



# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA  
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia

Manuscrito Recepcional  
Programa de Profundización en Psicología Clínica

Efectos psicológicos del proceso migratorio. Una revisión teórica de los aspectos más relevantes a considerar en la atención psicológica con migrantes mexicanos hacia Estados Unidos.

Revisión Teórica

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

María de los Ángeles García Domínguez

Director: Mtro. José Manuel Rizo Diego

Dictaminadores: Dr. David Javier Enríquez Negrete

Lic. Blanca Delia Arias García

Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, 29 de mayo de 2020.





Universidad Nacional  
Autónoma de México



**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.

## **Agradecimientos**

A Marco Antonio y María Andrea, los mejores hijos que Dios puso en mis manos, por ser mi inspiración a este gran reto, por su paciencia y apoyo para lograrlo.

A mis Sinodales porque son el perfecto ejemplo de como ser un gran profesional en Psicología.

A mis amigas y compañeras por caminar junto a mi en esta aventura maravillosa.

A Dios por cada ser que cruzo en mi vida y me dejo un aprendizaje.

A mi amada UNAM

## Índice

|  |    |
|--|----|
| Resumen.....   | 1  |
| Abstract .....   | 1  |
| Introducción .....   | 2  |
| Declaratoria Universal de los Derechos Humanos y Migración ..... | 5  |
| Protocolos de Atención a Migrantes en México .....               | 6  |
| Migración y Salud Mental como Derechos Humanos .....             | 11 |
| Movilidad Migratoria .....                                       | 12 |
| Migración en Latinoamérica .....                                 | 13 |
| Migración en México .....  | 14 |
| Duelo Migratorio.....  | 16 |
| El Duelo .....   | 16 |
| Características del Duelo Migratorio .....                       | 18 |
| Etapas del Duelo Migratorio .....                                | 19 |
| Elaboración del duelo.....                                       | 19 |
| Etapas de la elaboración del duelo migratorio. ....              | 20 |
| Efectos en los Migrantes .....                                   | 21 |
| Efectos Psicológicos del Proceso del Duelo Migratorio .....      | 21 |
| Conclusiones .....   | 27 |
| Referencias.....   | 29 |

## Resumen

La legislación en derechos humanos en relación a la migración ordena la implementación de acciones en la atención en salud mental, en todos los Estados miembros de la ONU. La migración tiene un impacto en la salud mental debido a diversos factores que contienen elementos sociales, económicos, de identidad, educativos, subjetivos o de desinformación.

Para analizar la implementación de las acciones en materia de derechos humanos en salud mental, se investigan protocolos de atención en materia migratoria. Se expone información globalizada de los factores que influyen en el fenómeno de la migración, así como los efectos negativos hacia la salud mental del migrante, cuando desarrolla un duelo complicado al enfrentar las pérdidas sustanciales, se describen los efectos psicológicos que se pueden presentar, se analizan los componentes del proceso del duelo migratorio y sus repercusiones en el migrante. En psicología se tiene la posibilidad de ampliar los conocimientos específicos que impactan en la salud mental de las personas que eligen la migración como opción para mejorar sus condiciones de vida.

Palabras clave: Duelo, migratorio, pérdida, ansiedad, estrés, miedo, depresión, angustia.

## Abstract

Human rights legislation in relation to migration mandates the implementation of actions in mental health care, in all UN member states. Migration has an impact on mental health due to various factors that contain social, economic, identity, educational, subjective or disinformation elements.

In order to analyze the implementation of actions in the field of human rights in mental health, care protocols in migratory matters are investigated. Globalized information on the factors that influence the migration phenomenon is exposed, as well as the negative effects on the migrant's mental health when he develops a complicated grief when facing substantial losses, the psychological effects that can be presented are described, the components of the migratory grief process and its repercussions on the migrant. In psychology there is the possibility of expanding the specific knowledge that impacts the mental health of people who choose migration as an option to improve their living conditions.

Keywords: Grief, migratory, loss, anxiety, stress, fear, depression, anguish

*“¿De dónde soy? Soy de mi infancia...”  
-Sabes... cuando uno se encuentra tan triste,  
gustan las puesta de sol...  
Antoine de Saint-Exupéry  
El Principito*

## Introducción

Este estudio tiene como objetivo revisar protocolos de atención a migrantes, con énfasis en la atención psicológica al duelo migratorio. En el tema de la migración de ciudadanos mexicanos en movilidad hacia los Estados Unidos de Norteamérica, se deben considerar todos los aspectos relacionados con la emigración desde un punto de vista integral, es necesario analizar los diferentes contextos involucrados con las personas a partir de que son ciudadanos mexicanos, también es relevante realizar un análisis más profundo para determinar las diferentes variables: sus datos biográficos, situación socioeconómica, estado de salud general, motivo de la decisión de migrar, recursos integrales con los que cuenta, redes de apoyo, así como los efectos emocionales y psicológicos que los afectan.

Cada año la cantidad de mexicanos, que intentan conseguir una vida mejor “al otro lado” va en aumento, actualmente salen migrantes de todos los rincones de México para dirigirse a Estados Unidos, los flujos migratorios se han acelerado inusitadamente en las últimas décadas y en la actualidad se cuantifican sobre 12 millones de migrantes nacidos en México (Alba, Castillo y Verduzco, 2010). Los países receptores de migrantes están ante un problema emergente de salud mental, por lo que se hace necesario que los profesionales de la salud mental estén preparados a profundidad en los efectos psicológicos que afectan a los migrantes para ofrecer la atención apropiada (Martínez y Martínez, 2006).

Las personas se ven estimuladas para realizar una aventura hacia el llamado “sueño americano”, a través de comentarios de otros migrantes, de las familias de emigrados o de las redes de apoyo sociales residentes en Estados Unidos, sobre las oportunidades laborales y la oportunidad de obtener un pago en dólares por su trabajo, lo que se convierte en un atractivo no solo para el futuro migrante, sino también para la familia, que se entusiasma con la idea de

mejorar sustancialmente los ingresos y con ello acceder a una mejor vida para todos. Existe una gran influencia de múltiples factores externos implicados en el fenómeno de la migración, aunados a ellos están las características asociadas a la personalidad, que hace la diferencia para recorrer la travesía hasta el destino; tienen la percepción de que existen mejores oportunidades económicas en otra región (Orozco, 2013).

El Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social, para el 2018 informó que en México había 52.4 millones de personas en situación de pobreza, reportó que el indicador con mayor porcentaje de carencia es el referente al acceso a la seguridad social (CONEVAL, 2018). En el estudio de Diez-Martínez y Naféz (2017) encontraron que los jóvenes desean reunificar a la familia, solventar gastos familiares, buscar oportunidades de trabajo, debido a que en varios casos, el padre trabaja en el extranjero y por su estatus migratorio de ilegalidad no pueden entrar o salir libremente del país de residencia, por lo que los jóvenes deciden dejar sus hogares en entidades aquejadas por la pobreza, la violencia social o por la disfuncionalidad familiar.

La Declaratoria Universal de los Derechos Humanos es acordada por los estados miembros de la ONU, con la finalidad de establecer los derechos humanos fundamentales que deben protegerse en el mundo entero. En el artículo 13, menciona el derecho a la libre circulación y en el artículo 25 hace referencia al derecho a la salud (ONU). En México la Comisión Nacional de Derechos Humanos emite las recomendaciones para que las diferentes instituciones lleven a cabo las acciones necesarias para dar cumplimiento a los tratados internacionales, para el caso de los derechos de los migrantes se desprende la creación del Instituto Nacional de Migración, instancia que es la encargada de normar y vigilar el cumplimiento de las directrices en la materia de migración. Cada Entidad federativa lleva a cabo

las acciones conducentes y la elaboración de sus propios protocolos para la atención a la población migrante.

Los migrantes ante la emoción de un cambio de vida para mejorar las condiciones en que vive la familia, tendrán que enfrentar los requerimientos que implica el proceso de migrar a un país con una cultura muy diferente, otro idioma, también enfrentan discriminación racial, que se presentarán ligados a la separación de su familia (Alba, Castillo y Verduzco, 2010). El recorrido hacia la búsqueda de una vida mejor inicia con la despedida de la familia y el desprendimiento de todos los bienes materiales y emocionales con los que el migrante cuenta hasta ese momento. Iniciarán un proceso que lleva implícito el inicio de un duelo con características muy específicas que la mayoría de las veces, se presenta complicado por las circunstancias particulares de cada persona migrante (González, 2005). Este estudio tiene como objetivo revisar protocolos de atención a migrantes destacando la atención psicológica, dado que los migrantes están en riesgo de presentar efectos psicológicos que pueden llegar a depresión crónica (Achotegui, 2009).

El duelo en el migrante conlleva pérdidas significativas que frecuentemente interfieren en la elaboración de un proceso de duelo saludable, dadas las circunstancias personales del migrante la sintomatología que desarrolla es particular y en este orden de ideas, la atención psicológica al migrante se debe otorgar a través de un protocolo específico para migrantes, ya que además de considerar variables como la edad y el género, se deben incluir la historia personal del paciente así como la cultura de origen. Los profesionales involucrados en la atención a la salud mental de los migrantes, al incluir en la evaluación el perfil de cada migrante, le proporcionarán una atención integral ya que el proceso de afrontamiento es diferente para cada persona (González, 2005).

## **Declaratoria Universal de los Derechos Humanos y Migración**

En el año 1948, en París, la asamblea general de las Naciones Unidas proclamó la Declaración Universal de los Derechos Humanos. La Declaratoria contempla su aplicación universal y efectiva en todos los Estados Miembros de la Organización de las Naciones Unidas y en sus jurisdicciones (ONU). Considera los derechos inalienables a la persona, derechos a la no discriminación, a la igualdad de la protección de la ley, a tener una ciudadanía, a la familia, la salud y el bienestar; entre otros, el artículo 13-1 a la letra dice: Toda persona tiene derecho a circular libremente y a elegir su residencia en el territorio de un Estado y el artículo 13-2 establece el derecho que toda persona tiene a circular libremente tanto como a elegir su residencia en el territorio de un Estado, incluido su “derecho a salir de cualquier país, incluso el propio, y a regresar a su país” (Pécoud y Guchteneire, 2005) (ONU). La emigración se reconoce como un derecho fundamental, no así el derecho a la inmigración, el cual es cuestionable dada la falta de sus posibilidades por las importantes restricciones que impiden migrar a otro país, es así que “la emigración se reconoce como un derecho humano en tanto que la inmigración es una cuestión de soberanía nacional” (Pécoud y Guchteneire, 2005).

A pesar de que las Naciones Unidas proclaman la Declaratoria de los Derechos Humanos, es una realidad que la posibilidad de realizar la migración, es un privilegio distribuido de manera desigual entre los seres humanos, ya que para los ciudadanos de los países desarrollados la posibilidad de viajar y asentarse casi en cualquier lugar del mundo es un hecho, no así para los ciudadanos de países menos desarrollados, lo cuales dependen de la dudosa expedición de visas y la dificultad de que se les otorguen permisos de residencia para migrar (Pécoud y Guchteneire, 2005).

Para dar cumplimiento a los acuerdos internacionales, el gobierno federal mexicano ha implementado programas específicos para la atención al migrante mediante el Instituto Nacional de Migración (INM), el cual tiene como objetivo fundamental brindar protección, seguridad, atención y apoyo a los mexicanos repatriados y a los migrantes en tránsito por ingreso o salida sin importar edad, sexo, nacionalidad ni situación migratoria.

El Art. 8 de la Ley de Migración (DOF, 2019) contempla en lo general que los migrantes tendrán derecho a recibir cualquier tipo de atención médica, provista por los sectores público y privado, independientemente de su situación migratoria, conforme a las disposiciones legales y reglamentarias aplicables. Para el cumplimiento de esta Ley, se refiere a las Normas para el funcionamiento de las Estaciones Migratorias y Estancias Provisionales del Instituto Nacional de Migración en su artículo 24, frac. III, el que expresamente se refiere a personas extranjeras, las cuales tendrán derecho a recibir atención médica, psicológica y asesoría legal. Así mismo el INM deberá proporcionar por sí o por conducto de otras instituciones (Secretaría de Salud, DIF Estatal, Secretaría de Bienestar), asistencia psicológica a las personas alojadas en las estancias en el caso de ser víctimas de delitos sexuales, trata de personas, secuestro, tortura u otra causa que lo justifique.

### **Protocolos de Atención a Migrantes en México**

En México, las diferentes entidades federativas y gubernamentales han desarrollado sus propios protocolos de atención al tema de los migrantes, y con ello dan cumplimiento a los acuerdos y tratados internacionales para la protección a los migrantes.

La Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal (CDHDF) desarrolla el Protocolo para la atención humanitaria de emergencia a personas migrantes y/o sujetas de

protección internacional en la Ciudad de México. Este documento incluye las acciones de coordinación y planeación para la atención a contingentes que viajan desde la frontera sur de México, así mismo realiza un monitoreo constante de la ruta del grupo para obtener un diagnóstico certero de las características y necesidades de la población que arribará a la Ciudad de México. En el área de atención a la salud mental realizan acciones orientadas a trabajar el estrés, las crisis, la depresión y las afectaciones derivadas de alguna forma de violencia de la que las personas hayan sido víctimas a nivel individual o grupal (CDHDF, 2019). La CDH emite recomendaciones para que el INM, como instancia de gobierno, implemente “medidas cautelares para salvaguardar la integridad física, psicológica, estado de salud y la vida de personas migrantes alojadas en estaciones migratorias, estancias provisionales y albergues de ese instituto” (CNDH, Comunicado de Prensa DGC/081/2020).

El INM cuenta con los Centros de Asistencia Social que son responsables de garantizar la integridad física y psicológica de las niñas, niños y adolescentes extranjeros no acompañados bajo su custodia, mientras se determina su situación migratoria. Para cumplir con este ordenamiento emitió el Modelo Tipo de Atención Integral de Centros de Asistencia Social para Niñas, Niños y Adolescentes. En este documento se especifican las etapas para la intervención y atención a niñas, niños y adolescentes, en cada etapa define las acciones paso a paso y las habilidades del personal para la atención de los menores, alineados con la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes. Se desglosan de manera general cada una de las etapas del modelo, para articular el proceso de transformación de la persona a partir de sus necesidades y deseos (INM. Agosto y Octubre, 2016). Este Protocolo aunque menciona que se puede adecuar a las legislaturas estatales, no está avalado por un proceso o un procedimiento para su aplicación en las instituciones de atención en salud, su aplicación se limita a los Centros

de Atención Social. Por lo que, si un menor migrante requiere los servicios de salud, se le otorga el servicio pero esta atención es general y se basa en los protocolos estandarizados de la Secretaria de Salud. Tampoco incluye atención especializada para la detección e intervención en el caso de estrés crónico, presente en migrantes con un duelo complicado, ya que sólo está dirigido a la atención de víctimas por violencia.

La Organización Internacional para las Migraciones México en coordinación con el Estado de Puebla a través del Instituto Poblano de Asistencia al Migrante (IPAM) y la delegación en Puebla del INM, desarrollaron el Protocolo de Atención para la Reintegración de Personas Migrantes en Retorno y Dreamers al estado de Puebla. Es una herramienta para promover los derechos de las personas migrantes en retorno a la entidad (CDHPuebla, 2018). Este protocolo es muy puntual en la integración de los factores que deberán atender los servidores públicos, delineando sus procedimientos de actuación para proveer la asistencia para la reinserción laboral y protección a los migrantes poblanos que retornan al Estado de Puebla, sin embargo se puede observar que omiten incluir en la reintegración del migrante, la atención y orientación a los miembros de la familia que lo reciben, así como también omiten la posibilidad de atender al migrante por los efectos específicos del estrés crónico.

El estado de San Luis Potosí (2015-2018) elaboró el Protocolo de Actuación para Atender Personas Migrantes Víctimas de Delitos o de Violaciones a Derechos Humanos, como una herramienta complementaria que busca mejorar los servicios de ayuda, atención y asistencia, de una población en alto grado de vulnerabilidad; Su objetivo es

Generar una ruta de atención concreta, para conocer los pasos a seguir cuando se presente una persona migrante extranjera o nacional víctima de un delito o de violaciones a derechos humanos, ante una institución

pública, privada o de la sociedad civil, para su correcta y oportuna canalización ante la Comisión Ejecutiva Estatal de Atención a Víctimas y solicité las atenciones, el servicio y el apoyo que brinda la Comisión. (CEEA, 2017, p. 16).

El Protocolo del Estado de San Luis Potosí, aunque incluye la atención psicológica, solo menciona que será otorgada como parte del plan de atención prioritaria de primer contacto para atender la emergencia, si el migrante presenta inestabilidad emocional por motivo de un hecho victimizante o por el hecho del mismo trayecto. Esta asistencia se le otorgará en la Comisión Ejecutiva Estatal de Atención a Víctimas, sin embargo no incluye la atención a migrantes que sufren de estrés crónico, ya que su especialidad es la atención de migrantes que han sufrido de violencia.

La Iniciativa Kino para la Frontera (IKF) elaboró un Manual de Atención a Personas Migrantes como una guía básica para realizar el primer contacto con personas migrantes víctimas de algún delito en el contexto de las repatriaciones así como a las deportaciones de no mexicanos desde Estados Unidos en el Estado de Sonora. Es un manual que tiene la intención de ayudar a las organizaciones y las dependencias gubernamentales para que otorguen una asistencia más sensibilizada a los y las migrantes que llegan a Nogales, Sonora. Desarrolla recomendaciones generales para la entrevista inicial encaminadas para que las personas se sientan comprendidas, no juzgadas, seguras y sin incertidumbre (IKF, 2012). Esta guía contiene indicaciones generales para el personal de primera línea sobre el levantamiento de la entrevista, se limita a clasificar la problemática individual y las necesidades del migrante pero no desarrolla un flujo de atención hacia las instancias correspondientes, por lo que no define hacia donde referirán al migrante. Por

lo anterior, es un protocolo que no incluye atención específica en duelos complicados por la migración.

El Estado de Guanajuato a través de la Secretaria del Migrante y Enlace Internacional, publica en 2019 el Protocolo de Acciones para Atender a Migrantes Jornaleros Agrícolas (PeMiJoAg) ya que es un Estado receptor de migrantes nacionales que emigran para laborar en la siembra, cosecha, recolección y preparación de productos agrícolas. En este protocolo es notable la determinación para que los establecimientos de salud se ajusten a la cosmovisión de los pueblos originales, flexibilizando la implementación de prácticas médicas. En el rubro de salud garantiza la calidad, accesibilidad y confiabilidad, cabe hacer notar que no se especifica la atención en salud mental. El protocolo pretende mantener, cumplir y garantizar todos los derechos de los jornaleros agrícolas migrantes (SMEI, 2019).

Guanajuato además cuenta con un Protocolo de Acciones para Atender a Personas y Caravanas Migrantes en Tránsito, el cual es un “Protocolo General” que permite articular las acciones que las dependencias, instituciones u organizaciones de la sociedad civil deben llevar a cabo para atender, de la mejor manera posible, las movilizaciones masivas o individuales de las personas migrantes en tránsito por Guanajuato, mediante las acciones de promoción, protección, respeto y garantía de los derechos humanos, y de conformidad con los principios de universalidad, aunque de igual manera tampoco especifica la atención en salud mental (SMEI, 2020).

Es necesario que en la actualización de los protocolos de atención se consideren los factores propios de la migración que afectan a los migrantes, Hirai (2015, p. 79) alude que “la migración no solo es un desplazamiento físico sino también es un desplazamiento de emociones y significados, del cual surgen nuevas prácticas espaciales que transforman la realidad social”.

Estos cambios que se enfrentan en la migración, la convierten en un factor de riesgo si el emigrante padece una enfermedad o discapacidad y sí durante el proceso migratorio enfrenta un ambiente hostil, o ambas situaciones. Por otro lado, la migración de mexicanos a Estados Unidos es un proceso dinámico en el que interactúan diversos factores, entre los cuales se encuentran las redes sociales y familiares, la operación de estas complejas redes vinculan los lugares de origen con los de destino facilitando la experiencia migratoria de los mexicanos en los Estados Unidos (Turián, 2000). Las personas pueden abandonar su territorio físicamente, sin que con ello pierdan su referencia simbólica y subjetiva, ya que la conservan a través de la comunicación a distancia, la memoria, el recuerdo y la nostalgia. Al emigrar las personas lejos de su territorio, frecuentemente se llevan “la patria adentro” (Giménez, 2015).

Cualquiera que sea la razón que llevó a la persona a convertirse en migrante lo coloca en una situación en la que pierde su lugar de residencia, su ámbito productivo y su red de relaciones sociales. Las pérdidas son múltiples ya que, por otro lado también pierden su relación con el territorio y ven arrebatado el referente de su identidad personal y social (Ocampo, 2014).

### **Migración y Salud Mental como Derechos Humanos**

El derecho a la libre circulación aunque está contenido en la Declaratoria Universal de los Derechos Humanos, en la realidad está restringida por el control en las fronteras, se presentan dos paradigmas, por un lado la necesidad de garantizar la seguridad nacional y la soberanía, por el otro lado la seguridad humana en la interdependencia de los países concentrada en los aspectos económicos de los migrantes: salud, alimentación, educación y condiciones de trabajo. Los países receptores de migrantes inquietos por la porosidad de sus fronteras, han desarrollado estrategias para limitar la circulación, así mismo limitan los permisos para el ingreso a sus

territorios (Pécoud y Guchteneire, 2005). Para abordar el tema de la migración y cumplir con las recomendaciones de la ONU, en especial sobre los derechos humanos en el tema de la salud mental de los migrantes, se deben considerar las situaciones que causan, provocan o motivan a una persona para que se aparte de la vida que conoce desde su nacimiento. Orozco (2013) describe los motivos económicos, sociales, políticos e individuales que los llevan a emigrar hacia los Estados Unidos, en el estudio de Diez-Martínez y Naféz refieren los motivos de migración en jóvenes asociados a que sus padres están en el extranjero como ilegales y sin posibilidad de retornar, además de la pobreza que no les da la posibilidad de continuar sus estudios más allá de la secundaria, la violencia social, o por la disfuncionalidad familiar. En el caso de las mujeres, Alba, Castillo y Verduzco (2010) mencionan que entre los factores que mueven a las mujeres a migrar, aunado a mejorar el nivel de vida familiar, destacan el deseo de apartarse de las formas patriarcales y controles sociales opresivos para ellas, como el que los parientes las disponen como de mano de obra gratuita, entre otros factores.

### **Movilidad Migratoria**

La movilidad migratoria tiene una historia muy antigua y por lo tanto ha sido estudiada desde muy diferentes enfoques como son el económico, político, demográfico, estadístico, laboral, legal; no obstante, desde el punto de vista de la persona como individuo, es un tema más complejo en tanto la diversidad de los seres humanos y sus propios contextos. Las personas deciden emprender el proceso de migración teniendo como propósito, en cualquier caso, mejorar su calidad de vida. El incentivo que supone la persona es el que la migración mejorará su situación de vida, tanto la personal como la familiar, aunque en realidad la emigración provoca pérdidas y ganancias. La región de expulsión pierde mano de obra calificada y no calificada,

pero, por otro lado las ganancias se verán reflejadas en la recepción de remesas, que como estrategia de ingresos cumple con ese objetivo (Alba, Castillo y Verduzco, 2010).

### **Migración en Latinoamérica**

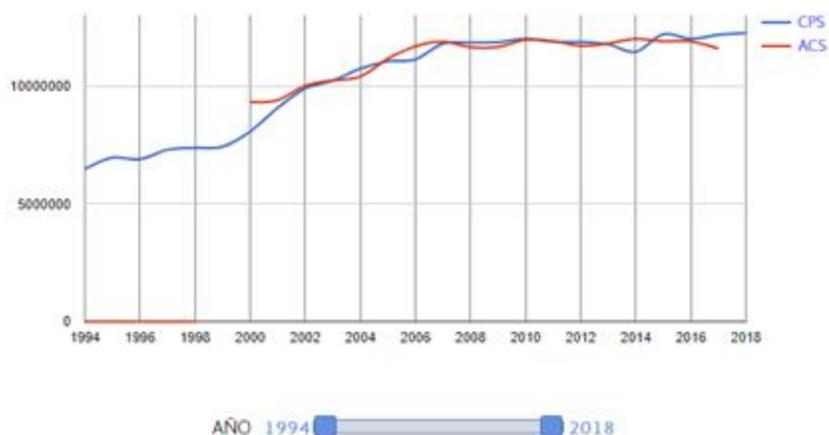
En Latinoamérica, el modelo económico desigual y globalizado actual ha agudizado la pobreza generando problemas sociales y por lo tanto ha incrementado el flujo migratorio. Es así que en el caso de los migrantes latinoamericanos, la movilización en el aspecto económico se debe a la búsqueda de mejorar sus empleos e ingresos, en los aspectos culturales para la mejora de la educación y la otra causa es la búsqueda para mejorar su calidad de vida, vivir dignamente, con seguridad y mejores servicios (Escobar, Hurtado, Pimentel, Rodríguez y Santamaría, 2008). Orozco (2013) reportó que en estudios de diferentes países, de manera consistente, las condiciones económicas son determinantes en el proceso de emigrar hacia otro país (Bacallao y Smokowski, 2007; González, coord., 2002; Rumbaut, 1994). También menciona particularmente, que la decisión final de emigrar desde México hacia Estados Unidos está vinculada al crecimiento de la agricultura, la construcción y otros sectores económicos en ese país, durante los últimos años (Browning y Zenteno, 1993; Rivera-Batiz, 1999; Verduzco, 1995). Orozco (2013) señala que en el estudio de Chávez, Flores y López (1989) indican que una de las principales motivaciones para emigrar de México a Estados Unidos es la gran diferencia de salarios, el sueldo de una semana en México, lo obtienen en casi cinco horas de trabajo en Estados Unidos.

Por otro lado, se observa la migración por violencia, la cual es un fenómeno que se ha manifestado en las últimas décadas del siglo veinte y en lo que llevamos de este. Millones de latinoamericanos se han visto obligados a huir de sus lugares de origen para escapar de la

desigualdad, la pobreza, los conflictos armados y del narcotráfico, problemáticas que amenazan sus vidas y vulneran sus derechos humanos (Ocampo, 2014).

### **Migración en México**

En el caso de México, el Instituto de los Mexicanos en el Exterior (IME) tiene como actividad prioritaria conjuntar la información estadística de la población mexicana en el exterior. Para el año 2017 se reportaron 11,847,537 personas en el exterior, de los cuales 97.23% radican en Estados Unidos de América. Es necesario mencionar que los nacionales mexicanos no están obligados a registrarse ante las representaciones diplomáticas o consulares, estas cifras sólo reflejan el número de quienes decidieron registrarse por lo que los datos deben considerarse como aproximaciones. En algunos casos se refieren a las cifras oficiales de los censos de algunos países, que en el caso de Estados Unidos la fuente es del United States Census Bureau, American Fact Finder del 2016 American Community Survey 1 Year Estimates, (IME, 2018). Si consideramos que para el 2018 la CPS (Current Population Survey) reporta una cifra de mexicanos en Estados Unidos de 12.3 millones de mexicanos (IME, 2019) es un indicativo del aumento en el flujo migratorio, entonces estamos ante una situación de riesgo en la salud mental de un mayor número de mexicanos expuestos a las implicaciones del proceso migratorio. También cabe mencionar que las cifras recopiladas por las diferentes instituciones, no necesariamente contienen el 100% de los migrantes ilegales, por lo que estas cifras podrían ser aún mayores (Fig. 1).



*Figura 1. Población Nacida en México Residente en Estados Unidos (CPS 1994-2018) (ACS 2000-2017). Por año de captación y fuente de información: (CPS 1994 - 2018) y (ACS 2000 - 2017) Fuente: Estimaciones del CONAPO con base en U.S. Census Bureau, Current Population Survey (CPS) 1994-2018. American Community Survey (ACS), 2000-2017. Integrated Public Use Microdata Series (IPUMS) EUA, Minneapolis: Universidad de Minnesota. En: [http://www.omi.gob.mx/es/OMI/11\\_Poblacion\\_nacida\\_en\\_Mexico\\_residente\\_en\\_Estados\\_Unidos\\_CPS\\_1994-2018\\_ACS\\_2000-2017](http://www.omi.gob.mx/es/OMI/11_Poblacion_nacida_en_Mexico_residente_en_Estados_Unidos_CPS_1994-2018_ACS_2000-2017)*

En 1998, Massey y colaboradores (Bretones y González-González, 2011) argumentan que en la decisión de emigrar interviene la familia y no solo la persona que será el futuro migrante, así mismo en conjunto, seleccionarán el destino de llegada del migrante dentro de las redes familiares con las que cuentan y que residen en el extranjero; por lo que el proceso es colectivo y con una base subjetiva la cual se va dando a través de las redes de opiniones e intereses. Las personas antes de emigrar se desenvuelven en un entorno conocido de toda la vida, es en ese espacio en el que está inserta la persona, en el que el contexto social determinará las creencias y la identidad; en consecuencia la experiencia de la migración es un proceso que implica un cambio del ambiente en el que se ha desarrollado la persona durante toda la vida (Bretones y González-González, 2011), además implica dejar a la familia y durante el

proceso transformará su identidad. Al inicio de este proceso de emigración, las personas se estimulan a sí mismas imaginando cómo será la nueva vida, se preparan para el cambio soñando con un futuro concebido a partir de la información, no muy precisa y por demás limitada, de cómo funcionan las cosas en el país de destino Diez-Martínez y Naféz, (2017)

## **Duelo Migratorio**

### **El Duelo**

El duelo es un término polisémico y en este caso utilizamos el sentido que proviene del vocablo latín *dolus* que significa dolor, aflicción, lástima; González (2005) lo define como “La respuesta emotiva a la pérdida de alguien o de algo”, es algo que tiene un comienzo y un fin dentro del proceso de reorganización del sistema familiar. Cuando las personas enfrentan cualquier tipo de pérdida, manifiestan un profundo abatimiento, pierden el interés por el mundo exterior, disminuye su capacidad de amar y en general presentan una inhibición de la actividad, sin embargo, cada persona lo vive de manera diferente dados los recursos personales, las redes sociales de apoyo, las condiciones de vida, etcétera. González (2005) también menciona que cada pérdida supone un duelo, cuya intensidad dependerá de lo significativo del valor que se le atribuye al objeto-persona, por lo que, cuanto mayor sea el apego mayor dolor se generará por la pérdida.

El duelo es un proceso psicológico que se pone en marcha debido a una pérdida, es un proceso que frecuentemente se elabora de manera adecuada en virtud de que en el transcurso del tiempo, las personas han socializado las habilidades necesarias para afrontarlo con el nuevo equilibrio y con el cambio en la estructura familiar; este proceso de afrontamiento no siempre se lleva a cabo por igual en todas las personas (González, 2005).

El fenómeno migratorio produce efectos en las personas que son tan variables como múltiples son los factores a los que se enfrentan. Lograr mantener un equilibrio emocional dependerá así mismo de los recursos personales con los que cuentan los migrantes antes y durante el proceso migratorio. Los migrantes se ven expuestos a traumas y adversidades, además de la enorme cantidad de pérdidas que conlleva, provocándoles sufrimiento por dejar el país de origen, a esa manifestación se le ha llamado como el fenómeno del *duelo migratorio*, el cual cada persona lo vive de manera diferente ya que influyen diversos factores, por lo que se convierte en un proceso complejo y que se acompaña por el riesgo de la cronicidad, es así que los profesionales que intervienen en la atención a los migrantes deberán comprender como se entrelazan los diferentes factores para poder ofrecer una atención con el conocimiento integral de las características tan especiales de este sector de la población (González, 2005).

El momento de la migración marcará como tal el inicio de la separación, el migrante se enfrentará con sentimientos encontrados que surgen del deseo intenso de lograr el sueño americano, y las muestras del afecto de la familia durante la despedida. Esta separación lleva consigo pérdidas psicológicas y sociales que provocarán el comienzo y la puesta en marcha de los procesos del duelo migratorio, los cuales constituyen un factor de riesgo a la salud del migrante. No se puede perder de vista el factor individuo, ya que cada persona tiene su propio perfil con diferentes herramientas adquiridas de su propia historia de vida, con las cuales tendrá la posibilidad de que se le facilite o se le dificulte la inclusión en el nuevo contexto (González, 2005).

Dentro de los cambios que enfrentará el migrante, el rubro más sensible es el de las pérdidas, ya que implican superar obstáculos personales, dadas sus propias circunstancias como es el tipo de familia, la educación, el nivel socioeconómico, grupo étnico, lugar de origen, entre

otros; pero aunque el migrante cuente con habilidades que le facilitaran el proceso, al mismo tiempo se enfrentará a situaciones para las cuales no cuenta con los recursos necesarios, o serán insuficientes, y que de acuerdo con Tizón (1989), sí la migración ocurre sobre una base de alta vulnerabilidad, esto puede favorecer una descompensación emocional.

### **Características del Duelo Migratorio**

El duelo migratorio presenta características muy específicas, puesto que la persona se expone a situaciones fuera de lo común, y de las cuales por lo regular solo conoce a través de los comentarios de segundas personas. Achotegui (2009) señala, como características que el duelo migratorio es parcial, es recurrente, se vincula con aspectos infantiles muy arraigados, es múltiple, da lugar a cambios, entre otras. El duelo migratorio es parcial porque el objeto, que en este caso sería el país de origen con todo lo que representa, no desaparece como tal y el migrante siempre tendrá la posibilidad del regreso, por lo que las pérdidas no son tan claras para él. Es un duelo recurrente, es decir, que el proceso de elaboración se estará reactivando a través de los vínculos con el país de origen, se expresa con “las fantasías de regreso”, las cuales pueden funcionar como protectoras y ayudan en la elaboración del duelo pero, por otro lado, la cronificación de este duelo favorece los trastornos depresivos (Martínez y Martínez, 2006).

Durante la infancia se estructuran vínculos a través de los acontecimientos con las personas próximas y el contexto en el que se desarrolla la persona, esto a su vez moldea y estructura la personalidad para la vida adulta; es así que los acontecimientos nuevos solo pueden modificar la personalidad y cuando la persona emigra, enfrentará problemas para adaptarse al nuevo contexto (Achotegui, 2005). También este duelo tiene la característica de que es múltiple porque conlleva la pérdida de las posesiones más preciadas y valoradas por la persona: los

integrantes de la familia, los amigos, la lengua materna, la cultura, la tierra, su estatus social, su grupo étnico, incluido el riesgo físico ante amenazas a la salud, a su integridad física y los que implica el viaje en sí (González, 2005), (Achetegui, 2009).

### **Etapas del Duelo Migratorio**

El problema de la migración se ha estudiado más en los países receptores que en los expulsores, por lo que es relevante conocer sus trabajos como una aportación para saber qué sucede con la salud mental de los migrantes mexicanos, de tal manera que la Unión Europea en el 2003, decide construir una red para abordar la problemática en cada país. Entre esos médicos de la red, se encuentra Joseba Achetegui, director del Servicio de Atención Psicopatológica y Psicosocial a Inmigrantes y Refugiados (SAPPIR) de Barcelona, España; expone que, a causa de los obstáculos que superan los inmigrantes, por obtener una vida mejor, sufren de trastornos psíquicos que se transforman en un problema sanitario emergente en los países receptores (Vilar, 2007). La migración es solo un factor de riesgo que puede causar un trastorno mental sólo si el inmigrante se encuentra debilitado y/o el medio le presenta niveles altos de estresores, en el caso de que no sea así, el migrante tendrá la posibilidad de elaborar un proceso de duelo sin complicaciones (Achetegui, 2009).

#### **Elaboración del duelo.**

El proceso de elaboración del duelo migratorio es lento y multifactorial, en este puede influir la personalidad del migrante, su momento vital, la realidad externa y las causas de la migración, además se han observado diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a la intensidad y duración. Este duelo implica la integración de la nueva situación sin olvidar el país

de origen, incorpora el recuerdo en la vida diaria en una acomodación sin olvidar. La persona va construyendo un estilo propio de afrontamiento desde las primeras pérdidas y está sujeto a influencias externas de su propio contexto socio-cultural, por lo que desarrollará varios estilos de afrontamiento (González, 2005).

### **Etapas de la elaboración del duelo migratorio.**

González (2005) describe la clasificación de las etapas que proponen Brink y Saunders para el proceso migratorio, reflejando las secuencias del proceso y que tienen como fondo la elaboración del duelo y la adaptación/integración si es exitoso o la patología si se estanca. La secuencia de las cuatro etapas es:

- 1) La etapa de “Luna de Miel” – las expectativas son muy elevadas y de no cumplirse provocan frustración, desánimo, resentimiento.
- 2) La Depresiva – no todos los migrantes la viven y en algunos migrantes puede ser permanente.
- 3) La de Adaptación – va ligada a la anterior y supone aceptar y/o desprenderse de usos, bajada de estatus social, disminución de imagen, puede contribuir a la depresión reactiva.
- 4) La etapa de rechazo de la cultura original – implica una desvalorización de partes importantes de la conformación de la personalidad.

Achotegui (2009) expone la perspectiva de Bowlby (1985) de las cuatro etapas del duelo aplicadas a la migración:

- a) Negación: la persona migrante no acepta ni quiere ver la realidad del cambio

- b) Resistencia: el migrante, por el esfuerzo que requiere la adaptación, reacciona con quejas y protestas ante las dificultades y los retos
- c) Aceptación: el migrante se establece a profundidad en la nueva situación
- d) Restitución: es una reconciliación afectiva, aceptando lo bueno, lo menos malo y lo malo tanto del país de origen como el de recepción.

Las etapas que se presentan en la elaboración psicológica de los procesos de duelo migratorio, se han clasificado por los diferentes investigadores en cuatro etapas básicas, dentro de las cuales se activan los mecanismos para el procesamiento de la información, de la que depende todo el desarrollo de un duelo (Achotegui, 2009).

### **Efectos en los Migrantes**

#### **Efectos Psicológicos del Proceso del Duelo Migratorio**

La identidad le proporciona a la persona la pertenencia a una comunidad con la cual tiene semejanzas y con la que comparte valores o ideas, pero al mismo tiempo lo hace diferente a otras comunidades. La migración modifica la identidad de la persona ya que da paso a profundos cambios en la personalidad, los que provocarán la modificación de la propia identidad (Achotegui, 2009). Para elaborar un duelo correctamente, la persona que se encuentran en un proceso migratorio tendrá que incorporar en su repertorio de habilidades, recursos y vivencias e integrarlo con las nuevas situaciones a las que se enfrenta, mediante esos aprendizajes se enriquecerá y construirá una nueva identidad más compleja y más rica (González, 2005).

El proceso del duelo migratorio implica una regresión psicológica, entendida como un retroceso hacia actitudes infantiles con la finalidad de afrontar situaciones para las cuales no

cuenta con los recursos ni con las respuestas. Dado que el migrante se somete a múltiples cambios y requiere de adaptarse, con frecuencia se siente agobiado e indeciso manifestándose, de acuerdo con Achotegui (2009), en tres expresiones básicas: 1) conductas de dependencia actuando de forma sumisa ante las autoridades –como niño ante sus padres-, 2) actitudes de protesta –berrinche ante el dolor y la frustración-, y 3) sobrevaloración de los líderes –ante el peligro se inclinan a la jerarquización-. Estas conductas regresivas lo que están buscando es apoyo y ayuda (González, 2005), (Achotegui, 2009).

Tizón (1989) “considera a la migración como un *conflicto psicosocial*” ya que se ven involucrados tanto la persona que emigra como las sociedades de partida y las sociedades de recepción. Este conflicto tiene como característica que se elabora por los migrantes y por sus sociedades, además puede expresarse de forma psicopatológica y somática, con la inevitable expresión social y sociocultural. La inmigración produce una variedad de cambios y de dificultades, que también suponen un factor de riesgo adicional en el desarrollo de enfermedades mentales como un fenómeno generador de estrés, cuya intensidad y repercusión dependen de la situación de cada migrante tanto de la sociedad de origen como la de acogida (Martínez y Martínez, 2006).

A pesar de que la persona migrante atravesará por un proceso de duelo, éste puede resultar *simple*, y se da cuando las condiciones a las que se enfrenta la persona son buenas, esto es, que se encuentre con un entorno acogedor y que le facilite el desarrollo de su proyecto migratorio, siendo este proceso el menos común. El otro tipo de duelo y que es más frecuente es el *duelo complicado*, este se presenta cuando coinciden circunstancias tanto sociales como personales que dificultan la elaboración del proceso y pueden amenazar la salud mental de la persona (González, 2005).

Como se ha expuesto, los efectos contraproducentes que se producen durante el proceso de migración, están íntimamente ligados al duelo migratorio, a las habilidades y recursos del migrante así como a los contextos exteriores durante el trayecto migratorio.

Cuando las expectativas de la “Luna de Miel” no se concretan, se convierten en el primer factor de frustración, desánimo y resentimiento (González, 2005). Los primeros acontecimientos que van formando parte de la elaboración del duelo, se van acumulando con las situaciones cotidianas dentro del nuevo contexto. Aunado a estos, se suman las características específicas del duelo migratorio, y es entonces que de una forma u otra va surgiendo la sintomatología que afecta al migrante desde lo más sutil hasta situaciones de estrés crónico, lo que requiere de atención que lamentablemente no es proporcionada de manera adecuada (Achotegui, 2009).

Achotegui (2009), Martínez & Martínez (2006) y González (2005) enumeran algunas características que se presentan en el duelo migratorio y los aspectos que se ven afectados:

- La parcialidad del duelo migratorio se da porque el objeto –país de origen y representaciones- no desaparece, por lo que las pérdidas no son claras, completas o irrevocables, convirtiéndolas en una pérdida ambigua y frente a este sentimiento de separación parcial se produce un fenómeno estresante que puede implicar intensas ansiedades confusionales.
- La recurrencia, es un duelo que se reactiva sin esfuerzo en el sentido de que las emociones lo reabren con facilidad, ya que los vínculos con el país de origen y la familia se dan sencillamente a través de una llamada telefónica. La cronicidad y recurrencia pueden favorecer la aparición de trastornos depresivos.
- La multiplicidad se facilita dados los diferentes cambios que supone un mínimo de los 7 duelos de la migración: la familia y amigos, la lengua, la tierra, la cultura, el

nivel social, contacto con su grupo étnico, los riesgos físicos para la integridad física. Puede acarrear una regresión psicológica, manifestación que puede llevar a un sobrediagnóstico de patología ansioso-depresiva sobre de un cuadro reactivo regresivo ante situaciones de estrés agudo.

La ambivalencia con la que transita el migrante puede estar precedida de diversas emociones como la frustración, añoranza, enfado y deseo, las cuales si llegan a un extremo de elogio por el país de acogida, lo podrían llevar a la “depresión del éxito” (González, 2005).

La regresión como mecanismo para afrontar las situaciones complejas, cuando el migrante carece de recursos para adaptarse, no se debe de confundir con incapacidad o debilidad, ya que en realidad se trata de una reacción a la fuerte presión, tensión y estrés ambiental; estas conductas lo que están expresando es una búsqueda de apoyo y ayuda (González, 2005).

Achotegui (2009) hace referencia a la clasificación de Selye (1954) de las etapas de respuesta fisiológica al estrés: 1) alarma, 2) resistencia, y 3) agotamiento ligado a la enfermedad.

Como cualquier duelo, cada persona lo vive de manera personal, ni con la misma intensidad, ni con las mismas vivencias, ya que es multifactorial: el estilo de afrontamiento, los rasgos de personalidad, las circunstancias contextuales, las redes de apoyo, etcétera; González (2005) además señala algunas de las expresiones sintomáticas frecuentes en el duelo migratorio cuando ya es manifiesto:

- La tristeza – es el síntoma más frecuente, es el estado de ánimo por lo dejado atrás y por la dificultad de conseguir el proyecto migratorio.
- El llanto – es una expresión sintomática frecuente, se debe considerar que algunas culturas lo prohíben, y en los hombre esta estigmatizado.

- La ansiedad – también es frecuente, ligada a un esfuerzo intenso por conseguir el proyecto, al miedo por los peligros, discriminaciones e incertidumbres, refleja el choque cultural y el grado de tolerancia a la frustración.
- La irritabilidad – dependiendo de la cultura es más expresable socialmente o más negada, ligada a la magnitud de las frustraciones que debe enfrentar, aunado a la falta de autonomía, de recursos económicos y las jornadas de trabajo inacabables.
- El miedo – aparece, desaparece o se aminora durante la mayor parte del duelo migratorio.
- La confusión – es común que se presente más frecuente durante los primeros momentos en el país de acogida al enfrentar diferentes lugares, personas y el idioma.
- Las preocupaciones – por el alto nivel de presión y están asociadas generalmente a síntomas de insomnio y cefaleas; al no poder compartirlas con personas de confianza y carecer de una red de apoyo social las vuelve excesivas e intrusivas.
- Los sentimientos de culpa – que se corresponden con los sentimientos del abandono de los seres queridos, los cuales se agudizan ante eventos en los que considera que su presencia física y/o atención es necesaria; estos dificultan el disfrute que le puede proporcionar la sociedad de acogida.
- La fatiga – cuando no es capaz de enfrentar la nueva situación manifiesta cansancio, falta de fuerza, se siente con menos energía o incapaz de seguir adelante.
- La pérdida o aumento del apetito – influido por los nuevos alimentos, horarios, falta de productos y de recurso económico suficiente, pero sobretodo ligado a la ansiedad.
- Cefaleas – por la tensión excesiva, son frecuentes los dolores de cabeza en forma de cefaleas tensionales y en menor grado las migrañas.

- Las ideas de muerte y suicidio – son síntomas ocasionales como pensamientos recurrentes, se ven influidas por la religión y la capacidad de afrontar la adversidad.
- La sensación de soledad – la persona aún acompañada, ve lejanos sus vínculos familiares, la dificultad de establecer nuevas relaciones, el idioma, la pobreza de redes sociales, el ser y estar de la sociedad de acogida, por otro lado es frecuente la soledad como refugio y como conexión con lo perdido.
- Las alteraciones frecuentes del sueño – los síntomas frecuentes del duelo migratorio son: problemas para conciliar el sueño, despertar precoz, sueño entrecortado y marcado por pesadillas, dado que en la noche afloran los recuerdos y la soledad; o intercambiar la cama o dormir con desconocidos, circunstancias altamente estresoras que dificultan el sueño.
- La pérdida de la memoria – es poco frecuente y se asocia con estrés postraumático, es en este caso cuando el viaje migratorio es especialmente peligroso.
- Los desajustes fisiológicos varios – como “dolores gástricos, malestar intestinal, pérdida del sueño, cansancio, hipertensión, vómitos, dolores musculares, amenorrea, ulceraciones, dermatitis, caída del pelo” (González, 2005, p. 92) todos asociados a factores tensionales y depresivos.

En las culturas de muchos migrantes, las emociones se somatizan sin alexitima, ya que se asocia la expresión corporal de los sentimientos con la expresión mental o emocional, sintomatología somática que prevalece con la sintomatología depresiva en la tríada insomnio-cefalea-fatiga, aunque también se han encontrado somatizaciones de tipo osteoarticular y en menor porcentaje molestias abdominales, torácicas y neurovegetativas (Martínez y Martínez, 2006).

El proceso migratorio implica niveles de estrés tan intensos que superan la capacidad de adaptación de las personas y tiene el riesgo de padecer el síndrome del migrante con estrés crónico y múltiple mejor conocido como el Síndrome de Ulises: aunque la migración es un rasgo distintivo de nuestra especie, en la actualidad la migración es un proceso que ahora se presenta ante situaciones por demás dramáticas, y que para la atención en salud mental a los migrantes, Achotegui (2006, p. 167) considera que “existe una gran deshumanización al abordar las migraciones de hoy, ya que se presta muy poca atención a los sentimientos, a las vivencias de los protagonistas de la migración; los inmigrantes”. Así mismo menciona que la intervención, fundamentalmente, debe ser de tipo psicoeducativo y de contención emocional.

Globalmente los sentimientos y conductas depresivas comparten aspectos comunes entre todas las culturas, pero se debe considerar que tienen elementos particulares que están vinculados a las dinámicas socioculturales de cada país, por lo que Martínez y Martínez proponen que la evaluación psicológica de un migrante, requiere de una “*gran finura clínica*” (Martínez y Martínez, 2006).

### **Conclusiones**

En la revisión de literatura especializada podemos enfatizar que el comienzo de los estudios formales, en el tema de los efectos psicológicos en los migrantes, da inicio con el interés de la Unión Europea para mitigar los problemas emergentes sanitarios por los trastornos psíquicos en los inmigrantes (Vilar, 2007), de esas primeras investigaciones de Achotegui, se desprenden los siguientes artículos científicos en relación a los efectos de la migración que detonan en problemas de interés en la salud mental, por lo que es el referente más importante en la comprensión de este fenómeno. En Latinoamérica también se han desarrollado

investigaciones de los efectos tanto en el país receptor como en el expulsor. En México se han incrementado los trabajos en el tema migratorio desde diferentes especialidades y en años recientes en psicología, sin embargo es un área de oportunidad muy amplia para posicionar a psicólogos especializados en la migración, dado que las causas y consecuencias de la migración son muy específicas y se requiere proporcionar la atención hacia todo el núcleo familiar, incluso en algunas comunidades expulsoras, valdría la pena trabajar con las familias de los emigrados.

Los efectos psicológicos, que provoca la migración en las personas, pueden llegar a ser tan graves que originen una discapacidad limitante para el trabajo y que por las condiciones particulares del estatus migratorio, coloca a los migrantes mexicanos en una situación de vulnerabilidad ante la falta de atención psicológica adecuada. Considerando el aumento gradual en la cantidad de migrantes que emprenden el viaje a los Estados Unidos, nos encontramos ante una situación ascendente en el número migrantes que deberán ser atendidos por los efectos de un duelo migratorio complicado.

Así también se propone desarrollar un curso de inducción, con la intención de capacitar al personal que se desempeña en cargos públicos o privados y que son los responsables directos, en sus instituciones, de proporcionar la primer atención a los migrantes, ampliando el conocimiento sobre los efectos psicológicos específicos que afectan a las personas migrantes en tránsito y la importancia de ofrecerles una intervención especializada en migración, que les proporcione las herramientas necesarias para la transición a las nuevas condiciones de vida, las cuales pueden ser buenas o malas.

En la práctica cotidiana, se sugiere la utilización de la plataforma del Sistema Nacional de Vigilancia Epidemiológica (SINAVE) de uso exclusivo del Sector Salud, para la implementación de un protocolo especializado en la atención a los migrantes, así como una

estrategia de seguimiento al paciente, mediante un expediente personal dentro de la plataforma, con acceso al personal del Sector Salud, el cual le dará seguimiento a las primeras acciones que se le proporcionaron al migrante.

Finalmente, la necesidad de poder brindar una atención primaria con una intervención psicoeducativa y de contención emocional requerida durante el trayecto, debe ser estandarizada en todo el territorio nacional y que a esta atención se le dé seguimiento, misma que en la práctica se tendría que ofrecer en el lugar de acogida. Lo más relevante es que en México nos encontramos ante un reto para atender de manera integral al grupo vulnerable de migrantes en tránsito, así como a las familias que de cierta manera quedan en abandono y ciertamente en ambos casos la atención es tan específica y característica como el proceso migratorio en sí.

### Referencias

- Achotegui L., J. (2009). Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). *Revista de servicios sociales*. 46, 163-171.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3119470>
- Bretones, F. D. y González-González, J. M. (2011). Identidad y migración: la formación de nuevas identidades transculturales. En H. M. Cappello y M. Recio (eds). *La Identidad Nacional. Sus Fuentes Plurales de Construcción*. México: Plaza y Valdés Editores. 137-164.
- Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal. (2019). Protocolo para la atención humanitaria de emergencia a personas migrantes y/o sujetas de protección internacional en la Ciudad de México. Albergues o campamentos temporales. Ciudad de México. [https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2019/07/Protocolo\\_Humanitario\\_migrante\\_prote\\_intern.pdf](https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2019/07/Protocolo_Humanitario_migrante_prote_intern.pdf)

019/07/Protocolo\_Humanitario\_migrante\_prote\_intern.pdfcontent/uploads/2019/07/Protocolo\_Humanitario\_migrante\_prote\_intern.pdf

Comisión Ejecutiva Estatal de Atención a Víctimas (2017). Protocolo de Actuación para Atender Personas Migrantes Víctimas de Delitos o de Violaciones a Derechos Humanos. San Luis Potosí.

<https://beta.slp.gob.mx/CEEAV/Documentos%20compartidos/PROTOCOLO%20DE%20ACTUACION%20PARA%20ATENCION%20MIGRANTES%20VICTIMAS%20FINAL.pdf>

Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (2018). Informe de Evaluación de la Política de Desarrollo Social. Recuperado de:

<https://www.coneval.org.mx/Medicion/Paginas/PobrezaInicio.aspx>

Diario Oficial de la Federación el 25 de mayo de 2011 TEXTO VIGENTE Última reforma publicada 03-07-2019. [http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LMigra\\_030719.pdf](http://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LMigra_030719.pdf)

Díez-Martínez, E., & Naféz A., R. (2017). Ideas de los adolescentes mexicanos sobre la migración hacia los Estados Unidos. Elementos de reflexión para la praxis y política educativas. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos* (México), 47(3-4),89-116.

ISSN: 0185-1284. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=270/27054113005>

Escobar J., Hurtado G., Pimentel B, Rodríguez V., & Santamaría S. (2008). Los que se quedan: una experiencia de migrantes. *Revista científica electrónica de psicología*. 6, 9-28

[https://www.uaeh.edu.mx/investigacion/icsa/LI\\_ProcCogn/Jorge\\_Torres/15.pdf](https://www.uaeh.edu.mx/investigacion/icsa/LI_ProcCogn/Jorge_Torres/15.pdf)

Giménez, G. (2007). Estudios sobre las culturas y las identidades sociales. Consejo Nacional para la Cultura y las Artes. Colección Intersecciones.

- González C., V. (2005). El duelo migratorio. *Revista de Trabajo Social*. 7, 77-97. Universidad Nacional de Colombia. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/tsocial/article/view/8477/9121>
- Hirai, Shinji. (2014). La nostalgia: Emociones y significados en la migración transnacional. *Nueva antropología*, 27(81), 77-94.  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-06362014000200005&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-06362014000200005&lng=es&tlng=es).
- Iniciativa Kino para la Frontera (2012). Manual de Atención a Personas Migrantes: Estrategias de apoyo en situaciones de violencia.  
[https://imumi.org/attachments/2013/manual\\_atencion\\_migrantes.pdf](https://imumi.org/attachments/2013/manual_atencion_migrantes.pdf)
- Instituto Nacional de Migración (Agosto, 2016). ). Modelo de Atención de Niñas y Niños Migrantes No Acompañados.  
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/222573/MODELO\\_DE\\_ATENCION\\_DE\\_NIAS\\_Y\\_NIOS\\_MIGRANTES\\_NO\\_ACOMPAADOS.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/222573/MODELO_DE_ATENCION_DE_NIAS_Y_NIOS_MIGRANTES_NO_ACOMPAADOS.pdf)
- Instituto Nacional de Migración (Octubre, 2016). Modelo Tipo de Atención Integral de Centros de Asistencia Social para Niñas, Niños y Adolescentes.  
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/225009/Modelo\\_tipo\\_de\\_atencion\\_C.F.\\_V\\_F.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/225009/Modelo_tipo_de_atencion_C.F._V_F.pdf)
- Martínez M., M., & Martínez L., A. (2006). Patología psiquiátrica en el inmigrante. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 29(Supl. 1), 63-75.  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1137-66272006000200006&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272006000200006&lng=es&tlng=es)

- Navarro-Lashayas, M. A. (2014). Sufrimiento psicológico y malestar emocional en las personas migrantes sin hogar. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 34(124), 711-723. <https://dx.doi.org/10.4321/S0211-57352014000400005>
- Ocampo P., M. (enero-junio, 2014). Migración forzada, desarraigo y despojo: itinerancia obligada, una ciudadanía inconclusa. *Iztapalapa Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 76 (35), 5-18 Universidad Autónoma Metropolitana.  
<http://dx.doi.org/10.28928/ri/762014/ptc/ocampoprdom>
- OIM México & IPAM. (Septiembre 2018). Protocolo de Atención para la Reintegración de Personas Migrantes en Retorno y Dreamers al estado de Puebla.  
<http://cdhpuebla.org.mx/pdf/interiores-COMPLETO.pdf>
- ONU. La Declaración Universal de Derechos Humanos. <https://www.un.org/es/universal-declaration-human-rights/>
- Orozco V., A. E. (2013). Migración y estrés aculturativo: una perspectiva teórica sobre aspectos psicológicos y sociales presentes en los migrantes latinos en Estados Unidos. *Norteamérica*, 8(1), 7-44. Recuperado de:  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-35502013000100001&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-35502013000100001&lng=es&tlng=es).
- Pécoud, A. & Guchteneire, P. (jul-dic, 2005). Migración sin fronteras: una investigación sobre la libre circulación de personas. *Migraciones Internacionales*, 3(2), 137-166.  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-89062005000200006&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-89062005000200006&lng=es&tlng=es)

SMEI (2019). Protocolo de Acciones para Atender a Migrantes Jornaleros

Agrícolas.[https://migrante.guanajuato.gob.mx/wp-content/uploads/2020/02/ProtocoloMigrantesJornaleros11feb2020\\_compressed-1.pdf](https://migrante.guanajuato.gob.mx/wp-content/uploads/2020/02/ProtocoloMigrantesJornaleros11feb2020_compressed-1.pdf)

SMEI (2020). Protocolo de Acciones para Atender a a Personas y Caravanas Migrantes en

Tránsito. <https://migrante.guanajuato.gob.mx/wp-content/uploads/2020/01/Protocolo-de-Acciones-para-Atender-a-Personas-y-Caravanas-Migrantes-en-Transito-GTO.pdf>

Tizón, J. L. (1989). Migraciones y salud mental: recordatorio. *Gaceta Sanitaria*. 3(14), 527-529.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0213911189709766>

Tuirán, R. (2000), Migración México-Estados Unidos. Hacia una nueva agenda bilateral.

CONAPO.

[http://www.conapo.gob.mx/work/models/CONAPO/migracion\\_internacional/MigracionOpPolitica/01.pdf](http://www.conapo.gob.mx/work/models/CONAPO/migracion_internacional/MigracionOpPolitica/01.pdf)

Vilar P., E. & Eibenschutz H., C. (2007). Migración y Salud mental: un problema emergente de salud pública. *Revista Gerencia y Políticas de Salud*, 6(13), 11-32. Pontificia Universidad

Javeriana Bogotá <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=545/54501301>