

Salud mental en inmigrantes latinoamericanos

José Leonel Hernández Alvarado

Universidad Autónoma de Ciudad Juárez

Nota del autor

José Leonel Hernández Alvarado, Doctorado en Psicología, Instituto de Ciencias Sociales y Administración, Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, E- mail:

jleonel.ha@gmail.com

Introducción

Las condiciones geográficas y sociales de Ciudad Juárez han dado pie a un constante flujo de personas y familias migrantes mexicanas y latinoamericanas que tienen la ilusión de una mejor vida al llegar a los Estados Unidos de América. La migración, causada principalmente por la desigualdad social y la delincuencia que se vive en ciertas regiones del continente americano, así como la dificultad que representa la movilidad migratoria en México ha generado que los traslados se realicen en circunstancias cada vez más difíciles.

La particularidad de nuestra región es la migración hacia el norte, en 2015 aproximadamente 25 millones de personas realizaron este traslado, reflejando la importancia que tiene el corredor que une México con Estados Unidos, el cual continua siendo una de las principales sendas migratorias en el mundo y que vio una alza en su tránsito debido a los traslados migratorios y caravanas organizadas principalmente en El Salvador, Guatemala y Honduras en 2018 (Informe sobre las Migraciones en el Mundo, 2018).

En consecuencia, el flujo de migrantes en las zonas fronterizas de México tuvo un incremento significativo, de acuerdo con estadísticas presentadas por el principal albergue de Ciudad Juárez, “Casa del Migrante A.C.”, del 28 de Octubre de 2018 al 30 de marzo de 2019, se habrían registrado 10,221 personas para una entrevista con autoridades de migración en busca de ser aceptados en Estados Unidos tras una petición de asilo, de dicha cantidad solo 6,830 personas lograrían su pase al país Norteamericano y 3,391 estuvieron en espera de su turno en refugios y hoteles de la ciudad (Barranco, 2019).

Para el presente año, de acuerdo con datos actualizados del Instituto Nacional de Migración durante febrero del 2020, previo a la pandemia por COVID-19, la movilidad humana en Ciudad Juárez alcanzó la cifra de 19,846 personas quienes provenían principalmente de los países de Guatemala, Honduras, El Salvador y Cuba con la intención de cruzar la frontera de manera regular o irregular (Gamboa, 2020).

Aunque la migración no es sinónimo de catástrofe o trauma para quienes la viven, si existe una clara situación de vulnerabilidad a los riesgos físicos y para la salud

mental debido a los acontecimientos y experiencias que se viven durante los traslados migratorios, dichas situaciones pueden impactar el bienestar de las personas y contribuir al desarrollo de enfermedades y trastornos mentales de no darse una buena adaptación a los nuevos ambientes (Moya et al., 2016).

Dado que muchos de los servicios que se ofrecen en albergues o centros de atención al migrante en México y Ciudad Juárez concentran sus recursos en cubrir necesidades básicas como alimento, alojamiento y revisiones médicas, existe poca atención a la salud mental derivado principalmente de las características dinámicas que los desplazamientos migratorios tienen, de tal forma, se vuelve difícil encontrar protocolos de atención psicológica con metodologías apropiadas y diseños que permitan valorar su eficacia y replicabilidad.

Esta situación refuerza la poca relevancia que los albergues y los propios migrantes ponen en el bienestar psicosocial a través del procuramiento de la salud mental, es en esta línea donde se centra el presente trabajo; se busca contribuir a la relevancia que los procesos psicológicos tienen en el bienestar del migrante a través de una revisión exhaustiva del tema y la propuesta de una intervención multi- componente que aborde el estrés migratorio y este dirigida a personas desplazadas de origen extranjero en Ciudad Juárez.

Objetivos

Objetivo general

Formular un programa multi componente de intervención basado en evidencia para la salud mental de adultos migrantes de origen latinoamericano en Ciudad Juárez.

Objetivos específicos

1. Examinar a través de una revisión sistemática los contenidos abordados en intervenciones psicológicas y psicosociales para el manejo y control del estrés en adultos migrantes de origen latinoamericano.

2. Interpretar a través de una valoración meta- analítica la eficacia de las intervenciones psicológicas y psicosociales para el manejo y control del estrés dirigido a adultos migrantes de origen latinoamericano.
3. Establecer un protocolo de intervención psicosocial multi- componente a raíz de lo examinado a través del proceso de revisión sistemática y meta- análisis, dirigido al manejo de estrés migratorio en personas desplazadas de origen latinoamericano en Ciudad Juárez.

Preguntas de investigación

Se sabe que los desplazamientos migratorios realizados en circunstancias desfavorables condicionan el estado óptimo de la salud mental de quién realiza dichos traslados. Entonces, ¿qué temáticas se abordan en los programas de intervención para el manejo y control del estrés en migrantes adultos de origen latinoamericano?, ¿los diseños de dichas intervenciones permiten evaluar su eficacia?, ¿bajo qué modelos de intervención se basan dichos programas?, ¿es factible replicar dichas intervenciones a raíz del auge migratorio en el continente?

Justificación

La migración es un acontecimiento social complejo que ha incrementado su ocurrencia en los últimos años en nuestro país, dicha situación representa un complicado asunto para las agendas de trabajo de los gobiernos de Estados Unidos y México quienes buscan crear una contención coordinada y una adecuada gestión de personas y familias durante su trayecto migratorio hacia el norte. Más allá de considerar una sola razón por la cual las personas abandonan su lugar de origen y deciden emprender el viaje, los movimientos migratorios actuales están relacionadas con múltiples aspectos económicos, geográficos, de inseguridad social y delincuencia,

lo cual genera que la migración de cada grupo sea distinta en sus causas y sus características.

Para Jurado et al., (2016) factores como el estado de salud inicial, la edad, sexo, estado civil, conocimiento del idioma, nivel socioeconómico, lugar de origen (por su relación con guerras o conflictos), las experiencias de discriminación, aculturación y el tiempo en el país de recepción, tendrán influencia en la probabilidad de desarrollar algún trastorno psicológico relacionado con la migración como pueden ser síntomas de depresión, los trastornos de ansiedad generalizada, trastornos de pánico, trastornos obsesivo- compulsivo, trastornos de estrés postraumático y de ansiedad social.

De tal forma, el presente trabajo de investigación busca llenar el vacío de atención que se le proporciona al migrante en nuestra entidad, es a través de la presente propuesta que se apunta primero a visibilizar aquellas circunstancias que complican la asimilación de los cambios que representa un desplazamiento migratorio en el plano personal y de la salud mental, para dar pie a una extensiva búsqueda a través de metodologías sistemáticas de revisión que permitan conocer aquellos programas de intervención que cuenten con diseños apropiados que permitan evaluar su eficacia y constituyan una base para la propuesta final de un programa psicosocial multi- componente que se ajuste a las necesidades de atención de la población migrante en tránsito por Ciudad Juárez.

Aunque las circunstancias de salud que enfrentamos hoy en día como sociedad han obligado a poner en pausa el auge de los traslados migratorios a raíz del cierre en el cruce de fronteras, debemos recordar que seguimos siendo parte de un mundo desigual, dónde las carencias y las circunstancias sociales adversas como la pobreza, la delincuencia y la falta de oportunidades se verán exacerbadas como resultado de la pandemia por COVID-19, en este sentido, dadas las condiciones geográficas de nuestra región y el auge de distintos grupos migrantes en nuestra frontera, es trascendental que la comunidad académica y científica de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez aporte conocimiento y ponga a prueba los conocimientos metodológicos adquiridos, en aras de favorecer la salud y la salud mental de grupos expuestos a la vulnerabilidad social.

Marco teórico

La migración es un acontecimiento social de compleja definición pues existe desde los primeros periodos de la humanidad y se relaciona con diferentes aspectos económicos, sociales y de seguridad tanto de los países receptores como los países expulsores de migrantes. De acuerdo con el Informe sobre las Migraciones en el Mundo (2018), la migración se define como la situación en la que una persona cambia el lugar de residencia habitual, sin embargo en la actualidad debido al aumento de migraciones y desplazamientos por conflictos, persecuciones, degradación humana, cambio ambiental, falta de oportunidad y de seguridad se han agregado términos que pueden llegar a ser contradictorios o que varían de un país a otro (Glosario sobre las migraciones, OIM, 2006).

Al respecto, la investigación alrededor de temas migratorios históricamente se ha centrado en asuntos políticos, económicos y geográficos, sin embargo a partir de trabajos que analizan las narrativas de los migrantes y de la adición de conceptos como la aculturación se ha logrado vincular el fenómeno migratorio con la salud mental (Luna y Mejía-Arango, 2019).

De acuerdo con Temores- Alcántara et al. (2015), la dificultad que la migración representa y la probabilidad de desarrollar un trastorno psiquiátrico o psicológico no es igual para todos los grupos migrantes, sin embargo será común identificar emociones, pensamientos y conductas asociadas con el miedo, la tristeza, la preocupación, angustia, impotencia, soledad, enojo, frustración e indecisión, emociones que pueden alcanzar una manifestación somática a través de; dolores de cabeza, fatiga, estrés, llanto, la pérdida del sueño y de apetito, síntomas que suelen ser recurrentes en el migrante.

En tanto, para Bhugra (2004) durante el transcurso del proceso migratorio las personas se enfrentan a distintas fuentes de vulnerabilidad psicosocial de acuerdo con la etapa migratoria en la que se encuentren (pre migración, migración y post migración), tal concepción expone que la experiencia de estrés migratorio tendrá que ver con características personales como la edad, la ocupación en el lugar de origen y el

número de acompañantes, de tal forma que en cada etapa podemos encontrar componentes emocionales que se vinculan al posible desarrollo de un trastorno mental.

Es importante señalar que la garantía de seguridad de los migrantes extranjeros en su tránsito por México es nulo y están expuestos a múltiples riesgos para la salud y la salud mental, debido principalmente al poco acceso a servicios de salud por su estatus migratorio (Temores- Alcántara et al. 2015). Es así, que se busca desde la producción académica visibilizar la necesidad psicológica de los migrantes y a través de metodologías sustentables aportar al manejo del estrés migratorio de las personas en tránsito por nuestra ciudad.

Diseño metodológico

El proyecto de investigación tiene como base metodológica la estructuración de una “Revisión Sistemática” a partir de la cual se diseminarán el resto de los proyectos que componen la estructura de tesis final. Un enfoque estructurado para abordar la revisión sistemática se compone de la estrategia con el acrónimo “PICOS”, para referirnos a la población (P), la intervención (I), el grupo de comparación (C), el resultado (O), y el diseño del estudio elegido (S).

- Population: Mujeres y Hombres migrantes de origen latinoamericano mayores de 18 años.
- Intervention: Programas de intervención psicosocial para el manejo del estrés migratorio en adultos.
- Comparison: Contraste de la efectividad del programa de intervención a través de una comparación de los resultados de estrés pre y post intervención por país de origen, estatus legal, tipo de intervención y sexo.
- Outcomes: Efectividad de la intervención de acuerdo a la reducción de sintomatología relacionada con el estrés migratorio y la evaluación de sesgos en la intervención.
- Study design: Estudios cuasi experimentales con mediciones pre y post intervención.

Una vez precisadas las características de los estudios a analizar se establecieron las fuentes de información y la estrategia para identificar las investigaciones que serán parte de la revisión.

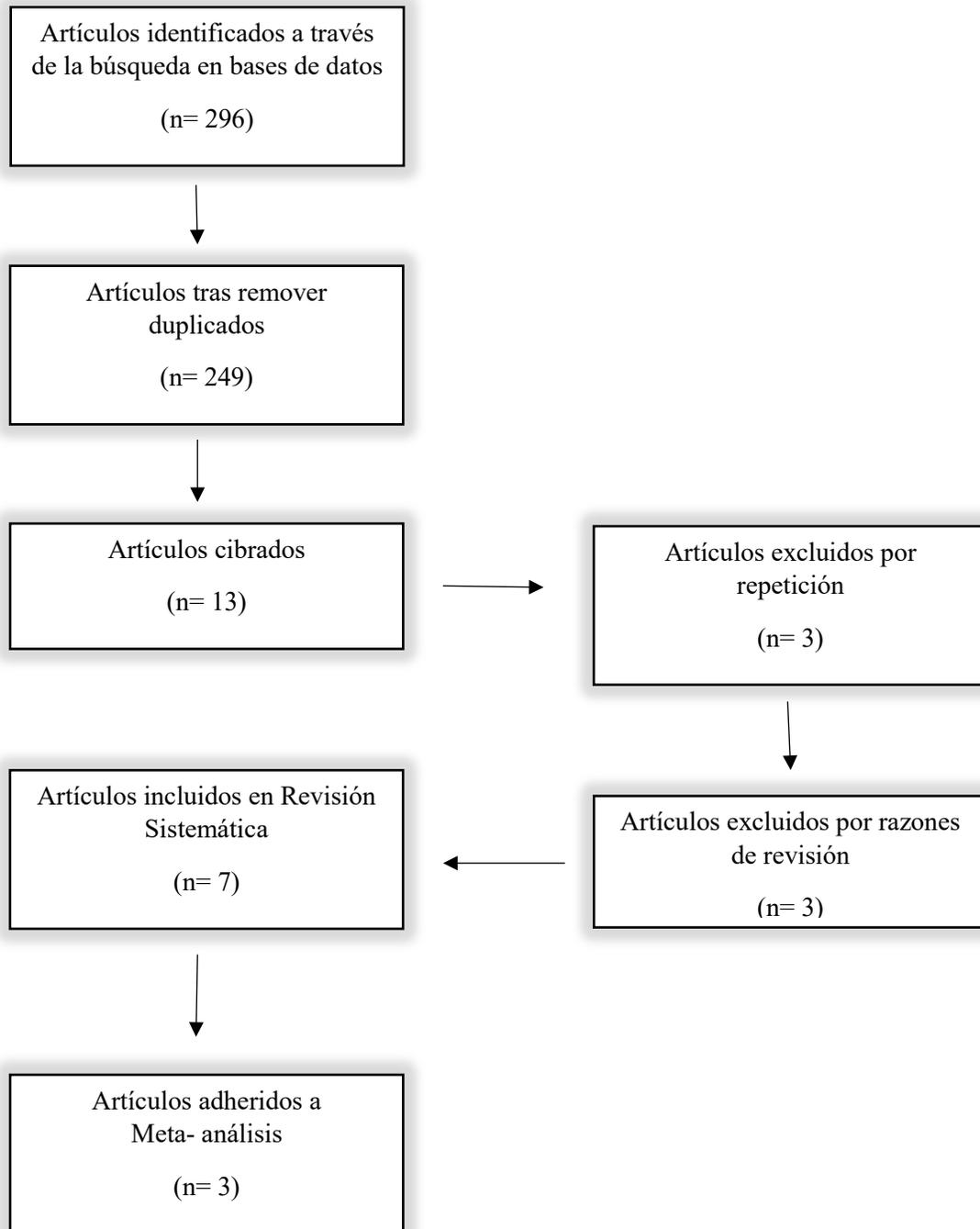
- Bases de datos: Se llevaron a cabo búsquedas en las bases de datos EBSCO, ScienceDirect, Pub Med, ELSEVIER y Cochrane entre los días 14 y 24 de Octubre del presente año.
- Características de los informes: artículos publicados en revista científicas, en inglés o español, publicados entre 2010 y 2020.
- Ecuación de búsqueda: (stress) AND (intervention OR program OR treatment OR prevention) AND (latin*) AND (immigrants OR migrants OR refugees OR displaced) AND (trial) NOT (children OR adolescents OR youth OR child OR teenager).

El proceso de selección de estudios, extracción y escrutinio de datos de cada intervención se llevó a cabo por dos revisores de forma independiente. Se analizaron las características sustantivas y extrínsecas para realizar un análisis del contenido de las intervenciones (revisión sistemática), y se analizaron las características de tratamiento y metodológicas para considerar la eficacia de las intervenciones (meta-análisis). Las características de cada estudio se codificaron en una hoja Excel que se utilizó como vaciado de datos.

- Características sustantivas: País de origen, diferencia por sexo, media de edad, número y frecuencia de las sesiones.
- Características extrínsecas: Lugar del estudio, año del estudio, logro de objetivos planteados.
- Características de tratamiento: Tamaño de la muestra, criterio diagnóstico de estrés.
- Características metodológicas: Diseño de intervención, análisis de la media pre y post intervención y evaluación de sesgos.

Resultados

Diagrama de flujo



Referencias

- Barranco, C. (30 de marzo de 2019). Tolera federación crisis migrante. *El Norte de Ciudad Juárez*. p. 8,
- Bhugra, D. (2004). Review article Migration and mental health. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 109(4), 243–258. <https://doi.org/10.1046/j.0001-690X.2003.00246.x>
- Gamboa, P. (17 de Enero 2020). Se reactiva la llegada de migrantes a Cd. Juárez. *El Heraldo de Cihuahua*. Recuperado de: <https://www.elheraldodejuarez.com.mx/>
- Glosario sobre migración. (2006). *Derecho Internacional sobre Migración. Organización Internacional para las Migraciones, OIM*. Ginebra, Suiza
- Jurado, D., Alarcón, R. D., Martínez-Ortega, J. M., Mendieta-Marichal, Y., Gutiérrez-Rojas, L., & Gurpegui, M. (2017). Factores asociados a malestar psicológico o trastornos mentales comunes en poblaciones migrantes a lo largo del mundo. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 10(1), 45–58. <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2016.04.004>
- Luna, Á., & Mejía-Arango, S. (2019). Una propuesta de complementariedad entre los estudios de migración y psicoanalíticos en salud mental. *Estudios Fronterizos*, 20, 1–24. <https://doi.org/10.21670/ref.1913034>
- Moya, E. M., Chávez-Baray, S. M., Esparza, O. A., Calderón, L., Castañeda, E., Villalobos, G., Eguiluz, I., Martínez, E. A., Herrera, K., Llamas, T., Artega, M., Díaz, L., Najera, M., Landa, N., & Escobedo, V. (2016). El Síndrome de Ulises en inmigrantes económicos y políticos en México y Estados Unidos. *Ehquidad Revista Internacional de Políticas de Bienestar y Trabajo Social*, 5, 11–50. <https://doi.org/10.15257/ehquidad.2016.0001>
- Organización Internacional para las Migraciones, OIM. (2018). *Informe sobre las Migraciones en el Mundo 2018*. Ginebra, Suiza.
- Temores-Alcántara, G., Infante-Xibille, C., Caballero, M., Flores-Palacios, F., & Santillanes-Allande, N. (2015). Salud mental de migrantes centroamericanos indocumentados en tránsito por la frontera sur de México. *Salud Pública de México*, 57(3), 227. <https://doi.org/10.21149/spm.v57i3.7561>