Sociedades y Desigualdades, Núm. 9 / julio / diciembre 2019 / ISSN: 2448-5217 PP 143-159

Experiencias traumáticas y duelos entre los migrantes internacionales

Traumatic experiences and duels among international migrants

RENATO SALAS ALFARO
MARÍA DOLORES BAUTISTA CRUZ

Recibido: 08 de enero de 2019 Aceptado: 11 de diciembre de 2019

Resumen

El presente trabajo explora algunos tipos de Duelos y vivencias adversas que se generan a raíz de las experiencias y emociones, que se viven durante el proceso de la migración internacional, sobre todo entre migrantes indocumentados. Se toma como referencia una muestra no aleatoria de migrantes internacionales que residen en el Estado de México, cuyo trabajo de campo fue realizado durante el año 2013. El análisis incluye una perspectiva interdisciplinaria en la que se toman elementos del psicoanálisis y la psicología social constructivista.

Palabras clave: migración internacional, duelos, emociones

Abstract

This work explores some types of Duels and adverse experiences that are generated through the experiences and emotions that are lived during the process of international migration, especially among undocumented migrants. A non-random sample of international migrants residing in the Estado de Mexico, whose field work was carried out during 2013, is taken as a reference. The analysis includes an interdisciplinary perspective in which elements of psychoanalysis and constructivist social psychology are taken.

Keywords: international migration, duels, emotions

> […] si la luna es suave y se desliza por cualquier cornisa sin permiso alguno, porque el mojado precisa comprobar con visas que no es de Neptuno […] (Arjona, 2005).

Introducción

El ser humano en algún momento de su existencia busca mejores condiciones de vida, sea en el entorno donde vive o en otro. El segundo caso implica separación de hogares y familias, amigos, compañeros, terruño, gastronomía, costumbres, vida cotidiana, entre otros; la separación puede ser corta o extenderse hasta fechas no planeadas. En este ir y venir, entre un punto geográfico y otro, viajan e interaccionan diversos sueños e inquietudes, formas de vida, costumbres, practicas, formación escolar, experiencia laboral, aspiraciones.

Son diversas las causas, directas e indirectas, que empujan y atraen a la gente para migrar, pero la necesidad económica y falta de opciones locales prevalece entre éstas (Hulshof, 1991; García, 2009), también influyen la intención de imitar lo que otros hicieron, la Fe, fantasías personales, socialización con actores migrantes, lo mismo que migrar para demostrar hombría u otro rasgo varonil, para ganar cierto reconocimiento social (Estrada, 2008), acumular ahorros, experiencia laboral, cultura, escolaridad (Kirdar, 2007), como parte del vivir cotidiano (Cohen, Gijón, Reyes y Chick, 2003). Por su parte, las oportunidades en el extranjero, los estilos de vida, la diferencia salarial, entre otras; son fuerzas que atraen a los actores hacia el exterior.

Al final, hay casos de migrantes que mejoran su vida personal y familiar, aprenden nuevos conocimientos y habilidades laborales, acumulan ahorros, inician negocios; sin embargo, también hay casos de migrantes que no materializan sus metas. Lo que es evidente, es que en esta interacción de personas y entornos, se generan efectos de corto y largo plazo, explícitos e implícitos: en lugares de origen y destino, en hogares, localidades, pero sobre todo entre los propios migrantes. La vida ocurre en grupos sociales, interactuar, compartir creencias, estereotipos, visiones, normas, valores, cultura, los actores construyen y adoptan modelos mentales de otros actores, sus decisiones afectan y son afectadas por los demás (Banco Mundial, 2015).

De este modo, aunque la migración se realiza con documentos o sin ellos, en el presente texto se pone énfasis en la migración no documentada por las implicaciones que ésta tiene sobre los migrantes; por ejemplo: no poseen conocimientos relacionados con sus derechos humanos, no cuentan con suficientes redes de apoyo, asumen mayores riesgos y costos, realizan esta práctica en mayor situación de vulnerabilidad. Especialmente, interesa explorar los efectos emocionales que tienen las experiencias que los migrantes indocumentados vivencian previo-durante-posterior a su migración.

Si bien, la necesidad económica, algunas formas de violencia, son razones fuertes para migrar, existe un factor más difícil de enfrentar y superar; la separación de familiares y personas significativas. Esta es una experiencia importante, porque desencadena emociones dolorosas que guardan en su memoria, y que en los estudios sobre migración no suelen ser analizadas, ni entendidas a cabalidad. Además, durante su traslado, los migrantes sin documentos enfrentan situaciones trágicas y violentas: la muerte de conocidos y/o familiares, abusos por parte de los coyotes, heridas, violaciones, abandonar algún compañero en el camino, traumatismos; eventos que tienen una carga emocional intensa. De hecho, las mujeres, niñas y niños, que migran desde México sin documentos hacia Estados Unidos, sufren el doble y triple de violencias (CONAPRED, 2017). Estas adversidades no terminan con el arribo a la sociedad receptora, más bien, allá se suman otros. Por ejemplo, las reglas para vivir y trabajar en la nueva sociedad, el idioma, la cultura, la adaptación, la comida, entre otros. Como señala Giddens (2006), los actores aprenden tácitamente las nuevas prácticas sociales, el ensayo y error, que a su vez precisa de la inversión de tiempo. De acuerdo con este autor, lo primero que tienden a aprender los seres humanos, son las reglas intensivas porque son las que entran en la articulación de buena parte de la vida cotidiana, por ejemplo, las reglas de lenguaje, los procedimientos utilizados por actores en la organización de turnos en conversaciones.

La complejidad e intensidad de las experiencias que vivencian los migrantes, pero más aún los indocumentados, genera inevitablemente duelos donde cada tipo de duelo se acompaña de diversas sensaciones como la ansiedad, emociones de miedo, tristeza, ira. Los duelos afectan el estado mental del ser humano, a su vez influye en la eficiencia y eficacia laboral, y en la interacción social asertiva. En otras palabras, la migración afecta en diversas formas la salud del migrante; concebida ésta en lo emocional, psicológico, social y física[1]. Entre los indocumentados, su misma condición los excluye de recibir la atención necesaria y esto provoca que se vayan acumulando síntomas, duelos, emociones, sufrimientos. Lo cual ocurre en diferentes formas. Como señala González (2005), los migrantes experimentan duelos parciales y recurrentes,

1 La Federación Mundial de la Salud Mental, en la Declaración de Auckland (1989), en su Artículo 6, señala que, todas las poblaciones contienen grupos vulnerables expuestos a la enfermedad o trastorno mental o emocional. Los miembros de estos grupos exigen una atención preventiva, y terapéutica particular, al igual que el cuidado en la protección de su salud y de sus derechos humanos. Se incluyen las víctimas de las catástrofes naturales, de las violencias entre las comunidades y la guerra, las víctimas de los abusos colectivos, comprendidos aquellos que proceden del Estado; también los individuos vulnerables a causa de su movilidad residencial (emigrantes, refugiados), de su edad (recién nacidos, niños, ancianos), de su estatuto de inferioridad (ética, racial, sexual, socioeconómica), de la pérdida de sus derechos civiles (soldados, presos), y de su salud. Las crisis de la vida, tales como los duelos, la ruptura de la familia y el paro, exponen igualmente a los individuos a estos riesgos (OMS, 1948).

porque no desaparece lo perdido y existe la posibilidad de un reencuentro, lo cual se aviva con llamadas telefónicas, comunicación por Facebook, Whats App, viajes esporádicos, arribo de paisanos y otras. Asimismo, el migrante puede manifestar emociones ambivalentes: alegría-tristeza, logros-perdidas, éxitos-añoranzas, ausencia-presencia. Además, al retorno también se generan duelos, porque implica otra separación. Al final, algunos migrantes no logran resolver sus duelos en el lapso considerado normal, y éstos se vuelven patológicos, desencadenan efectos sobre las siguientes generaciones.

En este sentido, el presente trabajo toma como referencia una muestra no aleatoria de migrantes internacionales que residen en el Estado de México. Todos fueron ubicados mediante bola de nieve en distintas localidades rurales y urbanas durante el año 2013. El análisis incluye una perspectiva interdisciplinaria en la que se toman elementos del psicoanálisis, psicología social constructivista y estudios migratorios para reflexionar los tipos de duelos y vivencias adversas que se generan a raíz de las experiencias y emociones, que percibieron previo-durante-posterior a su migración. La guía de entrevista estuvo orientada a obtener información de cómo se generó su idea de migrar, cómo fue su proceso migratorio, identificar los eventos traumáticos significativos vivenciados durante la migración, así como el estado biopsicosocial en el que se encuentran al retorno.

Un poco de teoría

El duelo es entendido desde Freud (2008: 241, T XIV) como una "reacción frente a la pérdida de una persona amada [objeto de amor] o de una abstracción que haga, como la patria, la libertad, un ideal". La reacción a la pérdida es entendida por el autor en el sentido etimológico del duelo como dolor, el concepto de duelo tiene su origen del latín *dôlus*. El dolor de la perdida lleva al ser humano a clausurar las expectativas y los recuerdos que tenía sobre el objeto de amor, al mismo tiempo que retira del objeto su libido[2]. En este caso, el objeto, es un medio que permite alcanzar la meta de la pulsión[3]. El ser humano puede cambiar de objeto muchas veces, pero si el objeto funge como fuente de placer, éste es amado e incorporado al yo, esto ocasiona un empobrecimiento libidinal del yo, en beneficio del objeto, posteriormente el yo vuelve a enriquecerse por las satisfacciones que le provee el objeto. De este modo, de acuerdo con Freud (2008: 252, T XIV), en un duelo normal, las personas aceptan y asimilan la pérdida del objeto y continúan su vida. Pero entre los migrantes, no todos logran superarlos y deben cargar con ellos, sea en su nueva sociedad o al retorno.

2 Una fuerza que se manifiesta como tensión sexual somática, susceptible de variaciones cuantitativas.

3 Actúa como una fuerza constante que emerge y proviene de fuentes de estímulo situadas en el interior del organismo alcanzando el alma para empujarla a realizar un trabajo (Freud, 2008, T XIV).

En este caso, el trabajo de Abengozar y Zacares (en Ortego, et al., 2001), identifica seis tipos de duelos; el primero, es el *duelo reprimido*, donde el sujeto no se aflige por la pérdida, incluso puede vanagloriarse de su autocontrol y no sentir dolor. Otro es el *duelo aplazado*, el actor muestra alexitimia[4] ante la pérdida, y al transcurrir cierto tiempo, con motivo de otra pérdida, reacciona exageradamente, motivado por la primera. En el *duelo crónico* se manifiesta un duelo intenso, durante un tiempo más prolongado de lo normal. El *duelo idealizado,* donde sólo se recuerda las características positivas del objeto perdido. En el *duelo de identificación* el actor manifiesta rasgos, síntomas, actitudes, semejantes a las del objeto perdido con la finalidad de mantenerlo vivo en su imaginación. El *duelo euforia* se llama así porque la persona muestra euforia, y no reconoce la pérdida, la niega, así como emociones que se generaron con la experiencia; o se acepta la perdida como gratificante.

Entre los migrantes, sus objetos de amor son aquellos con los que han establecido apegos cercanos. Por ejemplo: familia, amistades, valores, costumbres, lengua, clima, comida, rituales, música entre otros que pueden ser físicos y afectivos, reales e imaginarios. En este caso, los migrantes no documentados podrían experimentar con mayor intensidad sus duelos, esto en razón de las condiciones en que ellos viven su proceso migratorio. Según González (2005), sus duelos son parciales y recurrentes, semejan una herida que no cierra, porque constantemente están haciendo llamadas telefónicas, realizan viajes de retorno, hay arribo de paisanos que les traen noticias nuevas de su tierra, consumen productos en las tiendas de la nostalgia que les recuerdan su origen. Por otro lado, el lapso que dura la desatadura es relativo en cada migrante. Pero como muestra un estudio, en la medida en que se avanza en las etapas del duelo, el proceso se hace consciente y se manifiesta el conflicto doloroso el cual se puede resolver al renunciar el yo al objeto; a la postre, la libido es dirigida al yo del cual había partido, para después re-investirla en otro objeto de amor (Bautista, Salas y Jiménez, 2016).

En general, un duelo se compone de 5 fases (Kübler-Ross, 2017). La negación, la ira, la negociación, la depresión y la aceptación. La *negación* es una reacción no consciente del suceso de la perdida, se puede manifestar sutilmente o de manera intensa, un ejemplo es continuar celebrando año tras año el cumpleaños de un ser querido ya muerto. La etapa de la *ira* muestra ambivalencia emocional acompañada de frustración e impotencia con respecto a pretender cambiar el hecho de la perdida; asimismo se busca incesantemente el factor o los factores culpables de tal acontecimiento. En la fase de *negociación* el ser humano tiene la expectativa de que nada cambie, y se percibe con poder para influir sobre la experiencia del duelo. En la etapa de *depresión* la persona empieza ha-

4 Una dificultad para identificar y expresar las emociones (Palmero et al., 2002).

cer consciencia de su realidad, por lo que la emoción de la tristeza se intensifica, y se acompaña de otros rasgos como el insomnio o su contrario sería dormir más de lo necesario, ausencia de sentido de vida, desmotivación, aislamiento social, etc. La quinta fase y última es la *aceptación* en la que el ser humano comprende la perdida y recupera su equilibrio.

En síntesis, abordar el duelo de los migrantes desde la disciplina psicoanalítica, permite profundizar en lo que implican las pérdidas para los seres humanos migrantes, los distintos duelos que se producen, así como los recursos que emplean para afrontarlos, y los aprendizajes que de allí obtienen. Como señalan otros trabajos, los actores sociales pueden procesar la experiencia, y aunque reciben presiones externas e internas, imposiciones o exclusiones, ellos tienen el potencial de realizar, aunque sean pequeñas acciones dentro de su información e incertidumbre, con sus capacidades y según les permita su marco institucional, de tal forma que con el tiempo logran sacarles algún provecho a sus adversidades (Long, 2007; Banco Mundial, 2015; Robbins y Judge, 2009; Domjan, 2010).

Resultados

Los resultados se presentan en dos apartados, el primero enuncia los distintos tipos de objetos de amor que tienen los migrantes y la manera en que vivencian sus duelos antes de migrar, durante su trayecto y al retorno. En el segundo, se abordan las experiencias traumáticas que tuvieron los migrantes de referencia, las emociones negativas que surgieron desde que empezaron a pensar en migrar, y la manera en que esto coadyuvó a generarles diferentes aprendizajes, ciertamente no todos cumplieron sus metas; pero si obtuvieron aprendizajes.

Los Duelos de la migración

Entre los objetos de amor de los migrantes, se encuentra principalmente su familia; así que desde antes de emigrar, ya hay un duelo; aunque no sea a nivel consciente, de alguna forma sienten que tendrán que separarse de su familia, y no hay certeza de volver a verse, aunque si esperanzas y fe. Este un duelo parcial, porque los objetos de la pérdida no desaparecen como tal y el migrante podría reencontrarse con ellos, vía internet, llamadas telefónicas. Por otra parte, el riesgo de la migración es latente y real, existe la posibilidad de muerte. Aquí se generan duelos y sufrimiento psíquico, este se manifiesta con mayor o menor intensidad en determinados momentos. Como señala un migrante:

> "[…] mucha gente llora porque deja a su familia, bueno yo también lo viví […] luego lo que sufres para pasar, las malpasadas, te estas arriesgando a que te agarren, todo eso es un nudo en la garganta […]" (entrevistado: Abel A.).

Además de la experiencia de sufrimiento al cruzar la frontera, el señor Abel ya

había gestado un duelo por la separación con su familia, el cual se reforzaba por el recuerdo de cuando sus padres se fueron a Estados Unidos y él se quedó solo. Este sentimiento lo hizo retornar:

> "[…] me vine, dure poquito [allá] por mi hija y mi esposa, lo que pasa es que extrañaba a mi familia, fue algo rápido nomás compré los boletos del autobús, las maletas, eche la ropa y vámonos. Otro motivo fue no padecer lo que uno, porque cuando uno está chico y están los papás allá si te quedas solo. Y allá te sientes encerrado porque es puro trabajo, del trabajo a la casa y de la casa al trabajo […]".

También podemos apreciar según narra, que sus experiencias contribuyeron a ser una mejor persona, y a ser un padre que se mantiene cerca de su familia. Aquí hay un efecto positivo de los duelos de este actor. Esto mismo, de alguna forma corrobora, lo que ya fue citado; que, las personas tienen margen de maniobra para mejorar aun en las peores circunstancias y en algunos casos sacan provecho de su adversidad (Long 2007):

> "[…] como digo, me he hecho más maduro en todos los sentidos, antes cuando estaba joven veía algo tirado y me valía, ahora le digo a mi esposa, le ayudo a todo lo que puedo en las labores del hogar, y trato de ser mejor persona...cuando mi esposa termine su carrera, yo haré una carrera y que mi niña estudie, y yo tratar de crecer en mi trabajo […]"

En otro caso, la migrante Abigail da más significado a la experiencia de cruzar la frontera, que a la separación de sus seres queridos:

> "[…] fueron los días más difíciles de mi vida, porque es un frío que no imaginas, así inmenso y no puedes llevar mucha ropa, porque obviamente eso hace más pesado tu viaje, hubo un día en que no pudimos comprar agua en todo el día, se nos acabó la que llevábamos, no tomamos agua en todo un día, y es horrible… Recuerdo que iba un niño como de siete años, eso fue lo más difícil que llegue a ver, porque le estaba dando hipotermia, tenía la piel morada, eso fue lo que más me espantó […]" (entrevistada: Abigail M.).

Esta migrante retornó principalmente por la separatidad que sentía respecto a su familia, es decir, la migración reforzó su apego con su objeto de amor:

> "[…] mis papás me hablaron para decirme que mi abuela estaba muy enferma y fue la persona más allegada a mí, entonces decidí establecerme aquí [lugar de origen]; pero esa fue una de las muchas causas, porque el dinero ya no alcanzaba, estábamos mandando dinero, sufríamos mucho, trabajábamos todo el día y pues lejos de la familia, entonces extrañas, por eso regrese […]"

Otros factores que influenciaron su retorno fueron las siguientes: las remesas enviadas no eran suficientes, jornadas largas de trabajo y ausencia del sentido del trabajo dado que no lo disfrutaba. Entonces al retornar se plantea propósitos que la retengan en su localidad: "[…] (tengo) unión familiar: […] quiero meter la papelería y yo creo que terminar una licenciatura […]".

En el discurso de otro migrante, se muestra la existencia de duelos parciales en la partida y el trayecto; también la percepción de otras personas influye en la construcción de emociones negativas:

> "[…] al principio vas con miedo y es difícil porque mucha gente te mete ideas de que a veces los matan o no pasan, que se quedan en el desierto, yo pase por el desierto en tres noches y tres días; pero vas con esa idea de que si te llega a pasar no vas a ver a tu familia [...]" (entrevistado: Valentín, O).

Al igual que los otros migrantes, en este caso, el retorno ocurrió motivado por su objeto de amor, es decir, su familia, particularmente sus hijos: "[…] me regrese por mis hijos porque estaban chiquitos, y de hecho todavía están chicos y uno se quedó recién nacido y el otro tenía 2 o 3 años […]

La migración refuerza su apego con sus hijos; al mismo tiempo se generó la expectativa o duelo idealizado de que pudo haber hecho más, llevándolo a añorar el volver a emigrar, sin reparar en las mayores dificultades:

> "[…] me fui por necesidad y digamos que, bueno si teníamos para comer, ganaba poco, pero fue para superarme, superarnos. Y ahorita tengo mi casa, carros, fue la idea, ese es el beneficio pero mi sueño es volver a regresar [Estados Unidos], mi idea es hacer un negocio, ese es mi propósito […]"

La experiencia de la separación genera emociones negativas como la tristeza, y puede resultar más doloroso para quienes dejan a un familiar enfermo:

> "Salíamos al día con lo que ganaba mi papá, tuvo una situación de salud y se quedó sin trabajo, mi hermano y yo no pudimos continuar nuestros estudios, tuvimos que buscar trabajo. Trabaje de empleada en Toluca, pero me pedían estudios superiores a los que tenía, y el sueldo era muy bajo. Fue que decidí irme, hable con una tía, ella me dijo que me echaba la mano para pagar la pasada, mi hermano decía que no me fuera, que aquí me ayudaba a terminar mis estudios, pero veía que mi papá tenía que llevar un tratamiento por su enfermedad, y quería conseguir algo para mí, un terreno y fincar… lo triste fue que tuve que dejar a mi familia y a mi papá… Cruce por Laredo, tardamos algo, pero creo que fue rápido…me daba miedo que no fuera a lograr el objetivo que tenía en mente, que me iban a regresar

> deportada y porque el dinero que había pagado al coyote iba a ser dinero perdido" (entrevistada: Alin M.).

Esta migrante, ha desarrollado la responsabilidad en familia, como valor, en la que toma decisiones y asume sus consecuencias sin causar daños a otros, ni a ella misma. Ella presenta un duelo parcial con relación a su familia motivándola a retornar: "extrañaba mucho a la familia…ahorita se podría decir que la salud de mi papá se estabilizo, mi hermano consiguió un mejor empleo, podría decir que gana mejor, mi papá no trabajaba, pero ya es bueno […]".

Su experiencia migratoria, también la lleva a crear expectativas para el futuro de sus hijos: "…aquí pues yo creo que esforzarme y sacar adelante a mis hijos, bueno más que nada mi bebe para que tenga un mejor futuro y no decida irse como yo, que no tenga esa necesidad de irse así…"

Se puede observar la constante del objeto de amor en los migrantes y la manera en que los motiva para realizar acciones y subsanar estos aspectos. Al retornar con su familia, el duelo desaparece o se resuelve en algunos casos, en otros es más difícil porque se suman con los duelos que generaron durante su estancia en Estados Unidos. De cualquier forma, la experiencia migratoria les develó de manera consciente sus objetos de amor encontrándose en repetidas ocasiones a la familia, objeto que es muy significativo para la cultura patriarcal de la sociedad mexicana. Pero este mismo objeto fue el que los vulneró psicológica, emocional y socialmente porque se resistían al desapego. Entonces, la cultura de origen tiene el potencial de capacitar o inhabilitar al ser humanos, como el caso de Alin y otros migrantes, que vieron truncado su desarrollo académico y quizás el acceso a mejores empleos y condiciones de vida.

Por los testimonios de los migrantes, podemos constatar que adicional al desplazamiento físico, durante la migración también se desplazan emociones y significados, a los cuales, se suman los que adicionan en su trayecto, estancia y retorno (Hirai, 2014). Las emociones pueden o no gestionarse, al mismo tiempo que se resignifican los objetos de amor, algunas veces en buen término para el migrante y su familia, en otras no tanto, porque surgen sentimientos de resentimiento, exclusión, vicios, violencia. Por ejemplo, una situación que suele repetirse, es que cuando las mujeres retornan del extranjero, en general tienden a desafiar los roles tradicionales y los modelos sociales patriarcales tradicionales, lo cual provoca problemas familiares y fricciones (Baca y Salas, 2015). En otros casos, los migrantes generan fricciones comunales con sus vecinos, menosprecian a los no migrantes, tratan de reproducir los modos de vida que tenían en el extranjero (Estrada, 2008; Hulshof, 1991).

II. Experiencias traumáticas y emociones de los migrantes mexiquenses

Las experiencias traumáticas tienen una fuerte carga emocional negativa, en la mayoría de las ocasiones el psiquismo recurre al mecanismo de defensa de la represión como medio para que el sujeto lleve una vida socioculturalmente normal. Sin embargo, conforme las etapas del desarrollo humano crecen, se van acumulando experiencias traumáticas que sin ser atendidas van creando la posibilidad de que se manifiesten problemas, fobias, paranoias, y desencadenar nuevos conflictos. De allí la necesidad de analizar estas experiencias en los migrantes, dimensionar el impacto que tienen sobre su salud, quizás atisbar algunas soluciones, pero sobre todo, desglosar y asomarnos a lo "profundo" del proceso sociocultural de la migración (Hirai, 2012).

Entre los migrantes no documentados, la relación entre experiencias traumáticas y emociones está presente desde que salen de casa, en el trayecto y en el país receptor. La emoción puede verse como una construcción social en determinado contexto histórico y cultural, que motiva a que los sujetos realicen ciertas conductas. Según Kemper (2006), estos factores desatan emociones negativas, como miedo, ansiedad, ira, sorpresa, depresión y/o tristeza. En el caso de los migrantes entrevistados, algunas emociones negativas se generan por su propia condición indocumentada, que los lleva a percibirse débiles de poder en un país desarrollado, frente a sus costumbres, sus leyes, su idioma o la forma de vida liberal y consumista.

Con base en las entrevistas, se identificó que la emoción que más percibieron al cruzar la frontera fue el miedo a morir, sufrir heridas, ser detenido, perderse, ser violentados físicamente; eventos que antes de migrar conocían por discursos externos y que al vivirlos los dimensionaron a cabalidad. Un actor masculino ilustra estas emociones:

> "[…] sentí feo, los niños tenían miedo […], era impactante verlos, lloraban, querían irse, no se querían quedar, decían que querían estar con su abuelita que estaba en México. Llevaba mucho miedo porque mi mamá me decía que me podía pasar algo, mi papá, mis hermanos, teníamos miedo. En la casa mi mamá se puso a llorar, mi papá no lloro, pero se doblego, fue muy feo, me anime a irme porque quería ir. De hecho, me entró arrepentimiento de ya no querer ir, pero ya estaba cruzando el río y dije no pues ya, ya estoy aquí. Sentía que a lo mejor nos dejaban allí o que nos mataran o nos robaban el dinero como luego pasa […]" (entrevistado: Edgar G.).

Esta experiencia, exhibe la manera en que la emoción del miedo se construye con estímulos externos que proceden de la familia, de la observación de los niños que sufren, de películas, noticias y documentales que muestran los riesgos de

la migración, entre otras. En este caso, el apego familiar se presenta como objeto de amor, este actor buscará la forma de volver a reunirse con su familia. En función de este sentimiento ocurre su retorno:

> "Pues extrañaba mi familia, quería estar con ella, ya no tenía nada que hacer allá. Pues como en primavera porque allá nieva, como en febrero me vine porque quería pasar aquí mi cumpleaños […] Yo había quedado con mis papás que en un año regresaría y al año y 6 meses ya me estaban diciendo que ya viniera, que ya me querían ver".

La separación de los seres queridos puede llevar al migrante a que opte por distintas opciones: reforzar el apego con los seres queridos, o desapegarse. Ambas rutas se han identificado mediante trabajo de campo en pacientes que tienen apegos y se someten a observación clínica. En la experiencia del migrante Edgar, la elección fue reforzar su apego.

Por otro lado, la experiencia migratoria, aunque difícil y dolorosa tiene la simiente positiva para motivar el desarrollo de valores. En el caso del migrante Edgar, su narración afirma que ahora es más responsable: "Pues, me hice más responsable, valoro más a mis papás, a mis hermanos los visito con más frecuencia… me visualizo con familia, que no les haga falta nada, este mi casa bonita, mi carro bonito […]".

En el caso de otro migrante, señala que al cruzar la frontera sintió miedo. En este actor, los estímulos fueron las culebras, la migra, la muerte y otras. Como narra:

> "[…] un día se nos acabó el agua, nos habíamos espantado, era un terreno que no tenía, había árboles muy grandes, caminamos como medio día sin beber agua, llevábamos comida, pero agua no. Temor mucho, que a lo mejor yo no iba a regresar, me quería regresar del camino nomas que iba con más personas, mujeres y dije van a decir tan grandote y tan cobarde. Tenía miedo a las culebras, había mucho zacate, miedo que me mordiera una porque allí lo dejan a uno. No dormía, tenía que caminar día y noche, debía tener mucho cuidado porque la migra trae perros y si te ven o te huelen lo matan a uno […]" (entrevistado: Ernesto R.).

La emoción del miedo la emite el ser humano cuando se percibe débil de poder, ante la amenaza —estímulo— de otro, de hacerle sufrir y la impotencia de no poder impedirlo, lo que genera una sensación de sometimiento. Sin embargo, cuando el ser humano pretende resistir y/o destruir el poder que ejerce el que lo domina, la conducta se modifica a ira. Como citan algunos autores (Kemper, 2006; Bericat, 2000; Palmero *et al*., 2002), la ira surge tras la valoración cognitiva negativa de un estímulo que posee una significación de ofensa o desprecio asociado al sufrimiento; la ira trata de proteger y defender la integridad propia, de seres queridos y/o de los bienes.

En el caso del migrante Ernesto, los miedos pueden motivar a superar conflictos, expectativas y a veces a tomar decisiones. Ernesto tenía miedo, no obstante, le era más razonable seguir adelante que retornar, la mirada de los demás sobre su yo, influyó más para continuar. Algo diferente en el caso del migrante Edgar, donde su propia expectativa de ir E.U. lo ayudó a enfrentar el miedo y cruzar el río. En general, las experiencias de cruzar la frontera sin documentos tienen un alto grado de dificultad y riesgo. No obstante, Ernesto retornó, aunque tiene la añoranza de volver:

> "Me quería quedar allá, tenía un buen trabajo, pero me vine porque mis hijas, la que deje de 7 años ya estaba de 12, la que deje de 8 ya estaba de 13… mejore un poquito la economía...queremos a Dios pedirle que nos de vida… llegar a unos 80 años me gustaría que me metieran a un asilo allá en Estados Unidos, fui con un amigo que trabajaba con gente anciana y como la atienden, tienen mucho en que divertirse, televisión, tienen baños para bañarse, tienen sus albercas".

Llama la atención que en los migrantes la emoción de ira casi no se manifestó; en toda la muestra de entrevistados, sólo se encontró un caso: "[…] sentía mucha desesperación por no poder cruzar. Sentía ira y me sentía mal porque la migra es muy racista y como que quieren tratar mal a uno, hacerlo menos [...]" (entrevistado: Refugio B.).

El señor Refugio utiliza la emoción de ira para defenderse de lo que puede dañarlo, pues no solo él, sino todos los migrantes enfrentan imaginarios sociales, normatividad, discursos discriminatorios y políticas que los consignan como invasores. Su testimonio devela su convicción y deseo de estar en E.U. para mejorar:

> "[…] se enfada uno de las cosas que pasan allá, por lo mismo del trabajo, se quiere regresar uno para acá… De principio se dificulta llegar a otro país, el cambio de moneda, no sabes el idioma, es empezar de nuevo. A través de los años se te va facilitando el idioma y es más fácil, la forma de vivir es difícil, no te acostumbras a vivir con muchos en un departamento…lo que te afecta mucho es estar solo, yo viví seis años solo en un rancho y tres años estuve con un árabe vendiendo carpetas, antigüedades de la India, Pakistán, trabajaba de lunes a domingo y llegas a tu lugar, una traila. Aprendí que si se va uno, es irse definitivo, porque vas pensando en que vas a regresar y no estás bien ni allá ni aquí. Se llama sueño americano porque es muy difícil, porque andas pensando en allá y acá, al irte no piensas que puedes perder la familia, los hijos, te vas por una ilusión. Allá vas nomas a solucionar un problema, a mí me dio resultado, saque la universidad de mis dos hijas…

A diferencia de otros migrantes, éste si percibía su duelo parcial y sentía que irse debía ser algo definitivo, de lo contrario

no estaría bien dado que pensaba en los seres de los que se había separado. En este caso, el retorno es motivado por el objeto de amor que significa su familia, de igual manera tuvo algunos logros personales y familiares, además manifiesta su intención de querer ayudar a su pueblo:

"Con muchas ganas de regresar para ver la familia. Ya me había enfadado, veo lo que se ha logrado, se siente uno más contento y hasta parece que más educado por esta uno más contento, entre menos resultados haiga se pone uno agresivo. Dejé de tomar, antes tomaba cada 8 días, ahora dilato para echarme unos tequilas […]; portarse uno mejor, porque allá hay que aprender a comportarse y si no lo haces el gobierno te hace. Yo quisiera tener más tiempo para ver si algo se pudiera hacer todavía con un grupo civil y que hubieran beneficios en este pueblo o para la gente porque no hay absolutamente nada"

Otro caso que llamó la atención fue un migrante que gestionó sus pensamientos de tal manera que evitaba pensar en el miedo llevándolo a controlar esta emoción:

> "[…] a veces si vas con miedo, pero la adrenalina es más potente que el miedo porque de que te da, te da miedo […]. Pase el canal nadando y mucha gente se ha ido [ahogados] por no saber nadar, los jala la corriente y se los come el río... lo ves, pero no puedes pensar porque si piensas te entra más miedo, y luego los coyotes no te tratan muy bien que digamos, te dicen puras leperadas, tienes que hacer lo que digan […]" (entrevistado: Elías).

Para Elías, su estancia no fue suficiente, ni las condiciones de vida las adecuadas para cumplir sus propósitos económicos; pero si mejoró su desarrollo personal:

> "[…] aunque me fui a Estados Unidos no mejore nada […], ahora estoy acabando mi casa estando aquí, allá me fue un poco mal, la paga, renta, carros todo eso, no se me podía hacer todo lo que yo quería. Yo creo que (soy) un poco más responsable, porque era menos responsable y por eso me fui y el a veces quererte desahogar en el alcohol, pero uno va a trabajar y eso es lo que a mí me cambio […]."

Como vemos, las emociones permiten adaptarse al contexto; pero las emociones negativas no posibilitan a la cognición pensar con objetividad, eficiencia y eficacia. Por ejemplo, la tristeza se desencadena al percibir deficiente o insuficiente real o imaginario reconocimiento; la valoración cognitiva negativa está relacionada con la pérdida, el fracaso, actual o posible de algo valioso (Kemper, 2006; Bericat, 2000; Palmero et al., 2002). Un caso que muestra la carga emocional intensa de la migración y que deja huellas por siempre, es la muerte.

> "[…] yo tenía un amigo que falleció, me lo lleve, pagué para que pasara […], cuando él llegó allá, yo me retorne y como amigo le deje mi carro, también él cobró mis quincenas, dije que iba a pasar a cobrar, y que le dieran mi cheque. Él regresó como a los nueve meses, pero se volvió a ir. Me paso a ver un

> domingo, y me dijo vámonos, pero le dije no inventes, te costó harto trabajo pasar la otra vez, no seas tonto no te arriesgues. Él ya tenía esposa y una niña, no hizo caso y se fue, un viernes me hablan que estaba muerto en el desierto. Él iba con otro primo y los agarra migración […], lo suben a la camioneta y se lo llevan y lo encierran, pero no le hacen caso del amigo que se quedó perdido. Después de las 8 horas le preguntan y van a buscarlo, pero ya tenía 2 horas de haber fallecido […]" (entrevistado: Antonio S.).

Una vez que los migrantes retornan, ellos advierten los duelos que traen consigo, pero otras fuerzas y motivaciones los retienen. Como refiere el migrante Antonio, la diferencia de entornos resulta inmediata, y puede llevarlos a tomar decisiones apresuradas:

> "[…] me quería ir luego, luego, no me acostumbraba aquí, […] llegas y las carreteras puros hoyos, las casas ni aplanadas, empiezas a ver medio feo, salgo del aeropuerto mexicano y veo una bola de drogadictos, no inventes, te da miedo, a la gente la ves morenita y chaparrita y empiezas a extrañar todo de allá, a las dos semanas yo me quería ir, pero me aguante porque allá me sentía hostigado, fastidiado del trabajo, en ese tiempo tenía como 21 años y quería distraerme, ver las chicas… ya después me puse a trabajar en la combi que había comprado y aquí me quede".

Pero en este migrante, la valoración que hace de la familia, las fiestas culturales, ayudan en su decisión de quedarse: "[…] si fue familiar de valorar que es muy feo estar sin familia, que lloraba yo como el 31 de diciembre y todos mis hermanos y hermanas ahí conviviendo, y cuando estaba allá solo pues valore la familia […]".

En suma, durante la migración internacional ocurre una separación espacial, cultural, social, política, normativa y afectiva. Cuando se migra solo, puede ser más difícil gestionar los procesos de integración a la sociedad receptora; las emociones se vuelven más intensas, hasta el grado de que ya no es posible contenerlas y deben ser liberadas a través del llanto u otros medios. En este punto, se argumenta que tanto la experiencia emocional como la gestión emocional, se construyen a partir de la cultura emocional que existe en la estructura social (Heller, 2004, en Bericat, 2000; Kemper, 2006; Palmero *et al*., 2002). Entonces, puede decirse que, en cierta forma, las respuestas emocionales de los migrantes durante su migración fueron recursos que les permitieron adaptarse al contexto que afrontaban y que en algunos casos fungieron como un factor motivacional para seguir adelante. Pero si bien, tanto los duelos, como las experiencias y las emociones conllevan a cambios en la forma de pensar, sentir y actuar, también lo hacen con nuevos aprendizajes y resignificaciones de elementos culturales. Sin embargo, se desconoce con exactitud el estado biopsicosocial del migrante al partir y al retornar. Entonces,

existe una alta probabilidad de que la salud de esta población esté afectada en diversas formas y se manifieste en diversos momentos o circunstancias fuera de su control emocional. Como señalan otros estudios, buena parte de la vida de un ser vivo no se gobierna por propósitos conscientes, sino por procesos mentales que se activan ante algunos rasgos del ambiente y la conciencia no logra regularlos (Domjan, 2010).

Reflexiones finales

Los duelos permiten reflexionar el significado de las pérdidas y proporcionan nuevos aprendizajes y rumbos en la vida. Esto es más factible cuando éstos se logran resolver, porque al sólo pretender distraer a los pensamientos que echan de menos al objeto de amor, no los soluciona, ni borra el pasado, porque algunos tuvieron secuelas de fracturas, muertes, separaciones familiares y otros eventos que traen recuerdos, ansiedad y resentimiento.

En esta pequeña muestra de migrantes, todos refieren que el propósito de ir a E.U. fue para vivir mejor, pero en este proceso, quienes partieron sin documentos enfrentaron situaciones adversas que afectaron su salud física, psicológica y social, tanto al ir, como al venir. En general, todos los seres humanos generan duelos en diferentes tiempos y circunstancias, algunos más profundos e intensos que otros; pero en este caso la condición indocumentada del migrante, se traduce en duelos, etapas y emociones, que son más complicados y que alteran el estado de salud mental del sujeto en forma más intensa porque se acompañan del trastorno de ansiedad y/o adaptativo. Esto tiene efectos negativos en las interacciones sociales, en lo laboral, lo familiar, en las prácticas cotidianas personales y familiares, las motivaciones, el sentido de vida.

En los casos donde no logran resolver sus duelos, se precisa una terapia; sin embargo, según narran los entrevistados, ninguno de los que cae dentro de esta categoría ha recibido atención psicológica ni en Estados Unidos, ni en México. Como señala (Galtung, 2003), en cierta forma, esta indiferencia institucional es también una forma de violencia con la que deben soportar. Además de los duelos, los migrantes se enfrentan a daños físicos particularmente en la etapa del cruce de la frontera, los cuales ponen en peligro su salud física. De este modo, atendiendo la definición de salud (OMS, 2020), donde ésta es un estado de completo bienestar físico, mental y social; podemos decir que la migración internacional indocumentada afecta y altera la salud psicológica, la salud física y la salud social en los migrantes, pero más entre los indocumentados.

Referencias bibliográficas

Achotegui, Joseba (2009). "Migración y Salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises)". *Revista de servicios sociales*, no. 46, pags. 163-171. Barcelona: Universidad de Barcelona. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/41168412_Migracion_y_salud_mental_El_sindrome_del_inmigrante_con_estres_cronico_y_multiple_sindrome_de_Uises (Consultada: 11 de noviembre de 2017).

Arjona, Ricardo (2005). "Mojado". En Álbum *Adentro*. México: Sony BMG Norte.

Baca, Norma y Salas, Renato (2015). Configuraciones familiares y género en un contexto de alta migración internacional en el sur mexiquense. En Román, P. (coord.), *Hogares y familias en el Estado de México* (pp. 123-140). México: Miguel Ángel Porrúa-UAEM.

Banco Mundial (2015). *Informe sobre el desarrollo mundial 2015: Mente, sociedad y conducta.* Washington D.C., Banco Mundial.

Bautista María, Salas Renato y Jiménez Yuliana (2016). "Migrantes internacionales del Estado de México: Una mirada desde el duelo migratorio y el sentido de vida". *Sociedades y Desigualdades*, Núm. 2 / enero-junio 2016 / pp 31-43, México: Universidad Autónoma del Estado de México.

Bericat, Eduardo (2000). "La sociología de la emoción y la emoción en la sociología". *Departamento de sociología*, papers 62. Málaga: Universidad de Málaga.

Carretero, Reyna (2019). *La comunidad trashumante y hospitalaria como identidad narrativa*. México: Colegio de Michoacán, A.C.

Cohen, Jeffrey, Gijon, Sylvia, Reyes, Rafael Y Chick, Garry (2003). Understanding trasnational processes: modeling migration outcomes in the central valleys of Oaxaca Mexico. *Fields Methods,* 4(15), 366-385.

Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación [CONAPRED] (2017). *Discriminación migrantes y refugiados.* Disponible en: http://www.conapred.org.mx/index.php?contenido=pagina&id=115&id_opcion=43&op=43 (Consultada: 06 de diciembre de 2017).

Constitución de la OMS (1948). *Quiénes somos y qué hacemos*. En: http://www.who.int/about/es/

Federación Mundial de la Salud Mental (1989). *Declaración de Auckland*. Disponible en: http://www.terapia-ocupacional.com/articulos/Derechossmental (Consultada: 21 de agosto de 2017).

Domjan, Michael (2010). *Principios de aprendizaje y conducta* (6ª ed.). México: Wadsworth, Cengage Learning.

Estrada, Margarita (2008). Diferencia que hace diferencia. Migración y organización familiar. *Desacatos*, (28), 89-100.

Federación Mundial de la Salud Mental (1989). Declaración de los Derechos Humanos y de la Salud Mental. En: http://bioetica.com.mx/declaracion-de-los-derechos-humanos-y-de-la-salud-mental/ (Consultada: 15 de diciembre de 2017).

Freud, Sigmund (2008). "Duelo y Melancolía". *Contribución a la historia del movimiento psicoanalítico, Trabajos sobre metapsicología y otras obras (1914-1916)*. Tomo XIV. Madrid: Amorrortu Editores.

Galtung, Johan (2003). Violencia cultural, España: Gernika Gogoratuz.

García, Rodolfo (2009). Migración internacional y desarrollo local en El Salvador, Michoacán y Zacatecas. En I. García, E. Montoya, y O. Woo (coords.), *Migraciones globales, población en movimiento: familias y comunidades migrantes* (pp. 55-76). México: Jorale editores.

Giddens, Anthony (2006). La construcción de la sociedad. Bases para la teoría de la estructuración. Argentina: Amorrortu.

González, Valentín (2005). "El duelo migratorio". Trabajo social No. 7. *Revista del departamento de trabajo social*, facultad de ciencias humanas. Universidad Nacional de Colombia: 77-97.

Hirai, Shinji (2012). ""¡Sigue los símbolos del terruño!": etnografía multilocal y migración transnacional". En *Instituto de Investigaciones Sociales*. México: UNAM. Disponible en: https://www.academia.edu/2450357/_Sigue_emociones_y_significados_la_etnograf%C3%ADa_multisituada_y_el_estudio_de_la_migraci%C3%B3n_transnacional_en_Marina_Ariza_y_Laura_Velasco_coords._M%C3%A9todos_cualitativos_y_migraci%C3%B3n_internacional_IIS-UNAM_y_COLEF_M%C3%A9xico_2012_pp._81-111._ISBN_978-607-02-3211-4 (Consultada: 10 de octubre de 2017).

Hirai, Shinji (2014). "LA NOSTALGIA. EMOCIONES Y SIGNIFICADOS EN LA MIGRACIÓN TRASNACIONAL". *Nueva Antropología*, vol. XXVII, núm. 81, julio-diciembre, pp. 77-94. Asociación Nueva Antropología A.C. Distrito Federal, México. Disponible en: http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15936205005 (Consultada: 18 de marzo de 2017).

Hulshof, Marije (1991). zapotecs moves. Networks and remittances of bound migrants from Oaxaca Mexico. *The Nederlandse Geografische Studies,* (128) Amsterdam.

Kemper, Theodore (2006). "Power and Status and the Power-Status Theory of Emotions" a Stets Jan E. and Turner Jonathan H. *Handbook of the Sociology of Emotions,* Departament of Sociology. University of California, Springer US.

Kirdar, Murat (2007). *Labor market outcomes, capital, accumulation, and return migration: Evidence from immigrants in Germany*, MPRA (Minich Personal RePEc Archive). Recuperado de: http://mpra.ub.uni-muenchen.de/2028/

Kübler-Ross, Elisabeth (2017). Sobre la muerte y los moribundos. Barcelona: DEBOLSILLO.

Long, Norman (2007). *Sociología del desarrollo: una perspectiva centrada en el actor.* México: Colegio de San Luis.

Organización Mundial de Salud (2020). "Salud mental". Temas de salud. Disponible en: https://www.who.int/topics/mental_health/es/ (Consultada: 22 de enero de 2020).

Ortego María, López Santiago, Álvarez María y Aparicio María (2001). "El duelo". *Revista Ciencias sociales*, Universidad de Cantabria.

Palmero, Fracesc *et al*. (2002). *Psicología de la motivación y de la emoción*. Madrid: Mc Gaw Hill.

Robbins, Stephen y Judge. Timothy (2009). *Comportamiento Organizacional*. México: Prentice Hall.

Resumen curricular de los autores

Renato Salas Alfaro

Profesor investigador en el Centro de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades de la Universidad Autónoma del Estado de México. Es Doctor en Ciencias en Planificación de Empresas y Desarrollo Regional, e integrante del SNI-2. Su línea de investigación incluye la relación socioeconómica que guardan la migración internacional y las remesas, con las actividades productivas a nivel de comunidad, así como el uso productivo de los conocimientos laborales, activos y otras habilidades que traen los migrantes internacionales de retorno. Ha escrito diversos libros y artículos sobre dichas temáticas.
Dirección electrónica: rnt13@hotmail.com

María Dolores Bautista Cruz

Es Maestra en Estudios para la Paz y el Desarrollo, se desempeña como docente de la Facultad de Derecho de la Universidad Autónoma del Estado de México. Su línea de investigación son los estudios para la Paz. Entre sus publicaciones: *Violencia y paz: giros epistemológicos que responden a realidades empíricas* en Osorio Abraham (coord.), *Investigaciones sobre paz, conflictos y violencia en México*, editorial Miguel Ángel Porrúa, 2016; "Mujeres y delitos violentos. Una mirada desde las relaciones de poder y estatus", *Revista de Paz y Conflictos*, Vol. 9, n° 1, pp. 179-208, 2016.
Dirección electrónica: lola_avohej@yahoo.com.mx