producen dificultades para intentar cumplir con su propia realización.

Además, la experiencia de situaciones de estrés tan extremas que experimentan los inmigrantes día con día, los lleva a sentir emociones como la tristeza, que se manifiesta en muchos inmigrantes a través del «llanto», Achotegui (2004) menciona que dicha característica se encuentra dentro de la sintomatología *depresiva*, y que la emoción es tan intensa que las barreras culturales quedan en segundo plano y es común que tanto hombres como mujeres presenten este síntoma.

Por las características de la muestra, tales como: no hay sujetos mayores de 65 años, son hispanohablantes, por ende, comparten la misma lengua que en el país receptor, el clima del país receptor es similar al clima en el país de origen, y se encuentran en proceso de solicitud de sus papeles migratorios, no se clasifica ningún otro factor de riesgo para la salud mental dentro del padecimiento del Síndrome de Ulises.

En cuanto al nivel de estrés, la mayoría de los inmigrantes posee un nivel de estrés extremo en el Síndrome de Ulises, el resto de los inmigrantes que no se clasifica dentro de esta categoría poseen un nivel de estrés moderado. Con relación al dato anterior, Achotegui (2010) afirma que, con tan sólo un estresor, ya se considera que el sujeto pertenece a la categoría de estresores extremos o estresores Ulises, por lo que aquellos que se encuentran en un nivel extremo de

estrés migratorio poseen el Síndrome de Ulises, lo que significa que la muestra en su mayoría tiene dicho padecimiento y el resto está en riesgo crítico de padecerlo si sus estresores no mejoran.

El dato anterior permite confirmar la hipótesis planteada al inicio de la investigación, es decir, “la mayoría de los inmigrantes centroamericanos, en una muestra de la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos, presentan estresores que determinan el Síndrome de Ulises”.

Debido a los datos obtenidos y a la relevancia del tema dentro del fenómeno social migratorio y con respecto a la salud mental de los inmigrantes propensos a experimentar el Síndrome de Ulises, se estructura la siguiente propuesta.

#### **4.4. Propuesta**

Debido al análisis del fenómeno y centrándose en las características de población que se estudió en la presente investigación, se propone lo siguiente:

Se incita a las **asociaciones civiles, religiosas** e incluso **instituciones de salud**, que capaciten al personal que trabaja de manera directa con personas inmigrantes, para que puedan entender y atender adecuadamente las necesidades de esta población, tomando en cuenta la cultura y la capacidad del inmigrante, reconociendo que existen factores personales y ambientales en la historia del inmigrante que modifican su manera de percibir la realidad y que esto supone que existe diversidad dentro de los mismos inmigrantes. La capacitación les permite adquirir conocimientos y habilidades específicas para fomentar una comunicación efectiva, evitar la discriminación y brindar un servicio justo y equitativo, haciendo consciente la existencia del Síndrome de Ulises, como factor de riesgo en la salud mental de esta población. Además, les permite estar al día con las leyes y regulaciones relacionadas con la inmigración y ofrecer información precisa y actualizada a los inmigrantes. Lo anterior, permite

evitar la inadecuada intervención del sistema sanitario y psicosocial, un factor que potencia los estresores en el Síndrome de Ulises.

Invitar a las **asociaciones civiles** encargadas de acompañar al inmigrante en la totalidad de su proceso de solicitud de la condición de refugiado, a revisar la duración de los trámites requeridos para la aprobación de dicha solicitud y buscar posibles soluciones, sin comprometer la integridad de las asociaciones y personal involucrado, para así poder hacer dicho proceso mucho más ágil y efectivo, evitando que los inmigrantes se encuentren en un limbo legal por demasiado tiempo.

Esto es relevante, debido a que, aunque los inmigrantes que solicitan refugio en el país son sujetos que se encuentran en albergues que les brindan servicios básicos como: asilo, alimento, vestimenta, sanitarios, llamadas telefónicas, seguridad, entre otros; son servicios temporales, cuya duración va a depender de cada albergue, pero se estima que en promedio, sólo se les permite a los inmigrantes hospedarse por tiempos de un mes a tres meses, por lo que si el proceso de solicitud de refugiado tarda mucho más tiempo del antes mencionado, estos inmigrantes no sólo quedan en un limbo legal sino que además, se quedan sin un techo donde vivir. Los albergues no tienen la posibilidad de ofrecer estadías permanentes debido a que son muchos inmigrantes los que necesitan de dicho apoyo, por lo que prolongar el tiempo impediría a otros inmigrantes recibir la misma ayuda.

Los inmigrantes deben abandonar los albergues al concluir el tiempo de estadía dispuesto por cada institución, sin importar si estos han concluido satisfactoriamente los tres primeros filtros del proceso de solicitud: solicitud de protección, llenado de formulario y constancia del trámite de inicio del proceso, lo que impide que sean deportados a su país. Al cumplir los anteriores, se les permite acceder al cuarto paso, donde se les brinda una CURP temporal que les permite el acceso a servicios públicos dentro del estado donde están llevando a cabo su

solicitud, antes de esto, los inmigrantes siguen siendo sujetos sin acceso a programas de protección social, educativos y de salud pública, lo que da paso a el aumento de estresores Ulises y también, a la exclusión social de dicha población.

Por lo que además, de exhortar a agilizar sus procesos de trámites, se les solicita a las instituciones pertinentes, tales como: **asociaciones civiles y religiosas**, extender el apoyo a los inmigrantes en limbo legal, es decir, aquellos quienes ya han iniciado su proceso de solicitud de refugiado pero que por diversas circunstancias no han sido aprobados o negados a dicha petición. Esto con el fin de permitir la inclusión de los inmigrantes en el país, y además disminuir la potencialidad de los estresores Ulises, tal como el estresor de lucha por la supervivencia, el fracaso del proyecto migratorio, la ausencia de oportunidades, el miedo, el terror y la indefensión, reduciendo a su vez los niveles de estrés presentes en el duelo migratorio y, por ende, disminuyendo también la posibilidad de padecer Síndrome de Ulises. Y finalmente, pero no menos importante, permite darles identidad a esas personas que lo pierden todo al abandonar su país.

Otra propuesta que se considera relevante es alentar a las **asociaciones civiles** a realizar talleres de psicoeducación dirigidos a los inmigrantes y a los **ciudadanos locales**, a estos últimos se les exhorta a participar activamente en estos talleres para así poder erradicar o disminuir los prejuicios y la discriminación que existen en la actualidad hacia los inmigrantes, lo que afecta la relación social de los inmigrantes con los ciudadanos locales y que a su vez impide y/o dificulta la readaptación de este mismo en el país receptor, ya que contactar con un nuevo grupo de pertenencia se vuelve una situación estresante, afectando de manera directa el sexto duelo presente en el Síndrome de Ulises, el duelo por el contacto con el grupo de pertenencia.

Con la psicoeducación a los mexicanos se espera sensibilizar a las personas sobre el presente fenómeno social, fomentar el respeto por la diversidad cultural y promover el diálogo intercultural para reducir las barreras sociales entre los inmigrantes y los ciudadanos locales, creando a su vez, inclusión y empatía hacia este grupo vulnerable, para así evitar actos de discriminación y violencia.

Finalmente, a los **inmigrantes** se les invita a participar en estos talleres de psicoeducación difundidos por las instituciones civiles que lo llevan a cabo, con el fin de brindarles información sobre los recursos disponibles en su nueva comunidad, ayudarles a comprender mejor su situación y a desarrollar habilidades para adaptarse a su entorno.

En términos de prevención a problemas de salud mental, se espera aumentar la capacidad de resiliencia de dicha población, para que puedan enfrentar las adversidades que se presentan durante la experiencia migratoria, mejorar también la inteligencia emocional para así, poder tener un mayor control de las emociones y que estas no afecten en la toma de decisiones al momento de buscar soluciones a sus problemas, en conclusión, mejorar su bienestar emocional en un contexto cultural diferente. Lo anterior permite reducir el conjunto de síntomas que se presentan en el Síndrome de Ulises, aquellos que se manifiestan por la presencia de los estresores Ulises y que se clasifican en el área depresiva, ansiosa, somática y confusional.

Además de los talleres psicoeducativos, las mismas instituciones encargadas de dicha labor, podrían generar talleres de convivencia posteriores a la psicoeducación, estos talleres de convivencia entre inmigrantes y ciudadanos locales serviría para fomentar la integración y el entendimiento mutuo, promoviendo una convivencia pacífica y enriquecedora para ambas partes. Además, se podrían abordar temas como la cultura, la historia, las tradiciones y los valores de cada comunidad, lo que ayudaría a reducir prejuicios y estereotipos. También se podrían compartir experiencias y conocimientos, lo que podría generar nuevas oportunidades

de colaboración y crecimiento para todos. De esta manera, la intensidad del duelo por la cultura y contacto con el grupo de pertenencia se reduce, ya que para el inmigrante se vuelve una situación estresante, el esfuerzo que realiza por contactar a la cultura nueva y adaptarse, así como también contactar con un nuevo grupo de pertenencia.

#### 4.5. Referencias

Abuagilah, M. (2014). *Síndrome de Ulises, aculturación y personalidad en una población de inmigrantes árabes*. (Tesis doctoral). Universidad de Barcelona. Barcelona.

Achotegui, J. (2000). Los duelos de la migración: una aproximación psicopatológica y psicosocial. *Medicina y cultura. Estudios entre la antropología y la medicina*, 83-100.

Achotegui, J. (2002). *La depresión en los inmigrantes. Una perspectiva transcultural*. Barcelona, España: Editorial Mayo.

Achotegui, J. (2004). Emigrar en situación extrema: el Síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises). *Revista Norte de Salud Mental*, (21), 39-52.  
Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4830454.pdf>

Achotegui, J. (2008). Duelo migratorio extremo: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises). *Revista de Psicopatología y salud mental del niño y del adolescente*, (11). 15-25. Recuperado de <https://www.fundacioorienta.com/wp-content/uploads/2019/02/Achotegui-Joseba-11.pdf>

Achotegui, J. (2009). Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). *Zerbitzuan. Revista de Servicios Sociales*, (46), 163-171.  
Recuperado de <https://www.zerbitzuan.net/documentos/zerbitzuan/ZERBITZUAN%2046.pdf>

- Achotegui, J. (2010). *Cómo evaluar el estrés y duelo migratorio. Escala de evaluación de factores de riesgo en salud mental (Escala Ulises)*. Llançà, España: El Mundo de la Mente.
- Achotegui, J. (2012). Emigrar hoy en situaciones extremas. El síndrome de Ulises. *Revista Aloma*, 30 (2), 79-86. Recuperado de <http://www.revistaaloma.net/index.php/aloma/article/view/171/108>
- Achotegui, J. (2017). El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). *Revista de Menorca*, 96. 103-111. Recuperado de <https://raco.cat/index.php/RdM/article/view/339995/432555>
- Achotegui, J. (2020) *El Síndrome de Ulises. Contra la deshumanización de la migración*. Barcelona, España: Ned Ediciones.
- Achotegui, J., Solanas, A., Fajardo, Y., Espinosa, M., Bonilla, I. y Espeso, D. (2017). Concordancia entre evaluadores en la detección de factores de riesgo en la salud mental de la inmigración: Escala Ulises. *Norte de salud mental*, 15 (57). 13-23. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6381257.pdf>
- Alvizar, Y. (2021). *¿Qué es una muestra no Probabilística según Sampieri?* México.: ALEPH. Recuperado de <https://aleph.org.mx/que-es-una-muestra-no-probabilistica-segun-sampieri>
- American Psychological Association. (2010). *Los distintos tipos de estrés*. Recuperado de <http://www.apa.org/topics/stress/tipos>
- Arias, G. (2006). *Proyecto de Investigación: Introducción a la metodología científica*. Caracas: Episteme.

- Arteta, I. (4 de septiembre de 2019). Robos, abuso de autoridad y extorsión: Los datos sobre la violencia que padecen migrantes en México. *Animal político*. Recuperado de <https://www.animalpolitico.com/2019/09/migrantes-delitos-robos-informe-datos/>
- Barcelata, H. (2012). Coatzacoalcos. Economía local y problemática social. *Los municipios del estado de Veracruz*, 4, 7-41. Recuperado de <https://www.eumed.net/libros-gratis/2011f/1145/>
- Barrio, J., García, M., Ruiz, I. y Arce, A. (2006). El estrés como respuesta. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1 (1), 37-48. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832311003.pdf>
- Bernal, A. (2010). *Metodología de la investigación*. Colombia: Pearson Educación.
- Canal Tiempo 21. (21 de marzo de 2017). *Art. 45: El clima y el tiempo en Centroamérica*. Barcelona, España: Canal Tiempo 21. Recuperado de <https://www.canaltiempo21.com/art-45-el-clima-y-el-tiempo-en-centro-america/>
- Castelló, V. (2008). Las migraciones desde una perspectiva histórica. *Revista de treball, economia i societat*, (49), 9-13. Recuperado de [http://www.ces.gva.es/pdf/trabajos/articulos/Revista\\_49/art1.pdf](http://www.ces.gva.es/pdf/trabajos/articulos/Revista_49/art1.pdf)
- Coelho, F. (2011). *Diferencia entre emigrante, inmigrante y migrante*. Bogotá, Colombia: Diccionario de Dudas. Recuperado de <https://www.diccionariodedudas.com/diferencia-entre-emigrante-inmigrante-y-migrante/>
- Comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados [COMAR] (2022). *Solicitantes por año*. Recuperado de <https://www.gob.mx/comar/articulos/solicitantes-por-ano?idiom=es>



- Comisión Nacional de los Derechos Humanos [CNDH]. (2018). *Los desafíos de la migración y los albergues como oasis*. Recuperado de <https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Informes/Especiales/Informe-Especial-Desafios-migracion.pdf>
- Cueva, T. y Terrón, T. (2014). Vulnerabilidad de las mujeres migrantes en el cruce clandestino por Tamaulipas-Texas. *Papeles de población*, 20 (79), 209-241. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/pp/v20n79/v20n79a8.pdf>
- Data México. (2020). *Coahuila de Zaragoza, municipio de Veracruz de Ignacio de la Llave*. Recuperado de <https://datamexico.org/es/profile/geo/coahuila>
- Díaz, G. y Kuhner, G. (2007). Globalización y migración femenina. Experiencias en México. *Centro de Estudios y Programas Interamericanos Instituto Tecnológico Autónomo de México*. CEPI working paper No. 12.
- Dirección Pastoral de la Movilidad Humana [DPMH]. (2017). *Breve reseña de la casa del migrante*. Documento interno.
- EFE. (21 de agosto de 2018). ONG atribuyen a autoridades el 25 % de los delitos contra migrantes en México. *Agencia EFE*. Recuperado de <https://www.efe.com/efe/america/sociedad/ong-atribuyen-a-autoridades-el-25-de-los-delitos-contra-migrantes-en-mexico/20000013-3726015>
- Falicov, C. (2002). Migración, pérdida ambigua y ritual. *Perspectivas Sistémicas*, 13 (69), 3-7. Recuperado de <https://silo.tips/download/migracion-perdida-ambigua-y-rituales>
- Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2020). *Manual de Capacitación para Acompañamiento y Abordaje de Duelo*. Recuperado de <https://www.unicef.org/elsalvador/media/3191/file/Manual%20sobre%20Duelo.pdf>

- Galeana, P. (2014). *Historia comparada de las migraciones en las Américas*. Recuperado de <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/8/3828/30.pdf>
- García, J. (2015). Concepto de vulnerabilidad psicosocial en el ámbito de la salud y las adicciones. *Health and addictions*, 15 (1), 5-14. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/839/83938758001.pdf>
- Gobierno de México. (10 de abril de 2023). *Visa por razones humanitarias*. México: Gobierno de México. Recuperado de <https://www.gob.mx/tramites/ficha/visa-por-razones-humanitarias/INM74>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Ciudad de México, México: McGraw-Hill / Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- Kübler, E. (2011). *Sobre la muerte y los moribundos*. Madrid, España: Debolsillo.
- Kübler, E. y Kessler, D. (2015). *Sobre el duelo y el dolor*. Barcelona, España: Ediciones Luciérnaga.
- Kuhnor, G. (2011). La violencia contra las mujeres migrantes en tránsito por México. *DFensor, revista de derechos humanos*, (6), 19-25. Recuperado de [https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2014/05/dfensor\\_06\\_2011.pdf](https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2014/05/dfensor_06_2011.pdf)
- La Sexta. (30 de noviembre de 2017). *La ruta del Golfo, la del Pacífico o el Tren de la Bestia: estas son las vías de escape para los inmigrantes del Triángulo Norte*. Madrid, España: La Sexta. Recuperado de [https://www.lasexta.com/especiales/el-otro-muro/ruta-golfo-pacifico-tren-bestia-estas-son-vias-escape-inmigrantes-triangulo-norte\\_201711305a2014ec0cf2b410ea8990be.html](https://www.lasexta.com/especiales/el-otro-muro/ruta-golfo-pacifico-tren-bestia-estas-son-vias-escape-inmigrantes-triangulo-norte_201711305a2014ec0cf2b410ea8990be.html)

- Lopategui, E. (2000). *Estrés: concepto, causas y control*. San Juan, Puerto Rico: Saludmed.  
Recuperado de <http://www.saludmed.com/Documentos/Estres.html>
- Marroni, M. y Meneses, G. (2006). El fin del sueño americano. Mujeres migrantes muertas en la frontera México-Estados Unidos. *Migraciones Internacionales*, 3 (3), 5-30.  
Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/migra/v3n3/v3n3a1.pdf>
- Martínez, M., y Martínez J. (2018). Procesos migratorios e intervención psicosocial. *Papeles del Psicólogo*, 39 (2), 96-107. Recuperado de <https://www.redalyc.org/journal/778/77855949003/77855949003.pdf>
- Maslow, A. H. (1991). *Motivación y personalidad*. Madrid, España: Ediciones Díaz de Santos S.A.
- Maya, I. (1999). *Análisis de los recursos de apoyo social de los inmigrantes africanos y latinoamericanos en Andalucía* (tesis doctoral). Universidad de Sevilla, España.
- Meza, E., García, S., Torres, A., Castillo, L., Sauri, S. y Martínez, B. (2008). El proceso del duelo. Un mecanismo humano para el manejo de las pérdidas emocionales. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas*, 13 (1), 28-31. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/473/47316103007.pdf>
- Morales, J. (2015). *Derechos de los migrantes en el Sistema Interamericano de los derechos humanos*. Recuperado de <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/10/4705/14.pdf>
- Naciones Unidas. (2020). *Desafíos Globales: Migración*. Recuperado de <https://www.un.org/es/global-issues/migration#:~:text=En%20la%20actualidad%2C%20el%20n%C3%BAmero,m%C3%A1s%20que%20en%202010>

- Naciones Unidas. (2021). *Migración en 2021: Aumenta el número de refugiados y migrantes pese a las restricciones de viaje*. Recuperado de <https://news.un.org/es/story/2021/12/1501972>
- Nájar, A. (16 de febrero de 2015). México: las rutas de los migrantes que no pueden viajar en La Bestia. *BBC Mundo*. Recuperado de [https://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/01/150116\\_migracion\\_mexico\\_centroamerica\\_nuevas\\_rutas\\_an](https://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/01/150116_migracion_mexico_centroamerica_nuevas_rutas_an)
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33 (2). 171-190. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
- Organización Internacional para los Migrantes [OIM]. (2006). *Glosario sobre migración* (N° 7). Recuperado de [https://publications.iom.int/system/files/pdf/iml\\_7\\_sp.pdf](https://publications.iom.int/system/files/pdf/iml_7_sp.pdf)
- Organización Internacional para los Migrantes [OIM]. (2016). *Migrantes en México, Vulnerabilidad y Riesgos*. Recuperado de [https://www.ecampus.iom.int/pluginfile.php/14566/block\\_html/content/MICIC\\_Mexico\\_desk\\_study.pdf](https://www.ecampus.iom.int/pluginfile.php/14566/block_html/content/MICIC_Mexico_desk_study.pdf)
- Puy, A., Guitián, A., Pías, J.M., Aldrey, J.M. y Macías, M. (2020). Ulises en la literatura médica. *Revista de Neurología*, 71 (3). 119-122. doi: 10.33588/rn.7103.2020187
- Reuters. (23 de noviembre de 2021). Más de 70.000 migrantes fueron traficados o secuestrados desde 2011 en México: informe. *Voz de América*. Recuperado de <https://www.vozdeamerica.com/a/mas-70-mil-migrantes-traficados-secuestrados-desde-2011-mexico-informe-/6325232.html>

- Rodríguez, M., Ocampo, I. y Nava, C. (2009). Relación entre valoración de una situación y capacidad para enfrentarla. *SUMMA Psicológica UST*, 6 (1). 25-41. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3020310.pdf>
- Ruiz, N. (2011). La definición y medición de la vulnerabilidad social. Un enfoque normativo. *Investigaciones geográficas, Boletín del Instituto de Geografía, UNAM*, (77). 63-74. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/igeo/n77/n77a6.pdf>
- Salvador, C., Pozo, C. y Alonso, E. (2010). Estrategias comportamentales de aculturación y Síndrome de Ulises de los inmigrantes latinoamericanos. *Boletín de Psicología*, (98), 55-72. Recuperado de <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N98-4.pdf>
- Sánchez, A. (2015). *Programa de apoyo psicológico a inmigrantes: estudio de casos* (tesis doctoral). Universidad del País Vasco, San Sebastián, España.
- Santos, A. (18 de noviembre de 2021). Hallados 195 migrantes centroamericanos hacinados sin agua ni comida en un hotel de Nuevo León. *El País*. Recuperado de <https://elpais.com/mexico/2021-11-18/hallados-195-migrantes-centroamericanos-hacinados-sin-agua-ni-comida-en-un-hotel-de-nuevo-leon.html>
- Secretaría de Desarrollo Agrario, Territorial y Urbano [SEDATUR], (2020). *Programa de mejoramiento urbano: municipio de Coatzacoalcos, programa territorial operativo* (13). Recuperado de [https://mimexicolate.gob.mx/wp-content/uploads/2020/09/13\\_Sedatu\\_PTO\\_Coatzacoalcos.pdf](https://mimexicolate.gob.mx/wp-content/uploads/2020/09/13_Sedatu_PTO_Coatzacoalcos.pdf)
- Secretaría de Finanzas y Planeación [SEFIPLAN]. (2021). *Características y dinámicas en el Estado de Veracruz de Ignacio de la Llave según los límites político-administrativos de sus 10 regiones socioculturales y en ocho de sus nueve Zonas Metropolitanas, 1990-2020*. Recuperado de <http://ceieg.veracruz.gob.mx/wp->

[content/uploads/sites/21/2021/06/SEFIPLAN-2021-  
.MigracRegZMs.AnalisHist.Ver\\_1990-2020.pdf](#)

Talam, A., Navarro, N., Rossell, L. y Rigat, A. (2006). Propuesta de especificadores diagnósticos vinculados al estrés y el trauma: una aportación a la nosología psicopatológica. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11 (2), 107-114.

Recuperado de [https://www.aepcp.net/wp-  
content/uploads/2020/05/05.20062.Talarnetal.pdf](https://www.aepcp.net/wp-content/uploads/2020/05/05.20062.Talarnetal.pdf)

## Anexos

### 1. Consentimiento informado

#### Consentimiento informado

Fecha: \_\_\_\_\_

Yo, \_\_\_\_\_, mayor de edad, de \_\_\_\_\_ años de edad, acepto participar en la investigación “Síndrome del Inmigrante (Síndrome de Ulises) en una muestra de inmigrantes centroamericanos de la Casa de Migrantes Diócesis de Coatzacoalcos”. Realizada por la pasante de Psicología Yomara Susé Lázaro Muñoz, de la Universidad de Sotavento A.C., campus Coatzacoalcos, generación 2017-2021.

Dicha participación consiste en contestar una serie de cuestionarios que tienen por objetivo conocer los factores de riesgo para la salud en el Síndrome de Ulises, de los cuales no se hará devolución de los resultados. Soy consciente de que omitir datos puede afectar los resultados de la investigación.

Estoy de acuerdo con el proceso que se me ha propuesto; se me ha explicado de forma clara en qué consiste. He escuchado, leído y comprendido la información recibida y se me ha dado la oportunidad de preguntar sobre la investigación, así como de la razón específica por la que se me somete a esta y de la forma en la que se utilizarán los resultados. Por lo que autorizo que únicamente los resultados de las pruebas se hagan públicos para cumplir con la finalidad de la investigación sin incluir los datos personales, los cuales serán tratados de manera confidencial.

Estoy de acuerdo en participar en la investigación:

Sí, estoy de acuerdo \_\_\_\_\_

No estoy de acuerdo \_\_\_\_\_

---

Nombre y firma del evaluador

## 2. Encuesta sociodemográfica

### Encuesta sociodemográfica

La presente encuesta tiene como objetivo recoger información sobre los participantes, con el fin de aportar conocimientos a la investigación. Toda la información brindada será manejada bajo estricta confidencialidad, por lo cual se le solicita sea sincero con sus respuestas.

***Instrucciones:** Lea detenidamente cada una de las indicaciones y complete la información requerida o marque con un "X" en la respuesta que corresponda.*

Fecha: \_\_\_\_\_

#### Datos generales

País de origen: \_\_\_\_\_

Fecha de nacimiento: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_ años

Sexo: Hombre ( ) Mujer ( )

Lengua materna: \_\_\_\_\_

Dominio de otras lenguas: No ( ) Sí ( ) ¿Cuál/es? \_\_\_\_\_

#### Estado civil

Soltero/a ( ) Casado/a ( ) Separado/a ( ) Divorciado/a ( ) Viudo/a ( )

Unión libre ( )

#### Padres

Padres fallecidos ( ) Padres que viven en el país de origen ( )

Padres que viven en el país actual ( ) No conoce a sus padres ( )

#### Hijos

Sin hijos ( ) Nacidos en el país de origen: \_\_\_\_ Nacidos en el país actual: \_\_\_\_

País en el que viven los hijos: País de origen ( ) País actual ( ) Otro ( )

¿Cuál? \_\_\_\_\_

#### Vivienda

Compartida ( ) Asistencial [fundaciones, refugios, etc.] ( ) Familiar ( )

Independiente ( )

¿Con quién vive en la actualidad? \_\_\_\_\_



**Nivel de estudios**

Ninguno o estudios básicos sin terminar ( )

Estudios básicos [primaria completa o certificado escolar] ( )

Estudios medios [secundaria, bachillerato o formación profesional] ( )

Estudios superiores [universitarios, diplomatura o licenciatura] ( )

Profesión u oficio: \_\_\_\_\_

**Medio de transporte que utilizó para llegar a México**

Autobús ( )    Avión ( )    Caminando ( )    Otros ( )

¿Cuál/es? \_\_\_\_\_

Tiempo de residencia en Coatzacoalcos: \_\_\_\_\_

**Situación legal**

Irregular ( )    Regular ( )    En trámite ( )

Especificar: \_\_\_\_\_

**Situación laboral**

Trabaja ( )    No trabaja ( )    Trabajo temporal ( )    Trabaja por horas ( )

Trabajo de medio tiempo ( )    Trabajo actual: \_\_\_\_\_

Ingresos económicos: \_\_\_\_\_

**Antecedente psiquiátrico**

No ( )    Sí ( ) ¿Cuál? \_\_\_\_\_

**Razones por la que abandonó su país de origen**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**¿Ha sido víctima de malos tratos o abusos en México?**

No ( )    Sí ( )

Especificar: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Redes de apoyo**

Familia ( )    Amigos ( )    Laborales ( )    Otros ( ) Especificar: \_\_\_\_\_

**¿Con qué frecuencia se comunica con sus familiares?**

Diario ( )    Semanal ( )    Quincenal ( )    Mensual ( )

Otro ( ) Especificar: \_\_\_\_\_

Medio de comunicación que utiliza: \_\_\_\_\_

**Religión**

Católica ( )    cristiano evangélico ( )    Mormona ( )    Otra: \_\_\_\_\_

Indiferente [no se contesta la siguiente] ( )    Ateo [no se contesta la siguiente] ( )

**Grado de práctica religiosa**

Nada practicante ( )    Poco ( )    Muy practicante ( )    Bastante ( )

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN**

### 3. Escala de Estrés Ulises

#### Escala E-Ulises

La presente encuesta tiene como objetivo recoger información sobre los participantes, con el fin de aportar conocimientos a la investigación. Toda la información brindada será manejada bajo estricta confidencialidad, por lo cual se le solicita sea sincero con sus respuestas.

**Instrucciones:** A continuación, tiene una serie de preguntas que incluyen diferentes aspectos relacionados con la inmigración, su tarea consiste en contestar marcando con una "X" en la respuesta con la que más se sienta identificado.

Escala de familia (1/3)		
<p>1. ¿Tiene familiares próximos que le ayuden con seguridad, en caso de necesidad?</p> <p>( ) Ningún familiar            ( ) Un familiar            ( ) Dos familiares            ( ) Más de dos familiares</p>	<p>*4. ¿Dejó padres ancianos en el país de origen?</p> <p>( ) Sí            ( ) No</p>	<p>7. Gravedad de la enfermedad de los padres:</p> <p>( ) Extrema / Grave            ( ) Moderada            ( ) Leve            ( ) No están enfermos</p>
<p>2. ¿Dejó hijos menores de edad en el país de origen?</p> <p>( ) Tres o más hijos            ( ) Dos hijos            ( ) Un hijo            ( ) No tengo hijos menores</p>	<p>5. ¿Hace cuánto tiempo dejó de ver a sus padres ancianos?</p> <p>( ) Más de un año            ( ) Entre 6 meses y un año            ( ) Menos de 6 meses            ( ) No son ancianos</p>	<p>8. ¿Hace cuánto tiempo dejó de convivir con su pareja?</p> <p>( ) Más de un año            ( ) Entre 6 meses y 1 año            ( ) Menos de 6 meses            ( ) Está con la pareja / No tiene pareja</p>
<p>3. ¿Tiene hijos enfermos en el país de origen?</p> <p>( ) Muy enfermos            ( ) Enfermedad grave            ( ) Enfermedad moderada            ( ) No están enfermos / No tiene hijo en el país de origen</p>	<p>*6. ¿Tiene padres enfermos?</p> <p>( ) Sí            ( ) No</p>	<p>9. ¿Su familia corre peligro para la familia en el país de origen?</p> <p>( ) Extremo            ( ) Muy grave            ( ) Grave            ( ) No existe peligro</p>

<b>Escala de familia (2/3)</b>		
<p>10. ¿Tiempo en el que su familia podría correr peligro al estar usted en este país?</p> <p><input type="checkbox"/> En los primeros seis meses de estar aquí</p> <p><input type="checkbox"/> Entre los 6 meses y 1 año de estar aquí</p> <p><input type="checkbox"/> Entre uno y dos años de estar aquí</p> <p><input type="checkbox"/> No existe peligro</p>	<p>14. ¿Tiene la posibilidad de enviar dinero a su familia?</p> <p><input type="checkbox"/> No puedo enviar nada</p> <p><input type="checkbox"/> Envío muy poco</p> <p><input type="checkbox"/> Envío poco</p> <p><input type="checkbox"/> Envío lo suficiente</p>	<p>18. ¿Cuenta con alguna institución que le ayude en situación de necesidad estando aquí?</p> <p><input type="checkbox"/> Ninguna</p> <p><input type="checkbox"/> Una institución</p> <p><input type="checkbox"/> Dos instituciones</p> <p><input type="checkbox"/> Tres o más instituciones</p>
<p>11. ¿Considera que es posible traer a la familia a este país?</p> <p><input type="checkbox"/> En absoluto</p> <p><input type="checkbox"/> Sería muy difícil</p> <p><input type="checkbox"/> Sería difícil</p> <p><input type="checkbox"/> Es posible</p>	<p>15. ¿Tuvo un proceso de divorcio o separación en el período de la migración?</p> <p><input type="checkbox"/> En los seis primeros meses de estar aquí</p> <p><input type="checkbox"/> Entre los seis meses y el año de estar aquí</p> <p><input type="checkbox"/> Más de 1 año de estar aquí</p> <p><input type="checkbox"/> Estaba ya separado antes de estar aquí</p>	<p>*19. ¿Sus padres están con usted en este país?</p> <p><input type="checkbox"/> Sí</p> <p><input type="checkbox"/> No</p>
<p>12. ¿Le preocupa que familiares cercanos a usted fallezcan y no pueda asistir al funeral?</p> <p><input type="checkbox"/> Le preocupa mucho</p> <p><input type="checkbox"/> Le preocupa regular</p> <p><input type="checkbox"/> Le preocupa poco</p> <p><input type="checkbox"/> No le preocupa</p>	<p>16. ¿Hay tensiones en sus relaciones familiares?</p> <p><input type="checkbox"/> Extremas</p> <p><input type="checkbox"/> Muy importantes</p> <p><input type="checkbox"/> Importantes</p> <p><input type="checkbox"/> No me afectan</p>	<p>20. ¿Desde hace cuánto sus padres tienen papeles migratorios?</p> <p><input type="checkbox"/> Más de un año</p> <p><input type="checkbox"/> Entre seis meses y un año</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de 6 meses</p> <p><input type="checkbox"/> Tienen papeles / Los padres están en el país de origen</p>
<p>13. ¿Con qué frecuencia tiene sentimientos de soledad?</p> <p><input type="checkbox"/> Frecuentemente</p> <p><input type="checkbox"/> Regularmente</p> <p><input type="checkbox"/> Pocas veces</p> <p><input type="checkbox"/> No me afectan</p>	<p>17. ¿Tiene amigos que le ayuden en situación de necesidad estando aquí?</p> <p><input type="checkbox"/> Ningún amigo</p> <p><input type="checkbox"/> Un amigo</p> <p><input type="checkbox"/> Dos amigos</p> <p><input type="checkbox"/> Tres o más amigos</p>	<p>21. ¿Hace cuánto dejó de convivir con sus padres?</p> <p><input type="checkbox"/> Más de año</p> <p><input type="checkbox"/> Entre seis meses y 1 año</p> <p><input type="checkbox"/> Menos de seis meses</p> <p><input type="checkbox"/> Está aquí</p>

<b>Escala de familia (3/3)</b>	
<p>22. Si sus padres están aquí, ¿han estado separados por migración u otras circunstancias?</p> <p>( ) Más de un año  ( ) Entre seis meses y un año  ( ) Menos de seis meses  ( ) No ha estado separado / No están aquí</p>	<p>23. ¿Han nacido hermanos en el país de origen, durante su estancia aquí?</p> <p>( ) Menos de 6 meses de estar aquí  ( ) Entre seis meses y un año de estar aquí  ( ) Entre uno y dos años de estar aquí  ( ) No ha tenido hermanos mientras ha estado aquí</p>

<b>Escala de estrés por la lengua, la cultura y la tierra (1/1)</b>		
<p>1. ¿Nivel de formación académico?</p> <p>( ) Analfabetismo  ( ) Semialfabetismo (se le dificulta leer y escribir)  ( ) Bajo nivel de formación académico  ( ) Formación académica básica</p>	<p>4. ¿Tiene alguna dificultad en la práctica de su religión?</p> <p>( ) Muy difícil  ( ) Difícil  ( ) Moderadas, menores  ( ) No hay dificultad / No profesa ninguna religión</p>	<p>7. ¿Considera que existe menos luz solar en este país?</p> <p>( ) Muchísimo más notorio  ( ) Cambio notorio  ( ) Ligero cambio  ( ) Igual</p>
<p>2. ¿Tiene alguna discapacidad del lenguaje / aprendizaje? (por ejemplo, dislexia):</p> <p>( ) Muy importante  ( ) Importante  ( ) Moderada, menor  ( ) Sin discapacidad</p>	<p>5. ¿En su cultura utiliza una vestimenta tradicional? Si es así, ¿qué tan difícil es tener acceso a ella en el país actual?</p> <p>( ) Muy difícil  ( ) Difícil  ( ) Moderadas, menores  ( ) No hay dificultad / No hay cambios relevantes</p>	<p>8. ¿Considera que el clima del país actual es más frío/caluroso que el de su país de origen?</p> <p>( ) Muchísimo más notorio  ( ) Cambio notorio  ( ) Ligero cambio  ( ) Igual</p>
<p>3. ¿Tiene acceso a aprender el idioma del país actual?</p> <p>( ) Acceso imposible  ( ) Acceso muy difícil  ( ) Acceso difícil  ( ) Acceso posible / Habla el mismo idioma que el país actual</p>	<p>6. ¿Se considera víctima del mal de ojo o mala suerte? Si es así, ¿con qué facilidad podría acceder a un curandero?</p> <p>( ) Ninguna posibilidad  ( ) Es muy difícil  ( ) Bastante difícil  ( ) Nada difícil</p>	<p>9. ¿Considera que existen prejuicios hacia su grupo como inmigrante en el país actual?</p> <p>( ) Muy intensos  ( ) Intensos  ( ) Moderados, menores  ( ) No existen</p>

<b>Escala por estatus social y los riesgos físicos (1/2)</b>		
<p>1. ¿Desde hace cuánto usted viaja sin documentos migratorios?</p> <p>( ) Hace más de un año  ( ) Entre 6 meses y 1 año  ( ) Menos de seis meses  ( ) Tiene documentos migratorios</p>	<p>5. ¿Considera que su trabajo actual es peligroso?</p> <p>( ) Muy peligroso  ( ) Peligroso  ( ) Existen situaciones de peligro  ( ) No hay situaciones de peligro / No tiene trabajo</p>	<p>9. ¿Tiene algún tipo de deuda económica con migración?</p> <p>( ) Tengo una deuda difícil de saldar  ( ) Tengo una deuda que podría saldar si trabajo lo suficiente  ( ) Tengo una deuda fácil de saldar  ( ) No tiene deudas</p>
<p>2. ¿Considera posible obtener los documentos migratorios estando en el país actual?</p> <p>( ) No ve ninguna posibilidad  ( ) Es muy difícil pero podría conseguirlos  ( ) Podrá conseguirlos  ( ) Está tramitándolos</p>	<p>6. ¿Ha tenido accidentes laborales desde que abandonó su país de origen?</p> <p>( ) Sí, con secuelas muy graves  ( ) Sí, con secuelas graves  ( ) Sí, pero sin secuelas  ( ) No ha tenido accidentes laborales / No ha trabajado desde que emigró</p>	<p>10. ¿Considera que su regreso al país de origen sería visto como un fracaso por parte de sus familiares y amigos?</p> <p>( ) Muy probablemente  ( ) Probablemente  ( ) Poco probable  ( ) No</p>
<p>3. ¿Hace cuánto tiempo usted está desempleado?</p> <p>( ) Hace más de 1 año  ( ) Entre 6 meses y 1 año  ( ) Menos de 6 meses  ( ) Tiene trabajo</p>	<p>7. ¿Se ha enfermado en su trabajo desde que abandonó su país de origen?</p> <p>( ) Sí, con secuelas muy graves  ( ) Sí, con secuelas graves  ( ) Sí, pero sin secuelas  ( ) No hay enfermedad laboral / No ha trabajado desde que emigró</p>	<p>11. ¿Tiene confianza en que su situación actual mejorará pronto?</p> <p>( ) No confía nada  ( ) Confía muy poco  ( ) Confía poco  ( ) Sí confía</p>
<p>4. ¿Cuáles son las condiciones de su trabajo actual?</p> <p>( ) Súper-explotación  ( ) Extremadamente duro  ( ) Muy duro  ( ) Normal / No tiene trabajo</p>	<p>8. ¿Abandonó su país de origen al fracasar en él?, si es así, ¿en qué grado le impactó?</p> <p>( ) Bastante  ( ) Moderadamente  ( ) Poco  ( ) No me afectó / No hubo fracaso en el país de origen</p>	<p>12. ¿Tenía expectativas cuándo abandonó su país de origen? si es así, ¿se cumplieron?</p> <p>( ) Se cumplieron totalmente  ( ) Se cumplieron en gran parte  ( ) Se cumplieron en parte  ( ) No se cumplieron</p>

<b>Escala por estatus social y los riesgos físicos (2/2)</b>		
<p>13. ¿Considera que sus expectativas eran excesivas?</p> <p>( ) Muy excesivas  ( ) Excesivas  ( ) Sólo en parte  ( ) No lo eran</p>	<p>14. ¿Padece alguna enfermedad? si es así, ¿cuál es la gravedad de su enfermedad?</p> <p>( ) Muy grave  ( ) Grave  ( ) Gravedad moderada  ( ) No es grave / No padece ninguna enfermedad</p>	<p>15. ¿Padece alguna discapacidad? si es así, ¿cuál es la gravedad de su discapacidad?</p> <p>( ) Muy grave  ( ) Grave  ( ) Moderada  ( ) No es grave / No padece ninguna discapacidad</p>

<b>Escala de grupo de pertenencia (1/2)</b>		
<p>1. ¿Cuál de los siguientes enunciados define mejor su situación en cuanto a la <b>alimentación</b>?</p> <p>( ) Paso hambre habitualmente  ( ) Paso hambre a veces  ( ) Me es difícil alimentarme adecuadamente  ( ) Me alimento adecuadamente</p>	<p>3. ¿Cuál de los siguientes enunciados define mejor su situación en cuanto al <b>acceso a los servicios de salud</b>?</p> <p>( ) Me he encontrado enfermo sin asistencia  ( ) Tengo dificultades para acceder a la asistencia médica  ( ) No me atienden adecuadamente cuando requiero asistencia médica  ( ) Tengo acceso a la asistencia médica</p>	<p>5. ¿Ha sufrido amenazas de mafias?</p> <p>( ) Muy graves  ( ) Graves  ( ) Moderadas, menores  ( ) No he sufrido amenazas</p>
<p>2. ¿Cuál de los siguientes enunciados define mejor su situación en cuanto a la <b>vivienda</b>?</p> <p>( ) He vivido en la calle o en infravivienda (vivienda que no reúne las condiciones mínimas de habitabilidad requeridas)  ( ) Vivo en muy malas condiciones, hacinamiento, etc.  ( ) Ausencia de calefacción, agua caliente, etc.  ( ) La vivienda es adecuada</p>	<p>4. ¿Ha estado expuesto a alguna situación que ponga en peligro su vida durante el viaje migratorio?</p> <p>( ) Riesgo extremo (nafragio, posible muerte)  ( ) Situaciones de peligro (secuestro, violencia sexual y física)  ( ) Situaciones de riesgo (asalto, extorsión)  ( ) No he vivido peligro</p>	<p>6. ¿Ha sufrido agresiones racistas (físicas o verbales)?</p> <p>( ) Muy graves  ( ) Graves  ( ) Moderadas, menores  ( ) No he sufrido</p>

**Escala de grupo de pertenencia (2/2)**

<p>7. ¿Ha estado retenido por no tener papeles?, si es así, ¿durante cuánto tiempo?</p> <p>( ) Más de 1 mes          ( ) Entre 1 semana y 1 mes          ( ) Menos de 1 semana          ( ) No he estado retenido</p>	<p>8. ¿Ha sufrido malos tratos, situaciones de violencia extrema o abusos sexuales en el país de origen o aquí?</p> <p>( ) Muy graves          ( ) Graves          ( ) Moderados, menores          ( ) No he sufrido</p>
---	--

**Factores epidemiológicos (1/1)**

<p>1. ¿Cuántos años tiene?</p> <p>( ) Tengo más de 50 años          ( ) Tengo entre 40 y 50 años          ( ) Tengo entre 30 y 40 años          ( ) Tengo entre 18 y 30 años</p>	<p>2. ¿Tiene alguna limitación física o mental que le impida ser independiente?</p> <p>( ) Muy grandes limitaciones          ( ) Grandes limitaciones          ( ) Limitaciones menores          ( ) No tiene limitaciones</p>
--	--

**Otras variables (1/1)**

<p>1. ¿Cuál de los siguientes enunciados define mejor su situación en cuanto a su <b>historia infantil</b>?</p> <p>( ) Mi infancia fue muy traumática          ( ) Mi infancia fue traumática          ( ) Mi infancia fue difícil          ( ) Mi infancia fue normal</p>	<p>2. ¿Vino siguiendo a otros familiares? Si no estuvieran ellos aquí, ¿usted habría venido?</p> <p>( ) De ninguna manera          ( ) Me hubiera costado muchísimo          ( ) Me hubiera costado mucho          ( ) No me hubiera costado venir / No vine siguiendo otros familiares</p>	<p>3. ¿Padece síntomas psicológicos (tristeza profunda, ansiedad o confusión) tras venir aquí?</p> <p>( ) Muy intensos          ( ) Intensos          ( ) Moderados, menores          ( ) Leves</p>
--	---	---



<b>Vulnerabilidad (1/1)</b>		
<p>1. ¿Es usted una persona tímida?</p> <p>( ) Muchísimo ( ) Mucho ( ) Bastante ( ) Poco</p>	<p>3. ¿Es usted una persona indecisa?</p> <p>( ) Muchísimo ( ) Mucho ( ) Bastante ( ) Poco</p>	<p>6. ¿Considera que suele negar sus problemas? Si es así, ¿con qué frecuencia?</p> <p>( ) Muchísimo ( ) Mucho ( ) Bastante ( ) Poco</p> <p>*7. Ante un problema, ¿de qué manera lo soluciona?</p> <p>( ) Lo evade ( ) Aplaza la decisión ( ) Pide ayuda ( ) Lo resuelve</p>
<p>2. ¿Es usted una persona desconfiada?</p> <p>( ) Muchísimo ( ) Mucho ( ) Bastante ( ) Poco</p>	<p>4. ¿Es usted una persona dependiente?</p> <p>( ) Muchísimo ( ) Mucho ( ) Bastante ( ) Poco</p> <p>*5. ¿Se siente más cómodo con la compañía de otras personas?</p> <p>( ) Muchísimo ( ) Mucho ( ) Bastante ( ) Poco</p>	<p>8. ¿Tiene usted mala imagen de sí mismo o baja autoestima?</p> <p>( ) Muchísimo ( ) Mucho ( ) Bastante ( ) Poco</p>

<b>Factores protectores (1/1)</b>	
<p>1. ¿Práctica alguna religión? si es así, ¿en qué medida la práctica?</p> <p>( ) Muy frecuentemente ( ) Frecuentemente ( ) Poco</p>	<p>2. ¿Tiene pareja con nacionalidad mexicana o del país destino?</p> <p>( ) Sí ( ) No</p>

#### 4. Escala Ulises

##### Escala Ulises

	Vulnerabilidad		Estresores	
<b>Duelo por la familia</b>	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	
<b>Duelo por la lengua</b>	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	
<b>Duelo por la cultura</b>	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	
<b>Duelo por la tierra</b>	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	
<b>Duelo por el estatus social</b>	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	
<b>Duelo por el grupo de pertenencia</b>	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	
<b>Duelo por los riesgos físicos</b>	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	

<b>Recuento</b>			
	<b>Simples</b>	<b>Complicados</b>	<b>Extremos</b>
Vulnerabilidad			
Estresores			
Duelos			

<b>Observaciones</b>	
Factores protectores	
Factores culturales	
Factores agravantes	
Factores subjetivos	
Otros factores	
Comentarios generales	