Traumas psicosociales en las familias de trabajadores migrantes

JUAN CARLOS HURTADO VEGA

Psicoterapeuta. Integrante del equipo de la Clínica de Bienestar Universitario de la Universidad Iberoamericana Ciudad de México. Departamento de Psicología.

Buscar mejores oportunidades en la vida como motivación para migrar obedece a una evaluación material y emocional de las circunstancias económicas, laborales, afectivas y sociales de los integrantes de familias en escenarios rurales (sin embargo, hay que destacar que la migración desde escenarios urbanos es un fenómeno creciente). México, como país de origen de personas migrantes, o, mejor dicho, como país productor de personas migrantes, no representa una base psicológica lo suficientemente segura, por lo menos ante los ojos de algunas y algunos jefes de familia, como para ofrecer bienestar presente y posibilidades de desarrollo hacia lo futuro[1] ahí en el mismo terreno donde se nació y donde hasta el momento se ha vivido.

La ausencia de un sentimiento de seguridad en el momento actual y la perspectiva de un porvenir anulado son factores que contribuyen a producir un trauma psicosocial que limita y pone a prueba tanto los recursos emocionales y económicos como los vínculos de lealtad entre personas, así como las sensaciones de pertenencia e identificación que se entretejen con el país de origen.

Migrar, aun frente a la perspectiva del desarraigo y de la multiplicación de toda clase de riesgos, se convierte entonces en una resolución emocionalmente atractiva, porque se vislumbra, en algún momento no precisado dentro del incierto futuro, la vaga promesa de un cambio de vida. Un cambio de vida, en la mayoría de los casos idealizado y cognitivamente poco claro, pero que se anhela con avidez ante la desesperación, la frustración y el desamparo que se experimentan continua y cotidianamente en el campo, pero que tiene una correspondencia, desgraciadamente, con nuestra realidad nacional, y que se vive, además, como dentro de un efecto "visión de túnel".

Trabajadores migrantes cultivan maíz en Usegi Farms en Gilroy, CA. Fotografía de Bob Nichols, tomada de Flickr.

Aspirante a inmigrante de México a Estados Unidos en la frontera San Diego-Tijuana. Las cruces representan las muertes de los intentos fallidos. Fotografía de Tomas Castelazo, www.tomascastelazo.com / Wikimedia Commons / CC BY-SA 4.0

Migrar, aun frente a la perspectiva del desarraigo y de la multiplicación de toda clase de riesgos, se convierte entonces en una resolución emocionalmente atractiva, porque se vislumbra, en algún momento no precisado dentro del incierto futuro, la vaga promesa de un cambio de vida.

Cada vez, con mayor frecuencia, migrar ha dejado de ser una decisión individual y se ha convertido en un proceso de acuerdos y desacuerdos familiares[2], ya sea tanto en sus contextos nucleares, como en los extendidos. Migrar es una (¿aparentemente única?) alternativa para muchas personas, que por lo menos les permite continuar persiguiendo una meta, persistiendo por alcanzar algo mejor, después de muchas dudas, presiones y procesos emocionalmente confusos; esto se debe a que provoca cambios drásticos, difíciles de tramitar psicológicamente.

La acción de migrar provocará que las figuras de apego familiares, aquéllas que solían ser constantes, presentes y accesibles, dejarán de estar emocionalmente dispuestas: algunas desaparecerán físicamente debido a los desplazamientos; otras permanecerán, pero serán trastocadas debido a la reestructuración de obligaciones laborales o filiales para asegurar el sustento económico; a otras, quizá, será posible encontrarles algunas figuras sustitutas suficientemente emotivas y cálidas, si hay suerte y sensibilidad dentro de la familia extendida.

Todavía están por realizarse investigaciones sistemáticas sobre los estilos de comunicación al interior de las familias y el fenómeno migratorio; por ejemplo: ¿si la decisión de migrar fuera comunicada a todos los integrantes de una familia con el suficiente tiempo de anticipación, preparación y adaptación, se podrían acaso brindar mejores oportunidades de elaborar el impacto emocional, y de construir recursos psicológicos para elaborar los posibles traumas psicosociales, coadyuvando así a conseguir una migración exitosa? De esta forma, por cierto, también surge el tema sustantivo de tratar de establecer cuáles podrían ser los parámetros para determinar que un proceso migrante ha sido más o menos exitoso, al poner a prueba toda una serie de indicadores laborales, económicos y materiales, desde luego; pero también considerando el tamiz de sus consecuencias psicológicas en lo individual, en lo interpersonal, y aún en lo comunitario.

Mientras tanto, grandes y chicos, hombres y mujeres, a favor o en contra de la decisión de separarse, es decir, todos y cada uno de los integrantes de una familia

migrante, tendrán que manejar las consecuencias emocionales de haber internalizado la modalidad migratoria en sus vidas, tal y como se les presenta en sus contextos cotidianos, entendiendo por esto que lo harán sin suficientes herramientas socio-pedagógicas a su alcance, que pudieran servir para empoderarlos. Es una dura realidad el hecho de que no existen escenarios psicoterapéuticos, ya sea privados o públicos, realmente útiles para los migrantes, adaptados a sus circunstancias, y que les resulten económicamente accesibles en sus entornos inmediatos.

La migración, cuando ocurre en condiciones ordenadas y seguras, puede tener efectos positivos para personas, comunidades y países[3]. Por ello no se pretende estigmatizar o juzgar el fenómeno. No obstante, sí se reconoce que en el contexto migratorio actual el proceso es, como mínimo, incierto, y sus efectos inmediatos tienen como resultado el establecimiento de vínculos emocionales ansiosos e inseguros en cada uno de los integrantes de las familias de trabajadores migrantes.

En el análisis de los eventos traumáticos propiciados por el fenómeno migratorio, cabe preguntar: ¿cuál podría ser el nivel óptimo de represión afectiva para que el migrante activo sea capaz de separarse físicamente de sus seres queridos, sin caer en la depresión? Sobrevivir al traslado geográfico es ya suficiente estímulo como para mantenerse ocupado, pero siempre deja tiempo para la tristeza. ¿En qué condiciones psicológicas las personas que se quedan pueden despedirse serenamente del migrante activo, sin que persistan, surjan, o se adopten resentimientos durante el tiempo de ausencia? (en promedio ocho meses al año en el caso de trabajadores migrantes legales, y por periodos todavía más prolongados cuando se trata de trabajadores ilegales)[4]. Añorar a una figura de apego física y emocionalmente ausente, más tarde o más temprano engendra afectos ambivalentes, así como dudas sobre la seguridad y la persistencia de los vínculos familiares ásperamente tensados por la distancia y el tiempo.

¿Qué encuentra en su odisea el migrante activo, que mitigue la soledad y la nostalgia durante los continuos lapsos de separación física? Los migrantes, al ser deslocalizados y viajar solos, tienen que lidiar con un contexto cultural en el que, por lo regular, no cuentan con un soporte de redes como en su lugar de origen[5]. ¿Cómo se da seguimiento, cohesión y seguridad a una vida familiar y social cada vez más despoblada, tal y como es posible observarla en pueblos fantasmagóricamente abandonados, y en núcleos poblacionales de habitantes que, por ciclos temporales, expulsan a

Trabajadores migrantes cultivan maíz en Usegi Farms en Gilroy, CA. Fotografía de Bob Nichols, tomada de Flickr.

¿Qué encuentra en su odisea el migrante activo, que mitigue la soledad y la nostalgia durante los continuos lapsos de separación física? Los migrantes, al ser deslocalizados y viajar solos, tienen que lidiar con un contexto cultural en el que, por lo regular, no cuentan con un soporte de redes como en su lugar de origen.

personas y modifican su número irregularmente? Con estos marcos de convivencia, la carencia de figuras parentales constantes, predecibles y seguras puede producir diferentes trastornos conductuales o del desarrollo, especialmente (pero no de forma exclusiva) en los hijos, los cuales no siempre alcanzarán a ser contenidos ni solventados emocionalmente por tíos, abuelos o vecinos.

La compulsiva repetición de ajustadas temporadas de contratación en el extranjero, los procesos laborales diseñados inequitativamente exprofeso, las inhóspitas condiciones de vida después de las horas laborales, y la autocensura por temor a perder tan "benéficas" oportunidades si acaso se reuniera el valor para protestar o señalar las discriminaciones e injusticias[6] también forman parte del conjunto de estresores psicológicos del trabajador migrante activo.

Migrar en estos tiempos, inevitablemente conlleva asociados procesos de deshumanización. Como ejemplo de estos procesos están los estigmas psicológicos relativos al racismo endógeno (manifestado en prejuicios, incluso entre migrantes connacionales con diferentes orígenes étnicos), y al racismo exógeno (expresado en la confusa lucha por entender y defender una identidad nacional, tal y como es experimentada por los hijos y nietos de migrantes mexicanos nacidos en el extranjero).

Las personas que migran también tendrán que lidiar con la xenofobia con que son recibidos en los países de acogida, con ideas estereotipadas sobre el origen de su pobreza, y aun con la paranoia social, en la que el migrante encarna al perfecto chivo expiatorio de grupos políticos, y a la pieza laboral sacrificable de consorcios de empleadores. Además, no hay que olvidar que el trabajador migrante activo es susceptible de convertirse en la figura (a la distancia) que justifica y explica, en automático, la existencia de todo tipo de malestares en el sistema familiar que no migró, ya que la ausencia resulta un pretexto perfecto para que no se asuman

responsabilidades individuales en los ámbitos filiales, conyugales, escolares, o del autocuidado de la salud en el lugar de origen.

Todos los anteriores representan una miríada de traumas potenciales ante los cuales los migrantes no se encuentran suficientemente advertidos, ni fortalecidos para hacerles frente. Así, se puede observar en estos grupos humanos un conspicuo fenómeno transgeneracional, el cual concibe a la migración por motivos de trabajo como parte de una "herencia" de representaciones mentales y de valores socioculturales que se transmite de padres a hijos[7], y de la cual a las generaciones jóvenes les resulta difícil abstraerse para poder encontrar alternativas diferentes de identidad personal; alternativas que podrían ser emocionalmente más sanas, menos desintegradoras en lo familiar, clarificadoras de sus identidades (tanto personales como nacionales), y más solventes en términos económicos.

Verse obligados a migrar representa, para todos y cada uno de los integrantes de una familia, el desencadenamiento de una serie de eventos traumáticos

Migrar en estos tiempos, inevitablemente conlleva asociados procesos de deshumanización. Como ejemplo de estos procesos están los estigmas psicológicos relativos al racismo endógeno (manifestado en prejuicios, incluso entre migrantes connacionales con diferentes orígenes étnicos), y al racismo exógeno (expresado en la confusa lucha por entender y defender una identidad nacional, tal y como es experimentada por los hijos y nietos de migrantes mexicanos nacidos en el extranjero).

Jornaleros agrícolas temporales en Canadá. Fotografía tomada de la página web de la Secretaría de Relaciones Exteriores.

individuales y sociales, irreversibles en sus consecuencias, e imparables dentro de las historias de vida y el desarrollo psicológico de las personas. O casi. Las organizaciones civiles, gubernamentales y transnacionales que gravitan en torno al fenómeno migratorio, deben tomar acciones encaminadas a modificar el contexto de vulnerabilidad que enfrenta esta población, ofreciendo modelos psicoeducativos de prevención, contención y acompañamiento al migrante activo, a la familia que permanece en el lugar de origen, y a la familia que se crea o se desenvuelve en territorio extranjero. Estas acciones podrían desarrollar factores de protección que ayuden a construir y concebir razones para el arraigo, sobre todo en los más jóvenes. De esta manera, a través del diseño de estrategias de elaboración psicológica y de fortalecimiento emocional, se intentaría remediar o aminorar las precarias condiciones de vida de las familias en trance de migrar.

La salud mental de los migrantes enfrenta, pues, múltiples desafíos: el no hacerlos visibles acarrea ignorar también las maneras en que se puede ayudar a estas valientes, e igualmente desesperadas, familias en tránsito. Ya sea que vayan, vuelvan, nunca regresen, se reconfiguren, se rompan, o que permanezcan en su lugar de origen, migrar resulta ser siempre un tremendo desafío para los seres humanos: con seguridad, nunca volverán otra vez a ser los mismos de antes.

¿Y si la tierra prometida también está enferma por COVID-19? Para algunos puede ser una terrible noticia el darse cuenta de que no hay paraísos perfectos. No hay un lugar, en todo el mundo, para estar a salvo. Sin embargo, esta dura verdad, para otros, es un bagaje de conocimiento cotidiano: para el migrante nunca ha habido una tierra segura.

Aun bajo estas dramáticas condiciones, nuestros paisanos, hoy mismo, continúan buscando tenazmente su bienestar físico y psicológico: día con día se enfrentan con la falta de opciones, asimilan presiones tremendas, y transforman sus vidas para siempre, cuando parece que la única salida está afuera, al aventurarse a lo desconocido, y migrar.

[1] Wells *et al.* (2014), "Sustaining Precarious Transnational Families: The Significance Of Remittances From Canada's Seasonal Agricultural Workers Program. Just Labour", *A Canadian Journal of Work and Society*, vol. 22. Autumn.

[2] McLaughlin, J., Wells, D., Mendiburo, A. D., Lyn, A. & Vasilevska, B. (2017), "'Temporary Workers', Temporary Fathers: Transnational Family Impacts of Canada's Seasonal Agricultural Worker Program", *Relations Industrielles / Industrial Relations*. 72 (4), 682–709. https://doi.org/10.7202/1043172ar

[3] Sánchez Mejorada (coord.) *et al.* (2013), "Modelo de prevención de la migración infantil y adolescente no acompañada", Promoción de la Permanencia en las Comunidades de Origen, Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia, México.

[4] McLaughlin, J., Wells, D., Mendiburo, A. D., Lyn, A. & Vasilevska, B. (2017), *op. cit.*

[5] Díaz Mendiburo *et al.* (2016), "Vulnerabilidad estructural y salud en los trabajadores agrícolas temporales en Canadá, *Alteridades*, 26 (51), pp. 85-95.

[6] Díaz Mendiburo (2015), "Las representaciones sociales que tienen los migrantes 'temporales' respecto a los habitantes de Saint-Rémi, Quebec", *Migraciones Internacionales*, vol. 8, N° 2, julio-diciembre.

[7] Sánchez Mejorada (coord.) *et al.* (2013), *op. cit.*

Las personas que migran también tendrán que lidiar con la xenofobia con que son recibidos en los países de acogida, con ideas estereotipadas sobre el origen de su pobreza, y aun con la paranoia social, en la que el migrante encarna al perfecto chivo expiatorio de grupos políticos, y a la pieza laboral sacrificable de consorcios de empleadores.