



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL
Monografía Licenciatura en Trabajo Social

“La nostalgia de andar lejos, sólo la cura el regreso”

El duelo migratorio y sus emociones.
Experiencias de inmigrantes recientes en Montevideo

Autora: Nicole Cesán Herrera
Tutora: Dra. Clara Márquez Scotti

Montevideo, Uruguay
2023

Agradecimientos

*A mi Madre,
mi primer y mayor agradecimiento.
Por transmitirme los valores de empatía y solidaridad. Por enseñarme que no todos ni todas
tenemos las mismas oportunidades. Por acompañarme y sostenerme a lo largo de todos estos
años sin juzgar. Nada de esto hubiera sido posible sin ella.*

*A mi hermano,
por guiarme y caminar al lado mío siempre.*

A mis hermanas y a toda mi familia por siempre estar.

*A mis amigas y amigos,
por ser mi segunda familia.*

*A mis compañeras de Supervisión,
por reafirmar que es de forma colectiva que debemos defender nuestros derechos.*

*A mis amigos de la Socialera,
por compartirme su filosofía de vida, sus historias y sus sentires.*

A Clara Márquez, mi tutora, por orientarme en este proceso.

*Y a las siete mujeres que me brindaron un pedacito de su historia para que esta monografía
sea posible.*

*¡Muchas Gracias!
Nicole.*

“La nostalgia de andar lejos, sólo la cura el regreso”

Arte Mural, Rosario, Colonia.

*“No hay nada más dulce que la tierra de uno y de sus padres, por muy rica que sea la casa
donde uno habita en tierra extranjera y lejos de los suyos”*

Odisea, Canto IX, p. 186

Índice

Introducción	5
Presentación de la investigación	7
1.1. Corrientes migratorias en Uruguay	7
1.2 Dificultades de los y las migrantes en su proceso de inclusión en Uruguay	8
1.3 La importancia del Trabajo Social en los Procesos Migratorios	11
1.4 Antecedentes	12
1.5 Objetivos	14
Objetivo General	14
Objetivos Específicos	14
1.6 Preguntas de investigación	15
Marco Teórico	15
1.1 Sociología de las emociones	15
1.2 Duelo Migratorio	17
1.3 El Duelo Migratorio desde la Sociología de las Emociones	21
Metodología	22
1.1 Diseño	22
1.2 Técnicas	23
1.3 Muestra	23
Análisis de los Duelos y Emociones que Implica el Proceso Migratorio	24
1.1 Los Múltiples Duelos por Migrar	24
1.2 Preparación Previa y Desafíos	29
1.3 Nuevo País, Nuevos Sentires y Emociones	33
1.4 La Socialización del Duelo Migratorio	36
1.5 El Duelo Migratorio y la Pérdida de Poder y Estatus	39
1.6 La Religión como Factor Influyente en el Duelo Migratorio	40
Reflexiones finales	41
Referencias	46
Anexos	52
Anexo 1. Guión de Entrevista	52

Introducción

El presente documento corresponde a la monografía final de grado de la Licenciatura en Trabajo Social de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de la República. El tema escogido se origina en primer lugar como una continuidad al Proyecto Integral “Cuidado Humano, Derechos e Inclusión Social” área Migraciones y Poblaciones Vulnerables. Mediante la intervención en situaciones de los centros de práctica se observó que un gran número se encontraban asociadas a problemas de salud mental y por consiguiente existía una voluminosa demanda de atención psicológica por parte de la población migrante. Ante una escasez de recursos y respuestas correspondientes, surge el interés por estudiar la salud mental en las personas migrantes, específicamente el proceso de duelo migratorio y las emociones entorno al mismo, desde una perspectiva de derechos humanos y la importancia de visibilizar dicho proceso con la finalidad de mejorar los abordajes e intervenciones que se llevan a cabo con personas migrantes.

Según el Informe del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos de 2017, el derecho al disfrute del más alto grado posible de salud física y mental se encuentra dentro de los derechos humanos fundamentales y juega un rol clave para el goce del resto de los derechos humanos (Organización de las Naciones Unidas [ONU], 2017). El derecho a la salud se encuentra reconocido en varios documentos internacionales como el Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales y la Convención sobre los Derechos del Niño y es definida según la Organización Mundial de la Salud como un estado de total bienestar físico, mental y social y no meramente la ausencia de enfermedades o dolencias (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2020). Dicho estado puede variar dependiendo de los determinantes de la salud que son “el conjunto de factores sociales, políticos, económicos, ambientales y culturales que ejercen gran influencia en el estado de salud” (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2009). Un enfoque de Derechos Humanos exige a los Estados asegurar bienes y servicios de salud mental suficientes, sin embargo, existe una jerarquía donde la salud mental se encuentra por debajo de la física generando que muchas veces la salud mental reciba menos recursos humanos y financieros (Bonapelch y Reolon, 2021). Los derechos humanos y sus pactos correspondientes son de aplicación universal por lo que los y las migrantes por el simple hecho de formar parte de la humanidad tienen derechos. A su vez, cada país cuenta con normativas específicas, como lo es en Uruguay la Ley de Migración N° 18.250 de 2008 y la Ley de Refugiados N° 18.076 de 2006 las cuales reconocen la salud de la persona migrante en su artículo 8 y 20 respectivamente.

Según Ariza (2016) la migración produce una emocionalidad particular vinculada a la complejidad del proceso de adaptación e integración de las personas migrantes a las sociedades receptoras, lo que genera a su vez repercusiones a nivel emocional y afectivo. La autora entiende que el duelo migratorio es uno de los estados emocionales paradigmáticos que se destacan en la experiencia migratoria, debido a que, se distingue por un fuerte sentimiento de pérdida causado por el cambio de residencia. El duelo migratorio es un proceso que se vive en privado y no existen espacios donde se puedan expresar las emociones y sentimientos que surgen por la pérdida, lo que impide que tanto los propios sujetos que lo viven como el resto de la sociedad generen conciencia sobre el tema (Asakura, 2016). Según González (2005) el duelo migratorio es normalizado a tal punto que se considera como un mal que se tiene que atravesar de una u otra forma, por lo tanto, considera de suma importancia el establecimiento de dispositivos y herramientas en los espacios que se trabaja con población migrante. Mediante una intervención adecuada y temprana es posible que el proceso de duelo sea mejor transitado por las personas, por lo que es fundamental el conocimiento sobre el proceso de duelo en la población migrante por parte de los y las trabajadoras sociales, ya que no todas las personas cuentan con los mismos recursos para afrontarlo. El autor entiende que “si la sensibilización ya viene incorporada de la mano de la formación se tiene mucho camino recorrido” (p. 95) y así como existe mucho trabajo por la interculturalidad también debe existir una concientización del duelo migratorio ya que este afecta la salud mental del individuo y su dimensión sociofamiliar.

La lógica de exposición del documento se organiza de acuerdo a cuatro capítulos. En el primero se presenta el tema de investigación seguido de una caracterización de las corrientes migratorias en Uruguay, las dificultades que se le presentan a la población migrante en su proceso de inclusión en Uruguay y se destaca la importancia del Trabajo Social en los procesos migratorios. Se esbozan algunos estudios que anteceden al tema de la presente monografía y se presentan los objetivos y preguntas de investigación. En el capítulo dos se desarrolla el marco teórico donde se expone la Sociología de las Emociones, el Duelo Migratorio y la vinculación de ambos ejes con el fin de abordar la presente investigación. En el tercer capítulo se presenta la metodología, el diseño y las técnicas de investigación utilizadas y en el capítulo cuatro se realiza un análisis de los resultados obtenidos en las entrevistas. Por último, se esbozan algunas reflexiones y conclusiones finales.

Presentación de la investigación

La presente monografía final de grado pretende abordar el proceso de duelo migratorio y las emociones que surgen en personas migrantes de orígenes latinoamericanos que se encuentren residiendo en Montevideo. Se problematiza la emocionalidad del duelo migratorio y la influencia de factores sociales, culturales, relacionales y estructurales en su expresión. Por lo tanto, se entiende que el objeto de estudio de la presente investigación es el proceso de duelo migratorio y las emociones de inmigrantes recientes que residen en Montevideo. Se entiende por inmigrantes recientes a aquellos que se encuentren residiendo en Uruguay hace máximo cinco años.

1.1. Corrientes migratorias en Uruguay

La Organización Internacional para las Migraciones [OIM] (2019) define a la Migración como un “Movimiento de personas fuera de su lugar de residencia habitual, ya sea a través de una frontera internacional o dentro de un país” (p. 124), sin embargo, la migración varía dependiendo del trayecto, motivaciones, condiciones, contexto, duración, situación migratoria, entre otras (OIM, 2019). Siguiendo a Rivero et al. (2019) Uruguay recibe inmigración desde antes de constituirse como país, ya que gallegos, canarios, vascos y asturianos llegaban a esta parte del territorio sudamericano durante el siglo XVIII, así como también recibió esclavos africanos. Posteriormente, durante el siglo XIX los migrantes que llegaban al país eran principalmente de Europa y hasta mediados del siglo XX ingresan también armenios, judíos y libaneses. Sin embargo, en el marco de un contexto económico desfavorable en la segunda mitad de dicho siglo, Uruguay asiste a un proceso de emigración acompañado de exilios por razones de persecución política. A fines del siglo XX se retoman los procesos inmigratorios de países latinoamericanos como Paraguay, Bolivia y Perú, empero, a raíz de la crisis económica del 2002 se vuelve a generar un proceso de emigración.

A partir de 2005 mejora el tratamiento del tema migratorio con la creación del Ministerio de Relaciones Exteriores y la Dirección de Servicios Consulares y se genera contacto con uruguayos que se encontraban en el exterior y que comienzan a retornar (Rivero, et al., 2019). A través de la Ley N° 17.927 se aprueban los acuerdos sobre Residencia para Nacionales de los Estados partes del Mercado Común del Sur (Uruguay, 2005) y sobre Residencia para Nacionales de los Estados parte del Mercado Común del Sur, Bolivia y Chile. En 2006 se aprueba la Ley de Refugiados N°18.076 (Uruguay, 2006) y en 2008 una nueva Ley de Migraciones N° 18.250 la cual entiende a la migración como un

Derecho Humano (Uruguay, 2008). Según el Ministerio de Desarrollo Social [MIDES] (2017) desde 2009 la tendencia migratoria en Uruguay presenta cambios que se vinculan directamente con una disminución de la emigración, el creciente flujo de retorno y una inmigración de países latinoamericanos y caribeños que va en aumento (p. 15). Con base en fuentes estadísticas como la Encuesta Continua de Hogares y el Censo, registros administrativos como los del Aeropuerto Internacional de Carrasco, Residencias y Cédulas de Identidad concedidas e información del área social del MIDES se concluye que hubo un incremento de la inmigración hacia Uruguay en el periodo 2011-2015 especialmente de países latinoamericanos no limítrofes, dentro de los que se encuentran nuevos orígenes como República Dominicana, Venezuela, Colombia y Cuba, proceso que se inscribe en uno aún mayor denominado migraciones Sur-Sur a nivel mundial (Rivero et al., 2019).

El Informe de resultados de la Etnoencuesta de Inmigración Reciente (ENIR en adelante) en Montevideo (Prieto et al., 2022), entiende que la inmigración de origen peruano ha sido persistente desde 1990 y las motivaciones se relacionan a lo económico, reunificación familiar o reencuentro con amigos, amigas, conocidos y conocidas. La inmigración de dominicanos sufrió una limitación en 2015 debido al requisito de tener visa de turista para poder ingresar a Uruguay, sin embargo, hacia el año 2017 volvió a tener cierto dinamismo. Las motivaciones de este origen son principalmente económicas y tienen una mayor predisposición a retornar. Mientras tanto, la inmigración de origen cubano es una de las más dinámicas, recientes y activas, siendo además muy masculinizada y la inmigración de origen venezolano comenzó en 2015 y se encuentra motivada por una mejora en la calidad de vida debido a la crisis política, económica y social del país.

1.2 Dificultades de los y las migrantes en su proceso de inclusión en Uruguay

Las personas que inician un proceso migratorio no solo se encuentran con la dificultad de dejar atrás toda una vida, un país, familiares y rutinas, sino que también resulta sumamente compleja la llegada al país receptor donde se enfrentan a nuevas lógicas de funcionamiento e instituciones. Emprender una nueva búsqueda laboral, acceder a la seguridad social y a una vivienda, buscar centros educativos y poder afiliarse al sistema de salud son tareas que los y las migrantes deben llevar a cabo con el fin de comenzar a incorporarse en el nuevo país.

Prieto y Márquez (2019) en base a la Encuesta Continua de Hogares (ECH en adelante) del periodo 2013-2018 del INE entienden que los inmigrantes recientes presentan una mayor participación y ocupación en el mercado laboral en relación a los nativos no

migrantes y a los inmigrantes antiguos, ya que se trata de una población joven. Sin embargo, el desempleo involuntario es alto en los inmigrantes recientes, lo que podría indicar dificultades de acceso al empleo. A su vez, un dato preocupante es la sobreeducación que presentan casi seis de cada diez trabajadores inmigrantes recientes, lo que implica que tengan un nivel educativo superior al que requiere el puesto de trabajo. La inmigración reciente trabaja principalmente en empresas tercerizadas como guardias de seguridad y empresas de limpieza lo que supone en ciertas ocasiones un menor respaldo de las instituciones en caso de irregularidades en las condiciones laborales.

En la misma línea, Márquez et al. (2020) entienden que los inmigrantes recientes y los inmigrantes antiguos participan fuertemente en el mercado de trabajo, pero los que llevan más años en Uruguay tienen una mayor incorporación al trabajo, por lo tanto, concluyen que a medida que pasa el tiempo de asentamiento en Uruguay disminuye el riesgo de desempleo. Con respecto al ingreso, los inmigrantes recientes perciben mayores ingresos que los inmigrantes antiguos y que los nativos no migrantes, empero, los primeros tienen la distribución de ingresos más desigual. Con el paso del tiempo después de inmigrar, los ingresos de esta población convergen positivamente con los de la población nativa, pero sólo se da en los trabajadores de ingresos medios y bajos. En los niveles altos de ingresos los inmigrantes tienen mayor ingreso que los nativos independientemente del tiempo que llevan en el país.

En Uruguay aproximadamente dos millones y medio de personas acceden a la salud mediante la seguridad social y aportan al Fondo Nacional de Salud (FONASA), dentro de los que se encuentran trabajadores formales, sus hijos a cargo menores de 18 años y mayores de edad con discapacidad, su cónyuge o concubina y jubilados (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2021). Según Prieto y Márquez (2019) existe un 11% de adultos y un 5% de niños inmigrantes que se encuentran sin cobertura de salud, cifras que si bien han descendido son preocupantes, principalmente en los inmigrantes recientes. Dentro de los inmigrantes que tienen cobertura de salud, más de la mitad se atiende en alguna Institución de Asistencia Médica Colectiva (IAMC) y la tercera parte en la Administración de los Servicios de Salud del Estado (ASSE en adelante).

Según Bonapelch y Reolon (2021) con base en la ENIR de 2018, de cada diez informantes nueve se encuentran afiliados al SNIS, mayormente a alguna Institución de Asistencia Médica Privada de Profesionales (IAMPP en adelante) y mediante FONASA. La comunidad cubana es la que tiene menor cobertura FONASA, no tienen mucho conocimiento sobre la afiliación al SNIS y es ASSE el prestador de salud con mayor significación, ya que

es el elegido por casi la mitad de los cubanos y por el 40% de los que tienen FONASA. Los migrantes de origen peruano si bien son los que llevan más tiempo de asentamiento en Uruguay no presentan una gran proporción de afiliación a FONASA y con respecto a Niños, Niñas y Adolescentes (NNA en adelante) peruanos un 74% tiene cobertura por FONASA, siendo aproximadamente la mitad de ASSE y la otra mitad de IAMPP. Nueve de cada diez dominicanos de la ENIR acceden a algún prestador de salud, escogiendo aproximadamente en partes iguales entre ASSE y una IAMPP, a su vez, se afilian mayormente por FONASA y dentro de estos un 40 % escoge ASSE. Por último, la mayoría de informantes de la comunidad venezolana se encuentran afiliados a una IAMPP, tienen la mayor cobertura por FONASA con respecto al resto de las comunidades estudiadas y dentro de estas la gran mayoría escoge una IAMPP. Además, los y las venezolanas presentan un gran conocimiento del sistema de salud uruguayo, independientemente del tiempo que llevan en Uruguay.

En cuanto a la vivienda predomina el inquilinato y respecto a la calidad de las mismas existe un porcentaje que no debe ignorarse, debido a que un 7,6% de inmigrantes nacidos en países de la región no limítrofes se encuentran viviendo en condiciones de hacinamiento y no cuentan con un espacio para cocinar (MIDES, 2017). Un 6% de los inmigrantes recientes y un 2% de inmigrantes antiguos que viven en viviendas particulares presentan Necesidades Básicas Insatisfechas (NBI en adelante) de vivienda en el periodo 2016-2018 (Prieto y Márquez, 2019). Estos valores son incluso menores que los nativos no migrantes, sin embargo, no se tienen en cuenta en la ECH las viviendas colectivas, por lo que los resultados sobre las NBI de la vivienda en los inmigrantes son parciales. Resulta fundamental también tener en cuenta la aprobación de la Ley N° 19.889 de Urgente Consideración que se promulgó en el año 2020, debido a que facilita los desalojos de inquilinos, pudiendo realizarse en 30 días al buen pagador y en 6 días al mal pagador, generando únicamente beneficios para el arrendatario y agregando una complejidad más a la situación de muchos migrantes.

Según el análisis realizado por Bengochea y Madeiro (2020) a partir de la ENIR de 2018 en Uruguay no se encuentra garantizado el acceso a una vivienda adecuada entre las personas migrantes. El hacinamiento en la vivienda presenta niveles críticos, incluso dentro de aquellos que se encuentran residiendo en Uruguay hace más de un año y se observan niveles altos dentro de viviendas colectivas que son las más usuales dentro de los inmigrantes recién llegados. La vivienda colectiva y el hacinamiento es una de las causas de la vulnerabilidad residencial que presentan las personas migrantes, la cual se intensifica con el hecho de vivir en pensiones, más aún si éstas son irregulares.

Siguiendo con Prieto y Márquez (2019) en el aspecto educativo, los niveles de asistencia escolar de NNA inmigrantes son superiores que los de NNA nativos no migrantes que tienen menos de 6 años o entre 15 y 17 años, pero son similares entre NNA de 6 a 14 años. A su vez, los NNA inmigrantes que saben leer y escribir superan a los NNA no migrantes o de segunda generación, es decir, aquellos que son nacionales uruguayos con padre o madre migrante. Según la ENIR y un análisis realizado por Anfitti y Montiel (2021) existe un acceso generalizado a la educación primaria en niños y niñas migrantes y se destaca una gran asistencia a nivel inicial, sin embargo, no es posible realizar afirmaciones estadísticamente elocuentes con respecto a educación media básica y superior.

1.3 La importancia del Trabajo Social en los Procesos Migratorios

La profesión del Trabajo Social “Promueve la dignidad y el desarrollo humano, la participación y el acceso real a los derechos y bienes sociales, materiales y culturales producidos socialmente sin discriminación basada en género, edad, orientación sexual, origen étnico-racial o socio-económico, filiación religiosa o política, discapacidad, ni de ninguna otra índole” (Uruguay, 2019, Art 3). Montes (2022) entiende que resulta necesario desde el Trabajo Social generar una metodología propia con el fin de poder llevar a cabo procesos de intervención adecuados con población migrante que se encuentre en un proceso de duelo migratorio. Resulta fundamental promover y fomentar la cohesión social, el fortalecimiento y autonomía de las personas migrantes y la autora propone a la entrevista como una herramienta que permite conocer el proceso migratorio y la historia de vida permitiendo construir junto a la persona un espacio de transformación y acompañamiento.

Se vuelve indispensable que cada profesional del Trabajo Social posea conocimiento acerca del duelo migratorio, sus etapas y características con el fin de generar un apoyo social y comunitario, comprendiendo las emociones y sentimientos que se generan y así evitar que el duelo se convierta en un problema de salud mental más complejo (Montes, 2022). González (2005) cree esencial que los y las trabajadoras sociales participen en la creación de propuestas de intervención con personas que se encuentren atravesando el duelo migratorio, sensibilizando a las instituciones, fortaleciendo a las redes, creando espacios de escucha y grupos de apoyo. Esto se vuelve aún más importante teniendo en cuenta el gran flujo inmigratorio que presenta Uruguay en los últimos años y desde la profesión de Trabajo Social se debe tener conocimiento de los procesos migratorios y sus implicancias, ya que no solo es un simple cambio de residencia sino también de lengua, costumbres, comidas, teniendo que

generar nuevas redes, encontrar un empleo, una vivienda, asistir a nuevos centros educativos y de salud.

Las personas migrantes deben tener un acceso real a sus Derechos Humanos, poseer la información suficiente que les permita desarrollar un proyecto de vida con autonomía y en pie de igualdad con las personas no migrantes. Los y las profesionales del Trabajo Social en Uruguay deben brindarles procesos de intervención adecuados en términos éticos, teóricos y técnicos, que se encuentren en línea con los Derechos Humanos y su garantización, actuar bajo los valores de libertad, justicia social, solidaridad, igualdad y participación en que se sustenta su Código de Ética profesional, buscando la justicia social y la igualdad.

1.4 Antecedentes

Con relación a la búsqueda de antecedentes que aborden la temática del duelo migratorio y sus emociones, es importante destacar que no se encontró una amplia variedad de artículos o investigaciones. A nivel nacional uno de los documentos académicos sobre el duelo migratorio es en el ámbito de la psicología, se titula “El regreso de los hijos de Gardel: Repercusiones psico-sociales de los procesos de duelo en migrantes de retorno” y es el pre-proyecto de investigación elaborado por Esteban Tomati en 2016 como trabajo final de grado de la Licenciatura en Psicología de la Facultad de Psicología, Universidad de la República. Aborda la temática migratoria de los retornados uruguayos desde una mirada psicoanalítica utilizando tres historias de vida. El pre-proyecto pretende partir de los conceptos de trauma, duelo e identidad con el objetivo de “conocer las repercusiones psicosociales del proceso de retorno en uruguayos migrantes” (Tomati, 2016, pág.14) y en cuanto al duelo migratorio específicamente aspira a delimitar sus características.

Otro de los documentos académicos se trata de una revisión bibliográfica realizada en 2020 como trabajo final de grado por Alejandra Osano con el fin de obtener el título de Lic. en Psicología en el marco de la Facultad de Psicología, Universidad de la República. Se titula “El duelo por la pérdida de un ser querido cuando se ha emigrado” y a partir de una perspectiva psicoanalítica se realiza una revisión bibliográfica sobre el duelo migratorio en vinculación con el proceso migratorio. Ahonda en el concepto de duelo con autores como Sigmund Freud desde el psicoanálisis y seguidamente hace referencia a los factores culturales y sociales que existen en torno al duelo por la muerte. Desarrolla el concepto de duelo migratorio con las ideas del psiquiatra Joseba Achotegui abordando a la migración como una experiencia traumática con autores como León y Rebeca Grinberg. La monografía pretende abordar particularmente el duelo que se lleva a cabo cuando muere un ser querido y la

persona que sufre la pérdida se encuentra en un proceso migratorio, procurando ser de utilidad para futuras profundizaciones teóricas que enriquezcan el abordaje clínico.

A nivel regional, en Colombia una investigación titulada “Aproximaciones al Duelo Migratorio de los Venezolanos Residentes en la Ciudad de Medellín, Colombia: Un Estudio Cualitativo” (Millán et al., 2021) tuvo como objetivo entender la experiencia migratoria de migrantes venezolanos en Colombia, específicamente cómo la sienten y la perciben, como la recuerdan o le dan sentido, con el fin de aproximarse a la experiencia de los duelos migratorios. Es una investigación cualitativa, se utilizó el método fenomenológico hermenéutico y los resultados obtenidos mostraron que la elaboración del duelo fue facilitada por la cercanía entre los países, la similitud en la cultura, las redes de apoyo tanto sociales como institucionales y la poca vulnerabilidad que presentan al momento de la migración. Sin embargo, la pandemia por COVID 19 produjo otras ansiedades previamente a la migración, interfiriendo en el proceso de adaptación.

Por otra parte, en el Instituto de Investigaciones Sociales de la Universidad Nacional Autónoma de México, la Dra. Ariza coordina el Seminario Institucional “Sociología de las Emociones” desde 2009 donde se abordan temáticas como la migración. Dos publicaciones coordinadas por la Dra son: “Emociones, Afectos y Sociología: diálogos desde la investigación social y la interdisciplina” publicado en 2016 y “Las emociones en la vida social: miradas sociológicas” en 2020, donde, partiendo de la sociología de las emociones como plataforma para la investigación social y en conjunto con otras disciplinas como la Psicología, Antropología, Biología y Sociología se realizan investigaciones relacionadas con las emociones y la afectividad en el curso de vida, entorno familiar, experiencia laboral, comunidades indígenas, movimientos sociales, violencia de género y migración. En cuanto a esta última una de las publicaciones se titula “Entramado de emociones: Experiencias de duelo migratorio de hijos e hijas de migrantes hondureños(as)” elaborada por la Dra. en Antropología Social Hiroko Asakura. A partir de entrevistas que se realizaron en Honduras a adolescentes y cartas que los mismos escribieron para sus padres migrantes, la autora explora el entramado de emociones que surge en el duelo migratorio, describiendo el proceso. Concluye que la migración del padre, madre o ambos se convierte en una pérdida que conlleva a una gran incertidumbre y como consecuencia del contacto recurrente con sus progenitores se reabre la herida de separación constantemente, siendo un dolor recurrente y múltiple. En este escenario surgen numerosas emociones y sentimientos y se observa claramente la falta de socialización que presenta el duelo migratorio, por lo que se evidencia una inconsciencia por parte de los sujetos y la sociedad de generar espacios donde se pueda

expresar su dolor de forma pública, siendo un proceso complejo y generando un entramado de emociones en la vida de las hijas e hijos de migrantes.

Por último, en un estudio realizado por la Sociedad de Ayuda al Inmigrante Hebreo [HIAS] y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF] en 2022, las emociones más significativas relacionadas al duelo migratorio en Niñas y Adolescentes en proceso migratorio y de desplazamiento forzado son: miedo, desasosiego, nostalgia, soledad, confusión, no pertenencia, frustración e indefensión aprendida. El miedo se relaciona al peligro, específicamente a ser secuestradas, robadas y/o agredidas sexualmente, mientras que el desasosiego se relaciona a la incertidumbre y las dudas de lo que vendrá. La nostalgia se asocia a la tristeza y vacío de las cosas que se dejan atrás como personas, mascotas, comidas, vestimenta y la emoción de soledad se deriva de la falta de redes de apoyo y escucha para sostenerlas emocionalmente y en situación de necesidad. Con respecto al sentimiento de confusión se vincula a no tener la información suficiente sobre el porvenir y las acciones a tomar en relación al mismo y la no pertenencia se da cuando los lugares de llegada no cuentan con políticas convenientes que promuevan una reorganización socioeconómica real. Por último, cuando no se alcanza una situación socioeconómica y afectiva deseada se produce un desengaño y por lo tanto un sentimiento de frustración, y la indefensión aprendida se trata de una gran percepción de descrédito que ocasiona la violencia de género cotidiana y que se relaciona a situaciones de abusos tanto en país de origen como de destino.

1.5 Objetivos

Objetivo General

- Describir y analizar la experiencia de duelo migratorio y las emociones que surgen en personas migrantes.

Objetivos Específicos

- Conocer el proceso de duelo migratorio y las emociones que surgen en personas migrantes.
- Conocer la preparación del proyecto migratorio y las expectativas e identificar si existe una relación (o no) con la elaboración del duelo migratorio y sus emociones.
- Identificar si la experiencia del duelo migratorio y sus emociones se viven únicamente en privado.

- Indagar en la situación socioeconómica, educativa y de salud de las personas migrantes y su relación con la elaboración del duelo migratorio y sus emociones.
- Identificar qué otros factores inciden en el proceso de duelo migratorio y las emociones de las personas migrantes.

1.6 Preguntas de investigación

- ¿Cómo es el proceso de duelo migratorio? ¿Cómo procesa los distintos duelos por migrar? ¿Qué emociones surgen en el duelo migratorio?
- ¿Cómo es la preparación previa del proyecto migratorio? ¿Cuáles son las expectativas previas a migrar? ¿Existe una relación (o no) entre estos aspectos y la elaboración del duelo migratorio y sus emociones? ¿Cómo es esa relación?
- ¿Comparte con alguien la persona migrante sus emociones durante su proceso de duelo migratorio? ¿Con quién?
- ¿Cómo era la situación socioeconómica, educativa y de salud antes y después de migrar? ¿Hubo una variación? ¿Existe una relación entre estos aspectos y la elaboración del duelo migratorio y sus emociones? ¿Cómo es esa relación?
- ¿Inciden otros factores en el proceso de duelo migratorio y sus emociones? ¿Cuáles?

Marco Teórico

1.1 Sociología de las emociones

La sociología de las emociones tiene sus primeras apariciones en el último tercio del siglo XX. Según Bericat (2000) previamente la sociología se encontraba fuertemente condicionada por el positivismo y racionalismo de la modernidad, por lo que la emoción era incorporada en la sociología de forma marginal y secundaria en autores como Émile Durkheim, Max Weber, George Simmel, entre otros. En el periodo comprendido entre 1930 y 1970 la emoción no tuvo un lugar certero en la sociología y es a finales de la década del setenta que comienzan a surgir algunos trabajos que la incorporan. El autor discute el lugar de la emoción en la sociología entendiendo la importancia de incluirla, debido a que las emociones son experimentadas por los seres humanos y tienen un papel muy importante en cualquier fenómeno social, ubicándose por ende en un lugar fundamental para la investigación y la teoría sociológica. Desde el surgimiento hasta la actualidad se han desarrollado diferentes perspectivas teóricas dentro de la sociología de las emociones con el fin de comprender e interpretar las emociones. En esta ocasión se utilizarán la perspectiva

sociocultural y estructural-relacional, tal como plantea Jacobo (2016), ya que según la autora es sumamente enriquecedor utilizar ambas para una comprensión más completa de las emociones. En este sentido, los individuos son actores ubicados en determinadas posiciones de la estructura social pero también se encuentran sumergidos en un clima cultural que define mediante normas y reglas el significado de las emociones.

Arlie R. Hochschild, pionera de la sociología de las emociones, publica en 1975 “The Sociology of Feelings and Emotions” entendiendo a las emociones no sólo como respuestas fisiológicas y biológicas sino también como sociales y culturales, por lo que su propuesta teórica es sociocultural. Hochschild (1979) entiende que las emociones se encuentran influidas por los valores, creencias e ideas de una sociedad que surgen de la interacción social y se incorporan en cada proceso de socialización, aunque afirma que no son totalmente determinadas por estos factores. La autora enfatiza en el aspecto social de la emoción porque a través de esta las personas son conscientes de la realidad y del lugar que ocupan en la sociedad. Además, las emociones se encuentran fuertemente condicionadas por las expectativas previas que tienen las personas en determinada situación y funcionan como señal debido a que le brinda a la persona información sobre ella misma, el entorno en el que se encuentra y su relación con él. Para Hochschild (1975) esta función de señal indica la importancia y significación que para la persona tiene una situación determinada, por lo que su estudio permite comprender lo que representan para las personas determinados procesos, situaciones y prácticas. Sin embargo, Trevignani y Videgain (2016) entienden que dicha función no es simplemente reactiva e irracional, sino que la señal se encuentra informada por el entorno del individuo, sus instituciones, estructuras de poder, el lugar que tiene en dicha estructura y el que desea tener así como también las expectativas asociadas con esos lugares. El proceso emocional comienza como señal y luego supone una gestión de los sentimientos y emociones que depende de lo que socialmente se considera apropiado y lo que no en cada situación o circunstancia (Hochschild, citado en Trevignani y Videgain, 2016). Según la autora existen unas reglas del sentir que disponen y permiten unas emociones y no otras, y el trabajo emocional va más allá de reprimir o controlar las emociones sino también sobre la evocación de determinadas emociones deseables.

Otro de los sociólogos pioneros de esta disciplina es Theodore D. Kemper quien publica en 1978 “A Social Interactional Theory of Emotions” donde propone una mirada estructural-relacional, entendiendo que la mayoría de las emociones surgen, tienen lugar y se experimentan en el marco de las relaciones sociales. De esta forma, emociones como odio, vergüenza, nostalgia, tristeza, alegría y frustración nacen en situaciones sociales específicas,

por lo tanto, estudiar una emoción implica comprender la situación y la relación social que la atraviesa (Bericat, 2000). La teoría del autor pretende explicar el tipo de emoción que siente una persona en el marco de una interacción teniendo en cuenta propiedades relacionales determinadas, entendiendo que el poder y el estatus son las dos dimensiones relacionales básicas. De esta forma, los sujetos que tengan poder o lo ganen en una determinada interacción sentirán emociones positivas (satisfacción, seguridad, confianza) y de lo contrario serán emociones negativas, como el miedo. A su vez, aquellos sujetos que tengan un estatus alto mediante el prestigio, experimentan emociones positivas como orgullo y a la inversa, quienes no tengan el estatus suficiente o lo pierdan, sentirán emociones negativas como la vergüenza. Barbalet (1998) -quien continúa en la misma perspectiva teórica que Kemper- afirma que si bien las emociones presentan rasgos culturales no es su base fundamental, sino que provienen de un cimiento social-estructural, teniendo presente las relaciones estructurales de estatus y poder que producen a las emociones. Estas presentan naturaleza dual debido a que son experienciales -registradas y vivenciadas por un individuo- y contextuales - en el marco de un entorno determinado. A su vez, Ariza (2016) teniendo en cuenta que las emociones surgen como cualidad socioestructural de una interacción, entiende que es fundamental ahondar en la ubicación que las personas tienen en la estructura jerárquica de una sociedad y el poder que se ejerce de unos sobre otros en las diferentes situaciones relacionales.

1.2 Duelo Migratorio

Según González (2005) en el proceso migratorio las personas suelen idealizar el país de destino, sin embargo, eso se desvanece cuando llegan y se encuentran con situaciones de trabajo, vivienda, salud y educación complejas, así como también la dificultad de generar redes, aprender el idioma o las diferentes jergas, generando inconvenientes en su adaptación e integración. En este sentido, Achotegui (2000) expresa que la migración no solo conlleva cambios positivos, sino que también se generan ciertas pérdidas que la persona migrante debe procesar mediante un duelo. Se trata de una reelaboración de los vínculos que la persona migrante tenía en su país de origen, los cuales delimitaron fuertemente su personalidad, pero que cuando llega al nuevo destino debe volver a generar, ya sean vínculos con personas, con la nueva tierra, la lengua, la cultura, entre otras. González (2005) agrega que para elaborar cualquier tipo de duelo es necesario asimilar lo que se dejó atrás pero también lo nuevo procurando un equilibrio, sin embargo, no es un proceso simple, sino que se encuentra cargado de dolor y sufrimiento. El duelo no se desarrolla de la misma forma en todas las

personas porque depende de diversos factores, entre ellos: condiciones de vida anteriores y actuales, integración social, generación de redes que brinden apoyo, entre otros recursos. Achotegui (2000) añade que cuando se presentan dificultades en la elaboración del duelo migratorio aparecen muchas veces problemas a nivel de salud mental. Elaborar el proceso de duelo migratorio puede ser para algunas personas algo más difícil que para otras, y el autor entiende que cuando se vuelve problemático y por lo tanto resulta muy complejo elaborarlo, se padece lo que denomina “Síndrome de Ulises” (Achotegui, 2008, p.16). Esta titulación proviene de la mitología griega y hace alusión a las dificultades, adversidades y el sufrimiento que atravesó en sus viajes el héroe Ulises en la obra *La Odisea*. Estas complejidades a nivel de salud mental empeoran cuando la persona se encuentra en circunstancias de vida complejas como por ejemplo explotación laboral, persecución política o condiciones de vivienda difíciles. A su vez, afirma que cuando las personas migrantes preparan y elaboran de forma sólida su proyecto migratorio no se les dificulta tanto el duelo, pero no ocurre lo mismo cuando el proyecto no se prepara de forma consistente como es el caso de los y las refugiadas.

González (2005) describe al duelo migratorio en primer lugar como “parcial” porque el objeto que se pierde -en este caso el país- no desaparece de una vez y para siempre, sino que sigue estando allí, así como también la idea o posibilidad de retornar temporal o definitivamente (p.84). En segundo lugar, el duelo migratorio es “recurrente” debido a que se reabre todo el tiempo mediante la comunicación con familiares y amigos a través de redes sociales y viajes ocasionales, lo que se acentúa aún más cuando las condiciones en el nuevo país son complejas (p.84). Por último, se trata de un duelo “múltiple” porque no solo se pierde el país, los familiares y amigos sino también el nivel social, la cultura, lengua, entre otras cosas que tienen un gran valor para las personas que emigran (p.85). La migración conlleva en primer lugar una separación geográfica pero también implica un distanciamiento afectivo (Asakura, 2016) y según Ariza (2016) se produce una emocionalidad peculiar ya que no solo se trata de la complejidad que tiene el proceso de adaptación e integración de las personas migrantes en las sociedades a las que llegan sino que también presenta complejidades y tensiones en su identidad, el alejamiento de su tierra y lo que eso implica sobre su estabilidad afectiva y emocional. La autora entiende que el duelo migratorio es uno de los estados emocionales paradigmáticos que se distingue en la experiencia migratoria, caracterizándose por un intenso sentimiento de pérdida por el cambio de residencia.

Por otra parte, siguiendo con Asakura (2016) el duelo por la muerte de una persona cercana se expresa de forma pública mediante diversos mecanismos para canalizar el dolor

como el velorio o entierro, sin embargo, el duelo migratorio se caracteriza por una nula socialización, se procesa en privado y no existen espacios donde se pueda llevar a cabo de forma abierta debido a la ambigüedad que presenta dicho duelo al ser una pérdida que no es completa ni definitiva. La inexistencia de estos espacios dificulta que se genere por parte de la sociedad una conciencia respecto al duelo migratorio, así como también por los sujetos implicados, obstaculizando el surgimiento de ámbitos donde se puedan expresar los sentimientos y emociones del proceso. En la misma línea, González (2005) entiende que “Esta sociedad occidental que nos hemos dado, si hay algo que no favorece es la expresión emocional de nuestros miedos, temores, pérdidas. Todo aquello que pueda ser entendido como mostrarse vulnerable o débil, hay que ocultarlo” (p. 94). El autor resalta la importancia que tiene realizar el proceso de duelo migratorio de forma adecuada debido a que resulta fundamental para la integración y adaptación de la persona migrante. La manera en que se lleva a cabo el duelo afecta la vida privada de la persona, su organización familiar y la forma en que esta funciona, así como también las actividades que realiza en su día a día, por lo tanto, es un proceso único en cada persona que resulta difícil de entender tanto por ella misma como por su entorno. El autor constata el gran desconocimiento sobre el tema por parte de profesionales que trabajan con esta población y afirma la importancia que tiene su conocimiento para poder a través de la comprensión y empatía llegar a una mejor integración de las personas migrantes.

Achotegui (2000) entiende que existen siete duelos específicos de la migración: el duelo por la familia y amigos, el duelo por la lengua, el duelo por la cultura, el duelo por la tierra, el duelo por el estatus, el duelo por el contacto con el grupo étnico y el duelo por los riesgos físicos. Respecto al duelo por la separación de familiares y amigos, existen dos aspectos importantes, ya que por un lado puede existir la posibilidad de que los vínculos en el país de origen hayan sido conflictivos y que migrar sea una oportunidad para elegir y construir nuevos vínculos. Empero, también puede ocurrir que los vínculos que quedaron en el país de origen se comiencen a reestructurar. Más allá de estas dos posibilidades, el autor entiende que es muy angustiante tener a familiares y amigos a una gran distancia y no poder contar con su afecto y apoyo en situaciones complejas, como por ejemplo en caso de enfermedad. Asimismo, otra de las situaciones que genera un sentimiento de culpa en las personas que migran es cuando tienen en su país de origen a hijos, hijas, padres y/o madres muy mayores.

En cuanto al duelo por la lengua materna, Achotegui (2000) afirma que los y las migrantes realizan un enorme esfuerzo con respecto a su aprendizaje en el nuevo país, debido

a que influye sumamente en el ámbito laboral. En este punto es importante tener en cuenta los factores sociales, debido a que dependiendo del poder adquisitivo de la persona migrante va a poder acceder o no a una educación específica para aprender la nueva lengua ¹. El duelo por la cultura tiene que ver con todo aquello que la persona ha aprendido en su país de origen: lógicas de funcionamiento, concepciones, disposiciones y actitudes mediante las cuales se posiciona en y ante el mundo y que en el nuevo país pueden ser totalmente otras, como la vestimenta o alimentación. El autor entiende que cada cultura debe valorarse y disfrutarse y no se la debe colocar por encima de los derechos ciudadanos.

Continuando con Achotegui (2000), las personas migrantes suelen sufrir mucho por el cambio de temperatura, de paisaje, de humedad, de olores, de luminosidad y esto se debe a la representación simbólica que tiene la tierra con respecto a los padres y a los antepasados. Estos aspectos se suelen idealizar, lo que trae consigo sentimientos de amor-odio, teniendo en cuenta que cuando se exagera en demasía el valor de algo, se debe a que no se lo puede tolerar tal cual es y se lo maquilla con exageración para que se vea más afín a las necesidades y deseos de la persona. La migración trae consigo un proyecto personal y/o social de progreso, sin embargo, el nivel de estatus social desmejora en la mayoría de las personas migrantes con respecto al que tenían en el país de origen, por ejemplo, las personas que poseen estudios universitarios, pero no se encuentran trabajando de su profesión. Las situaciones socioeconómicas desfavorables, las dificultades legales y los diferentes tipos de discriminación que sufren las personas migrantes generalmente ocasionan que el proyecto migratorio fracase.

En cuanto a la pérdida de contacto con el grupo étnico de origen se relaciona con que existe una conciencia de un “nosotros” y por otro lado de un “ellos” lo que se vincula a la pertenencia a un grupo humano con determinada historia, lengua y cultura (Achotegui, 2000, p.16). A su vez, existe la forma de pertenencia a una nación que no depende de los orígenes de las personas sino de un proyecto futuro en común que es la base de su cohesión. Esto puede ser planteado por los autóctonos llevando a un rechazo o asimilación de los inmigrantes, así como puede ser planteado por los propios inmigrantes con el fin de poder mantener su cultura, rechazando la integración. Por último, las personas migrantes se encuentran expuestas a diversos riesgos para su salud e integridad física y esto implica, además de posibles enfermedades, un proceso de duelo por todo aquello que se perdió. Las circunstancias que pueden dar lugar a enfermedades son: la ausencia de una vivienda o una

¹ En la presente investigación no existe una diferencia en la lengua, debido a que las personas migrantes entrevistadas comparten el mismo idioma que se utiliza en Uruguay.

que no cuente con las condiciones higiénicas necesarias, vivir en condiciones que no permitan protegerse del frío, una alimentación inapropiada y/o insuficiente, entre otras. Asimismo, también existen riesgos físicos en los accidentes y enfermedades laborales, en el trayecto migratorio y en situaciones de discriminación y/o xenofobia.

1.3 El Duelo Migratorio desde la Sociología de las Emociones

El estudio del duelo migratorio desde la sociología de las emociones permite comprender el proceso desde una mirada social, cultural, relacional y estructural, pudiendo tomar distancia de una mirada únicamente patológica -como suele serlo desde la psicología- partiendo de la particularidad emocional que presenta el proceso migratorio y las implicancias que tiene el duelo en el plano emocional y afectivo (Ariza, 2016).

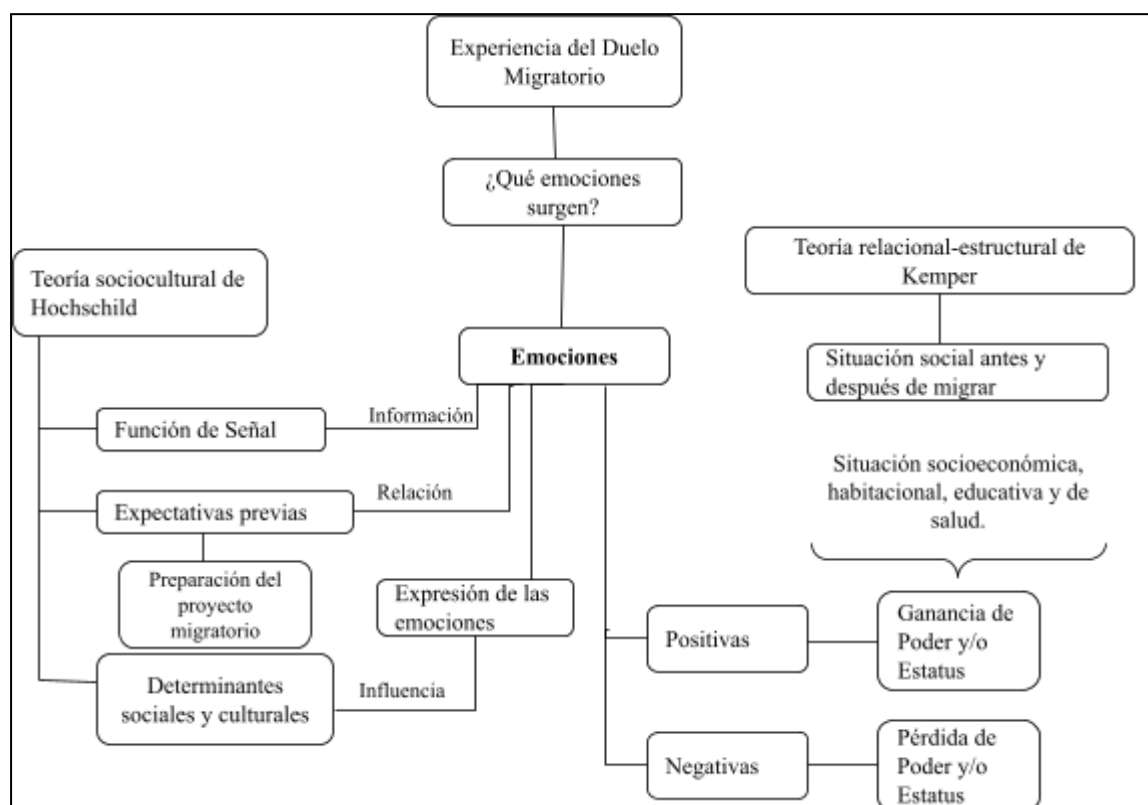
Mediante la teoría sociocultural de Hochschild (1979) es posible ahondar en las emociones que surgen en el duelo migratorio e identificar la vinculación que tienen con las experiencias previas, debido a que según la autora las emociones son condicionadas por la experiencia previa y asimismo relacionar lo planteado por Achotegui (2000) en cuanto a la mayor complejidad de elaborar el duelo si el proyecto migratorio no se prepara sólidamente. También es posible tener en cuenta la función de señal que tiene cada emoción, lo que permite comprender la relevancia que tiene para la persona la situación que se está viviendo. A su vez, al entender que las emociones se encuentran influenciadas por la sociedad y su cultura resulta pertinente tener presente lo planteado por González (2005) en cuanto a la nula socialización que presenta el duelo migratorio y por lo tanto también de sus emociones, partiendo de que es característico de las sociedades occidentales ocultar las emociones y vivirlas en privado.

Por su parte Kemper (1978) entiende que las emociones surgen de situaciones sociales específicas por lo que resulta fundamental conocer las emociones que surgen en el proceso de duelo migratorio teniendo en cuenta la situación social de la persona migrante debido a que permitirá una mayor comprensión. Mediante su teoría del poder y el estatus se podrán identificar emociones positivas (satisfacción, confianza, seguridad, orgullo, felicidad) y negativas (miedo, vergüenza, humillación, dolor, angustia) dependiendo de la situación en la cual se encuentren las personas migrantes con relación a la pérdida o ganancia de poder y estatus que trajo consigo el proceso migratorio, teniendo en cuenta su situación antes y después de migrar.

El siguiente mapa conceptual intenta plasmar el abordaje anteriormente explicado, con el fin de clarificar cómo se estudia la experiencia del duelo migratorio y sus emociones desde la teoría sociocultural de Hochschild y la teoría relacional-estructural de Kemper.

Figura 1

Dos Teorías, el Duelo Migratorio y las Emociones



Nota: El mapa conceptual representa el abordaje de la experiencia emocional del Duelo Migratorio mediante dos teorías de la sociología de las emociones: Teoría Sociocultural de Hochschild y Teoría Relacional-estructural de Kemper.

Fuente: Elaboración propia con base en el Marco Teórico.

Metodología

A continuación, se expone la metodología y perspectiva que presenta la investigación, así como las técnicas utilizadas, el tipo de muestreo y la población.

1.1 Diseño

En primer lugar, resulta pertinente exponer que la perspectiva fenomenológica pretende entender determinados fenómenos sociales desde la propia mirada del actor,

indagando en la forma en que este experimenta el mundo. A su vez, la metodología cualitativa apunta a comprender la perspectiva particular de las personas, produciendo datos descriptivos como sus palabras o su conducta (Taylor y Bogdan, 2000). Por consiguiente, se concibe a la presente investigación desde una perspectiva fenomenológica y a través de una metodología cualitativa debido a que se busca comprender la experiencia del duelo migratorio y las emociones desde la propia vivencia de las personas migrantes a través de sus relatos y palabras.

1.2 Técnicas

La técnica utilizada en la presente investigación es la entrevista semiestructurada, la cual parte de una guía de preguntas, pero se tiene la libertad de decidir el orden de las mismas y la forma en que se formulan. Este tipo de entrevista le brinda al entrevistado y al entrevistador cierta libertad y garantiza que se debatan todos los temas importantes y significativos, compilando toda la información relevante (Corbetta, 2003). La guía de entrevista le permite al investigador tener ciertos límites, pero también es posible profundizar en temas que vayan surgiendo en la entrevista y que brinden una mayor comprensión. El guión de entrevista (Anexo 1) utilizado en la presente investigación consta de cuatro partes. La primera busca indagar en la situación económica, habitacional, educativa y de salud de la persona migrante en su país de origen antes de migrar y la segunda parte pretende averiguar sobre las motivaciones que los llevó a migrar, la preparación previa y la situación económica, habitacional, educativa y de salud cuando llegaron a Uruguay. La tercera parte refiere a las expectativas, los sentimientos de los primeros días y si solían compartirlos con alguien o no, además se aborda puntualmente el duelo migratorio mediante un desglose del concepto en algunos de los duelos planteados por Achotegui (2000). Finalmente se consulta sobre proyectos a futuro.

1.3 Muestra

Según Corbetta (2003) el muestreo se trata de un proceso que permite escoger de la población (conjunto de unidades que conforman el objeto de estudio) una muestra, es decir, un pequeño número de unidades que contengan ciertas características y que tras su análisis permitan al investigador caracterizar al fenómeno. El muestreo fue en primer lugar teórico debido a que la muestra se decidió deliberadamente de acuerdo a las necesidades que tiene la investigadora y lo que busca (Glaser y Strauss, 1967). A su vez, el muestreo también fue por

bola de nieve, entendiendo al mismo como aquel método que permite que aquellas personas que presentan determinadas características particulares puedan localizar a otras personas que también comprendan la población de estudio, proponiendo así a otras personas que conozcan (Mejía, 2002).

En la presente investigación, la población de interés se encuentra comprendida por migrantes recientes de orígenes latinoamericanos que residen en Montevideo, y que presentan diversas situaciones socioeconómicas. Se realizaron entrevistas a siete mujeres migrantes, seis de ellas de origen venezolano y una de origen colombiano. La estrategia de contacto consistió en entrevistar en primer lugar a dos personas conocidas que cumplieran con las características de interés, quienes posteriormente brindaron el contacto del resto de las personas. Todas ellas se encuentran residiendo en Montevideo hace máximo 5 años y mínimo 2 años y presentan diversas situaciones socioeconómicas durante el primer tiempo de residencia en Uruguay. La muestra se encuentra comprendida solo por mujeres y en su mayoría de origen venezolano. Resulta pertinente aclarar que ello no fue una acción premeditada, sino que surgió en el campo. Considerando que esta monografía es un ejercicio de investigación acotado y reclutar varones y entrevistar a personas de otros orígenes no fue viable en el corto plazo, se decidió dejar la muestra con esta conformación para no extender el tiempo dedicado al campo.

Análisis de los Duelos y Emociones que Implica el Proceso Migratorio

En el presente capítulo se describen los resultados obtenidos sobre el proceso de duelo migratorio y las emociones de inmigrantes recientes en Montevideo. Se realiza un análisis de los relatos obtenidos en las entrevistas, teniendo en cuenta los objetivos planteados y el marco teórico, así como también nuevos aportes teóricos que sean pertinentes a los resultados obtenidos.

1.1 Los Múltiples Duelos por Migrar

Retomando a Achotegui (2000) y a González (2005), cada persona migrante atraviesa un proceso de duelo por todo lo que deja atrás, teniendo que reelaborar los vínculos en el nuevo país. El presente apartado pretende describir y analizar algunos de los duelos de la migración planteados por Achotegui (2000) en las personas migrantes entrevistadas con el fin de tener una aproximación al proceso de duelo migratorio que ellas transitaron. Resulta pertinente aclarar que la investigación presenta una limitación, debido a que, el proceso de

duelo conlleva determinado tiempo, se encuentra lleno de sentires y emociones que además de ser íntimas pueden llegar a ser dolorosas y que por lo tanto no es un proceso que se pueda conocer de manera directa mediante una única entrevista. Por este motivo, es fundamental dejar en claro que los relatos que aquí se analizan constituyen sólo un primer esbozo de este proceso y no lo caracterizan en su totalidad ni en profundidad.

Una de las preguntas que se les realizó a las entrevistadas fue sobre sus vínculos en Uruguay y en su país de origen. Todas contestaron que han generado vínculos valiosos con los que pueden contar, tanto uruguayos como otros migrantes, principalmente en el ámbito laboral, religioso y académico, y que aún tienen familiares y amigos en su país de origen, con los que se comunican habitualmente. Se entiende que, si bien algunas entrevistadas tuvieron mayores dificultades para generar vínculos y a otras les resultó menos complejo, lo han logrado y consideran que pueden contar con ellos cuando los necesiten. En los siguientes fragmentos se puede ver cómo estos vínculos fueron un sostén para las entrevistadas en un momento de cambio:

“Me di cuenta que no estaba tan sola como yo creía porque siempre hubo ciertas personas en las que apoyarse, con las que contar. Gente que te tiende una mano para ayudarte a ubicar un apartamento, entonces, sí.” (Entrevistada 1)

“Hice amistades en la congregación y en la organización, creo que eso calmó un poco como ese shock del cambio, porque comencé a conocer personas, ya por lo menos las niñas empezaron a relacionarse y ya no me sentía indiferente. Comencé a hacer amistades tanto con cubanos como venezolanos, uruguayos...” (Entrevistada 6)

En cuanto a la lengua, teniendo en cuenta que las personas entrevistadas comparten el mismo idioma que los oriundos, las diferencias encontradas se relacionan al acento, los diferentes significados de una palabra y la pronunciación, pero no han sido una dificultad y han podido adaptarse. Se entiende que al compartir el mismo idioma no se ha generado una gran dificultad y no ha sido un impedimento para comunicarse con otras personas.

“En general, uno se entiende. Pasa mucho más, sobre todo, con lo que es coloquial, muchas cosas, palabras que para mí son normales, acá tienen un doble sentido. Eso sí pasa un montón. Pero bien, bien. (...) O sea, como que aprendes y te acostumbras. Entonces, por ejemplo, el pimentón, para mí va a ser pimentón toda la vida. Pero si

yo voy a la feria, pido morrón para que me entiendan” (Entrevistada 1)

“sí obvio, hay palabras que ustedes no usan y palabras que al revés, por ejemplo, ayer le dije a un compañero “Mira, chamo” y no es una grosería es una forma de expresar “muchacho”, “amigo”, me dio pena porque fue algo muy espontáneo (...) Entonces, al principio me costó porque tenía vínculos solo los fines de semana con uruguayos en el trabajo. Me costó un poco más, porque entre la semana estaba con mi familia y normal, pero llevo casi cinco años llevándola” (Entrevistada 4)

En torno a la cultura, la mayoría de las entrevistadas destacaron varias características de la cultura uruguaya haciendo alusión al asado, al mate, a la sencillez y calidez de los y las uruguayas.

“Oye, qué interesante pregunta, no me lo había planteado, ¿eh? No sé, lo cálidos que son, lo amables que son, el siempre poder ayudarte, no sé, los “buenos días”, que te respondan, que son personas bastante grises. Me he acostumbrado, creo que me he mimetizado entre ellos también” (Entrevistada 7)

“A mí me gusta la sencillez de la gente uruguaya. Acá anda cada quién en la suya, no anda pendiente del otro, cómo se viste, qué hizo, qué dijo, con quién anda, de juzgar o de criticar, que son cosas que a veces en Colombia se ven mucho más, lamentablemente” (Entrevistada 1)

“El asado, el mate (muestra que toma mate) la tranquilidad que tiene el uruguayo, la personalidad del uruguayo, creo que es lo mejor que tiene el Uruguay: su gente” (Entrevistada 5)

Con relación a la vestimenta, algunas entrevistadas manifestaron sentirse muy a gusto y otras la caracterizan como “muy gris”, sin embargo, se han adaptado. La comida ha sido un tema más complejo porque -según relatan- la gastronomía uruguaya no presenta mucha variedad y la oferta de comidas típicas de sus países de origen es escasa. Por lo general recurren a elaborar sus propios platos, pero esto se dificulta cuando no consiguen algún ingrediente específico.

“es gris y me he acostumbrado también a ser gris. Me acuerdo que al principio

cuando yo llegué toda mi ropa era de colores y ahora mi ropa no baja de beige, blanco y negro" (...) "Con respecto a la comida no es que no me gusta, pero es que no me gusta que no sea variada" (Entrevistada 7)

"a mí personalmente me gustó conocer eso, por el lado de la sencillez y la frescura con la que te puedas vestir" (...) "Uno de los temas era la comida porque la comida es un factor que siempre pesa mucho y la gastronomía uruguaya, hay que decirlo, es muy limitada y querer comer algo distinto pues es costoso. Hay ciertas cosas que yo como que no se consiguen en todas las ferias" (Entrevistada 1)

"hay ciertas verduras o frutas que aquí no vienen y obviamente anhelamos comerla y no la traen, pero son cositas pequeñas" (Entrevistada 6)

Al consultar sobre qué cosas extrañan de la cultura de su país de origen, las entrevistadas hicieron alusión a festividades, actividades sociales, comidas y lugares físicos.

"Bueno, de verdad que en cuanto a la cultura, algunos platos, algunos sitios de Venezuela que son emblemáticos, pues, pero de lo demás, Uruguay se parece mucho a Venezuela. Tiene mucho parecido" (Entrevistada 2).

"Extraño las playas y a nivel cultural las navidades. Las navidades allá eran para juntarse a hacer comida, hacerlo, no comprar, hacerlo, sentarnos a hacer comida, hacer hallacas, ensaladas, toda la comida que hacemos, entonces ese tiempo de compartir en familia, la Navidad la extraño mucho" (Entrevistada 4)

En lo concerniente al clima, como ya mencionaba Achotegui (2000), suele ser un factor que afecta mucho a las personas migrantes, y en el caso de las entrevistadas lo que más destacaron fue la dificultad de adaptarse al invierno, a las bajas temperaturas y la humedad.

"Este clima acá me ha costado acostumbrarme mucho porque yo sufro mucho de frío y aquí la mayor parte del año es frío entonces ha sido difícil" (Entrevistada 4)

"Me afectó porque soy friolenta, entonces el clima para mí fue muy desesperante, es como que sentía que no me podía vestir porque es extremo el frío. El clima sí es algo

que me chocó, o sea lo supe tolerar; pero al principio sí me costó. El año pasado hubo ola de frío y creo que por eso fue también que me deprimí mucho. Era frío y vivíamos en la pensión y como los techos son altos, el frío era desesperante” (Entrevistada 6)

“Sí, pues prefiero el verano, por supuesto el invierno me pega duro, pero también además de que tengo frío todo el día me impacta mucho en las manos y en los pies, entonces la paso muy mal en invierno. Igualmente, cada invierno es menos difícil” (Entrevistada 5)

A partir de los relatos anteriormente esbozados se puede entender que, con relación a los duelos por migrar utilizados en la presente investigación, la mayoría de las personas han logrado generar nuevos vínculos en Uruguay, tanto con personas como con el clima, la cultura y la lengua (jerga, coloquialismos). Si bien, se ha identificado que la adaptación al nuevo clima y a las comidas ha sido lo más complejo, se observa una reelaboración de los vínculos en el nuevo país, lo que forma parte de procesar las pérdidas en el país de origen, tal como plantea Achotegui (2000).

Por otra parte, se identificaron algunos relatos que hacen alusión puntualmente al sentir del duelo migratorio, donde se pueden identificar sus características de duelo recurrente y múltiple (González, 2005). Recurrente porque es una herida que se reabre todo el tiempo, más aún en la comunicación con familiares y amigos que se encuentran en el país de origen, y -como mencionan las entrevistadas- quizás esa sensación cambie con el tiempo (o quizás no). Y múltiple porque las pérdidas son muchas: el clima, los paisajes, las costumbres y la comida, como expresa otra de las entrevistadas.

“Es muy difícil de explicar porque no es como que tiene que pasar algo malo para que no te sientas bien. O sea, simplemente es una sensación y dices, oh, entonces de repente un día tienes ganas de comerte algo y... y no, pues eso no se puede porque acá las cosas funcionan diferente, o no sé, no sé cómo explicarlo, de pronto la comida es más fácil de ver, más tangible. Terminas entendiendo que es una cuestión de tiempo y de paciencia, que capaz con el tiempo cambie, o que capaz que no, pero lo aprendes a llevar de una manera distinta.” (Entrevistada 1)

“Hablaban con mi mamá, todos los días hablaba con mi mamá. La llamaba todos los días religiosamente, haces una llamada de un minuto para conversar, a veces ni

hablábamos, solo nos mirábamos, es una forma de estar; o sea, no tengo que hablar lo que necesito es saber que está ahí al otro lado de la pantalla y con ella era con la que hablaba particularmente” (Entrevistada 4).

1.2 Preparación Previa y Desafíos

En esta sección se pretende abordar la preparación previa del proyecto migratorio y su vinculación con la elaboración del duelo, debido a que, según Achotegui (2000) la preparación previa del proyecto migratorio influye en la elaboración del duelo. Por lo tanto, podemos entender que, si la decisión de migrar es voluntaria y la preparación del viaje se realiza con tiempo y de forma organizada, el duelo migratorio puede ser menos complejo. Sin embargo, cuando la migración es forzada y la preparación del viaje es muy poca y mal organizada, procesar el duelo migratorio puede presentar dificultades. La preparación del proyecto migratorio de las personas migrantes entrevistadas fue bastante diversa. Se identifican experiencias de migración forzada y no forzada, sin embargo, dentro de quienes experimentaron un desplazamiento forzado se encuentran también quienes pudieron tener una preparación previa adecuada y organizada y quienes no. De la totalidad de las entrevistadas casi la mitad prepararon el viaje de forma apresurada, con poco tiempo y sin organización, así como tampoco contaban con un panorama claro de su devenir más próximo. El resto de las entrevistadas prepararon su proyecto de forma más sólida, organizada y con tiempo e incluso algunas comenzaron trámites de documentación en su país de origen. Resulta fundamental destacar que las personas que no tuvieron una preparación sólida, no viajaron directamente a Uruguay ni tampoco lo hicieron en avión, sino que primero emigraron a otros países y su ruta fue por tierra.

“Empezaba a escasear la comida, la luz y el transporte y papá fue el primero que tuvo la idea de salir. Ya habían pasado varios años en la crisis, estaba apretando bastante, entonces él fue el que tomó la decisión y fue primero el hasta Perú. Después salí yo con mi perro y la esposa de mi tío de ese entonces. Fue como que de golpe o migras o migras o te acostumbras o te acostumbras, eh? Yo de pequeña siempre decía que quería viajar, pero no de esta forma” (Entrevistada 3)

“La situación en Venezuela era muy complicada. Yo tenía un muy buen trabajo, mi esposo también y aún así no nos alcanzaba para absolutamente nada. Primero

seleccionamos el país al que íbamos e hicimos una búsqueda en Latinoamérica porque queríamos estar cerca de la familia y hablar el mismo idioma. En la preparación solicitamos la residencia en el consulado uruguayo en Venezuela porque para mí era muy importante ser legal en el país al que fuera y cuando nos aprobaron la residencia nos vinimos” (Entrevistada 5)

Como se mencionó anteriormente, el duelo migratorio puede presentar dificultades cuando el proyecto migratorio no se prepara de forma consistente (Achotegui, 2000; González, 2005). Estas complejidades pueden generar problemas de salud mental, lo que se agrava cuando se presentan situaciones de vida complejas, como explotación laboral o dificultades para acceder a una vivienda adecuada. Dos de las entrevistadas que no pudieron preparar con firmeza su proyecto migratorio y que vivieron situaciones difíciles tanto en el viaje como en el tiempo que permanecieron en otro país, presentaron problemas de salud mental como depresión y ansiedad luego de su arribo a Uruguay.

“Viajamos por tierra, fue horrible ese momento, porque iban a cerrar la frontera de Venezuela con Colombia entonces la gente empezó a salir de forma masiva. Había una falta de organización y una falta a tus derechos porque te trataban horrible, tú estabas ahí con frío, sol, no les importaba y te trataban malísimo. La esposa de mi tío se fue y me dejó ahí en la frontera. Yo no sabía qué hacer, estaba sola, estaba en shock, me puse a llorar y abrazar al perro (Entrevistada 3)

“Cuando llegamos a Perú hicimos la solicitud de refugio y nunca nos llegó la documentación y sin documentación no puedes trabajar legalmente. Cuando llegamos a Argentina no nos dejaron entrar porque la niña mayor no tenía documento de identidad. Ahí pasamos el día llorando porque yo decía “ajá ni pa atrás ni pa lante”. Duramos 5 días en Argentina esperando a que nos dieran el papel debido. Y cuando llegamos a San Salvador de Jujuy para viajar hasta Paysandú, nos habían dado un precio de los pasajes equivocado y no nos alcanzaba el dinero” (Entrevistada 6)

Con base en lo anteriormente expuesto, se puede interpretar que migrar trae consigo múltiples riesgos, debido a que, las personas se enfrentan a muchos desafíos y situaciones nuevas. Sin embargo, se identificaron las siguientes situaciones: aquellas personas que migran por elección y aquellas que migran porque se ven forzadas a hacerlo. Dentro de la

migración forzada, también se encuentran aquellas personas que a pesar de ello pueden preparar el viaje con tiempo y organización, pero también se identifican quienes deben hacerlo de forma apresurada. A veces las condiciones de desarrollar la vida en el país de origen no son las mejores, más aún cuando las personas tienen hijos e hijas y quieren brindarles educación, salud y un ambiente adecuado para crecer. Si bien algunas de las personas entrevistadas pudieron preparar su proyecto migratorio de forma sólida y otras no tanto, la mayoría fueron desplazamientos forzados por crisis humanitaria (Gandini, et al 2019). Venezuela se encuentra atravesando un deterioro que “no conoce precedentes en la historia de este país que hoy vive un proceso inédito y exorbitante de recesión, endeudamiento externo e hiperinflación” (p. 9). Aquí es relevante mencionar que se encuentra vulnerado “el derecho a no migrar” y poder vivir en el lugar donde la persona nació y creció sin la necesidad de tener que desplazarse a otro país para desarrollar su vida (Mármora, 2010)

Las entrevistadas que viajaron por tierra estuvieron viviendo un tiempo en Perú. Allí se enfrentaron a los desafíos de la búsqueda de empleo, de su informalidad y precariedad en cuanto a jornadas extensas y bajos salarios, pero hubo un rasgo muy importante que las tres entrevistadas hicieron énfasis: la xenofobia. Según Rangel (2020) se trata de un miedo al extranjero que produce actos de discriminación que se sustentan en prejuicios ya sean nacionales, culturales o religiosos, mediante los cuales la persona justifica sus actos de discriminación. El autor afirma que es el racismo una de las formas más frecuentes de xenofobia, sin embargo, también puede ser por el origen social (clase social) que presenta ese extranjero al que se le teme y/o por una percepción de competencia laboral (Cohen, 2006).

“En Perú te decían “fuera de aquí, vete para tu país” y te perseguían en la calle”
(Entrevistada 2)

“Mi papá nunca tuvo como un trabajo fijo porque también jugaban con su impotencia, le decían: si te vamos a pagar, te vamos a pagar tanto y después cuando llegaba el día le pagaban menos o simplemente no le pagaban, la xenofobia era terrible, te gritaban así por la calle “devuélvete para tu país y no sé qué cosa”
(Entrevistada 3)

Por otra parte, ante la pregunta sobre si recibieron algún tipo de discriminación en Uruguay por ser de su país de origen contestaron en su mayoría que no, sin embargo, algunas

relatan situaciones que efectivamente describen vivencias de discriminación. Es importante analizar la diferencia en las respuestas, teniendo en consideración que esto va a depender de qué entienden ellas por discriminación y qué interpretación hacen de la experiencia desde su subjetividad. Vaz (2022) tomando aportes de Berger y Luckmann (1968) entiende que la interpretación de una situación de discriminación racial va a depender del marco de interpretación de cada persona, debido a que, desde el nacimiento se van aprendiendo y compartiendo distintos significados que se van interiorizando. Por lo tanto, la diversidad en las respuestas puede deberse a la interpretación que cada una de estas mujeres hizo de la situación, lo que a su vez va a depender de su historia de vida y los significados que fueron aprendiendo. Por otra parte, se identifica que una de las mujeres entrevistadas justifica la discriminación que recibió o no le da la relevancia que la situación tiene. Aquí se puede pensar que las personas migrantes podrían minimizar las situaciones de discriminación o intentan restarle importancia debido a que aceptarlas puede ser muy doloroso e incluso podría implicar para ellos y ellas no sentirse parte de la sociedad receptora, marcando una diferencia entre extranjeros y la población nacional, poniendo en peligro su integración y por tanto su proyecto migratorio.

“Discriminación no, solo una vez la señora que yo cuidaba, ya llegó un momento en que estaba bastante cómoda porque era una señora que ya estaba acostumbrada a vivir sola y era una señora mayor y me decía “vete para tu país, qué hacen aquí, no naciste aquí” pero yo lo tomé como que es una persona mayor, pues que tenía sus problemas, entonces quizás era una forma también de ella de desahogarse”
(Entrevistada 2)

“Las veces que he sentido discriminación han sido casos muy aislados, o sea, no puedo juzgar a toda la población por dos o tres personas que hayan decidido mencionar que soy de otro país y que por eso no soy capaz. No me siento discriminada, por eso ayuda mucho que este es un país de migrantes y que su población es migrante también en su mayoría, entonces particularmente no, no me siento discriminada por ser de otro país, al contrario, han sido excelentes personas”
(Entrevistada 4)

“Eso sí que no y me agrada muchísimo, si eres de aquí o no eres de aquí, el trato es igual, de hecho más bien siento que las personas si eres de otro país te preguntan

¿cómo estás? ¡Bienvenido!. O sea, que se alegraran y no tuvieran ese tipo de expresiones despectivas, eso a mí me emocionó muchísimo” (Entrevistada 6)

1.3 Nuevo País, Nuevos Sentires y Emociones

En este apartado se exhiben las emociones que las entrevistadas manifestaron haber sentido en el primer tiempo que llegaron a Uruguay, analizando cómo estas emociones cambian (o no) e identificando situaciones más complejas relacionadas a la salud mental. Las emociones son en su mayoría positivas² e hicieron alusión a sentirse eufóricas, maravilladas, agradecidas, esperanzadas, acogidas, contentas, fascinadas, extasiadas y cómodas.

“yo venía tan eufórica que para mí todo era divino, todo era una maravilla, todo era un descubrimiento porque la novedad te da eso ¿no? Siempre algo nuevo es como demasiado, wow” (Entrevistada 1)

“Oye, sentía que estaba en un lapso de éxtasis, de verdad que fascinada porque me gustaba todo, me sentía genial. Estaba con mucha emoción, quería hacer varias cosas, quería conocer todo. Quería ver qué oportunidades había y estaba feliz” (Entrevistada 3)

Sin embargo, algunas de las personas que al llegar sintieron emociones positivas, con el paso del tiempo fueron sintiendo emociones más negativas³ como: soledad y frustración e incluso algunas entrevistadas hicieron alusión a estados depresivos y de ansiedad.

“Igual, después me empezó a pesar el cambio. Más allá de que me seguía sintiendo feliz y agradecida de estar acá y vivir tranquila y todo el cuento. Hay un momento donde sí ya empiezas a decir, bueno, hay algo que no me está dejando sentirme feliz, pero no sé qué es. Entonces empiezo a echarle cabeza y a rastrear a ver qué onda, qué puede ser, en qué área de mi vida hay un problema, no sé. Porque emigrar conlleva cierta soledad. Entonces por mucho que estuviera con mi pareja y lo que .sea, hay una soledad distinta que sigues sintiendo” (Entrevistada 1)

² Al nombrar a estas emociones como positivas no se pretende caracterizarlas como buenas o aceptadas, sino que solo es a fin de categorizarlas.

³ No se pretende caracterizar a estas emociones como malas o indeseadas, sino que solo se busca categorizarlas

“Fue un momento horrible porque me deprimí mucho a raíz de no encontrar trabajo. Yo siempre fui muy alegre, seria, pero trato de ser muy alegre, ver el lado positivo de las cosas pero la depresión me comió demasiado” (Entrevistada 3)

Retomando a González (2005) este cambio de emociones positivas a emociones negativas, puede deberse a la idealización que hacen las personas sobre el país de destino y que cuando llegan se dan cuenta que las circunstancias no son tan sencillas, sino que se enfrentan a diversos desafíos. Los más mencionados por las personas entrevistadas fueron la búsqueda de empleo y la dificultad de alquilar una vivienda mediante una garantía. Aquí también entran en juego las expectativas que tenían antes de llegar a Uruguay, debido a que, si resulta dificultoso cumplirlas pueden aparecer enojos y frustraciones. Las entrevistadas expresaron que deseaban encontrar un lugar tranquilo y seguro, y un buen trabajo que les permita ayudar a su familia que se quedó en su país de origen.

“Apuntaba a que me pudiera adaptar porque yo dije, ¿qué tal que todo esté bien con él, pero el país no me gusta, la gente no me gusta, la ciudad no me gusta? Sería terrible. Mi expectativa era llegar a un lugar donde pudiera vivir tranquila, y sí, fue así” (Entrevistada 1)

“Bueno, mi primera expectativa era conseguir un buen trabajo en el cual yo pudiera obtener ingresos que me permitiera ayudar a mi mamá” (Entrevistada 4)

De los relatos anteriormente expuestos surge un aspecto importante para las personas migrantes: el envío de dinero desde Uruguay hacia los países de origen. Esto se conoce como remesas y “representan ingresos de los hogares provenientes de economías extranjeras generados principalmente por la migración provisoria o permanente de personas a esas economías” (FMI, 2009, p. 293). Grande y Del Rey (2012), analizando las remesas desde una mirada micro y a nivel de los migrantes y sus familias, entienden que no solo influyen en la educación, calidad de vida y salud de las personas que las reciben, sino que “el simple envío remite a la existencia y permanencia de vínculos y de relaciones entre el migrante y la familia en el lugar de procedencia” (p. 4). Para estos autores las remesas son un componente más en el juego de relaciones entre los y las migrantes y sus familias, pero también resulta fundamental en la integración o no en el país de destino. “Este segundo aspecto hace referencia fundamentalmente a la integración exitosa o fallida del migrante, lo que acabará

condicionando las relaciones con el lugar de origen y la transferencia de remesas” (p.5). Por lo tanto, se puede entender que cumplir con las expectativas, como encontrar un empleo estable para poder enviar remesas, es un factor muy importante en las personas migrantes, no solo por su integración y adaptación en Uruguay sino por lo que esto implica en la relación con su familia y allegados en su país de origen.

Por otra parte, hubo quienes manifestaron sentir miedo, incertidumbre, soledad e incluso sufrir depresión en el primer tiempo de llegada a Uruguay.

“Son días muy duros esos primeros días son terribles de mucha incertidumbre y miedos, lo que más me acuerdo cuando pienso en esos días es el miedo, miedo de todo, de las calles (se le quiebra la voz). Es que eso me pone muy emotiva (llora)”
(Entrevistada 5)

“Los primeros días me dio depresión, en Perú también pero más leve, aquí sí fue más grande. Porque en Perú como te comenté, nosotros llegamos y teníamos alguien que nos recibiera y cuando llegamos acá llegamos solos, nosotros cuatro como quien dice a la deriva” (...) “Cuando salimos de la pensión ya fue como un momento de tranquilidad y justo en ese tiempo ya habían pasado 3 meses de que mi esposo estuviera de prueba en su trabajo y cuando ya vi que había quedado fijo fue como algo de paz. Es como sorprendente, todos esos miedos porque fue frustrante”
(Entrevistada 6).

Según González (2005) “Las especialmente difíciles condiciones sociales dan lugar a duelos complicados que favorecen la aparición de trastornos” (p. 83). El duelo migratorio se trata de una sintomatología depresiva junto a un estrés crónico, el cual es intenso y perdurable en el tiempo.

Es una combinación de factores estresantes: estrés crónico asociado a la soledad y sentimiento de fracaso, estrés límite por la lucha por la supervivencia incluso con serio riesgo para la vida, es un estrés múltiple que desencadena un cuadro depresivo crónico. A nivel clínico el tratamiento es multidisciplinar y bastante complejo.

(González, 2005, p. 84)

No se puede afirmar que las entrevistadas que expresaron haber sufrido depresión presenten las sintomatologías antes expuestas, pero sí es importante tener presente que el proceso de duelo migratorio puede presentar ciertos trastornos en la salud mental. Los riesgos físicos a los que se encuentran expuestas las personas migrantes son múltiples y sumamente peligrosos, principalmente en los viajes por tierra y en las fronteras, donde realizan largas filas para poder cruzar, durmiendo muchas veces a la intemperie. El proceso migratorio se encuentra lleno de desafíos, peligros y obstáculos. La complejidad de no poseer la información suficiente en cuanto a la documentación necesaria para ingresar a determinado país o el hecho de no haber tenido el tiempo suficiente de gestionar la documentación correspondiente porque se encontraban a contratiempo. Llegar a un nuevo país y no conocer a nadie, no tener donde pasar la noche ni que comer, tener frío y venir de un país más cálido sin el suficiente abrigo. No encontrar trabajo y frustrarse por ello o encontrarlo pero que el salario sea menor a lo acordado y las jornadas laborales sean de doce horas o más. Se acerca la navidad, una fecha importante para varias culturas, y no alcanza el dinero para cocinar aquello que les gusta, que les retrotrae a su país, a su familia ¿Acaso no es posible que todos estos factores puedan generar un estado depresivo bastante complejo?

1.4 La Socialización del Duelo Migratorio

Aquí se pretende analizar si las personas entrevistadas compartieron algunos de sus sentires con alguien o lo mantuvieron en privado, debido a que, Asakura (2016) entiende que el duelo migratorio es un proceso que se suele vivir en privado, ya que no hay lugares donde se puedan expresar las emociones que conllevan las diferentes pérdidas del proceso migratorio. Esto hace que ni las propias personas que lo viven ni la sociedad tenga conocimiento del tema, considerándose un mal que no tiene otra opción más que atravesarse en soledad (González, 2005). La mayoría de las entrevistadas manifiestan haber charlado sobre cómo se sentían con algún familiar cercano o con otros migrantes que también se encontraban atravesando el mismo proceso y expresan que esto les ayudaba positivamente a sobrellevar la situación de una forma más amena.

“Yo tengo muchas amigas, o sea, conozco muchas personas colombianas que han migrado. Entonces obviamente cuando uno habla hay muchos sentimientos

compartidos porque están viviendo la misma experiencia independientemente de las razones por las que cada quien haya emigrado entonces la sensación siempre se entiende. Lo hablaba con mi pareja o con amigas” (Entrevistada 1)

“Creo que sí, (llora y se disculpa) de hecho cuando lo hablamos con otros migrantes sí es bastante generalizado el sentimiento de los primeros días, los primeros meses, hay personas que les toma más tiempo. No sé si pasa con todos, porque yo más que todo me rodeo de Venezolanos” (Entrevistada 5)

Sin embargo, dos entrevistadas expresaron no haber charlado con nadie sobre cómo se sentían y un aspecto importante a destacar es que ambas manifestaron haber sufrido depresión. Aquí resultan fundamentales los aportes de la teoría sociocultural de Hochschild (1979) quien entiende que es la cultura y la sociedad quien propone qué sentimientos son posibles y cuáles no, lo que también va a depender de cada situación. El proceso migratorio supone un montón de dificultades, desafíos y obstáculos que ponen en riesgo muchas veces el proyecto migratorio, lo que implica que las personas migrantes tengan que gestionar sus emociones y mostrarse de forma positiva ante la mirada del otro. Es lo que Hochschild (2008) denomina como “trabajo emocional” y se vincula con lo socialmente esperable ante una situación determinada, teniendo muchas veces que evocar o suprimir un sentimiento.

“No hablaba con nadie porque siempre he sido muy cerrada. En ese momento que yo no encontraba trabajo estaba tan mal, incluso hasta pensé en suicidarme porque de verdad que yo no podía. De vez en cuando tengo mis bajones. Esto de emigrar es como que aflora tu verdad, tu verdadero yo, te pone totalmente a prueba de ver cómo manejas todo y de verdad te cambia por completo, ya tú no vuelves, aunque vuelvas a tu país, no vuelves a ser como antes porque has experimentado otras cosas. Entonces pienso que sí, todos lo hemos pasado, algunos puede que de una manera más leve, algunos de una manera peor que yo” (Entrevistada 3)

Particularmente la Entrevistada 3 describió como traumático el proceso de la migración, principalmente cuando salió de Venezuela y se dirigió a Perú. Al llegar a Uruguay tuvo muchas dificultades para acceder a una vivienda adecuada y estable, así como también para encontrar un empleo formal. Ante esta situación, sus padres comenzaron a presionarla ya que debía contribuir económicamente al núcleo familiar, sin embargo, la entrevistada manifestó encontrarse muy frustrada y deprimida. A partir de esto se puede

interpretar que quizás socialmente se asocia un sentimiento de lucha y esperanza a la migración y cualquier sentimiento negativo que ponga en peligro el proyecto migratorio puede ser mal visto o rechazado. Sin embargo, cuando se presentan dificultades muy complejas para conseguir trabajo o una vivienda estable, resulta inevitable no sentir frustración, desánimo y tristeza.

Por su parte, la entrevistada 6 relata que no tenía con quien hablar sobre cómo se sentía porque no tenía ningún familiar cerca. Asimismo, cuando comenzó a asistir a su iglesia y conocer personas, tampoco se podía expresar porque sentía que se estaba aprovechando del espacio que le brindaban. Aquí otra vez se puede pensar en las reglas del sentir, es decir, aquellos sentimientos y emociones habilitadas (o no) para cada situación, lo que requiere -como se mencionó anteriormente- un trabajo emocional (Hochschild, 2008). Si bien la entrevistada estaba pasando por un momento difícil y tenía un espacio donde poder expresarse, no le pareció correcto expresarse porque lo sintió como un aprovechamiento de su parte. Aquí se vuelve pertinente lo planteado por González (2005), quien afirma que las sociedades occidentales no favorecen la expresión emocional de nuestros miedos o temores, ya que todo lo que se considere como mostrarse vulnerable no hay que exponerlo.

“Mientras en ese tiempo no, porque aquí no teníamos familia. En mi caso, como soy testigo de Jehová, algo que me ayudó muchísimo fue cuando comencé a asistir a las reuniones. Porque ahí empecé a hacer mi ámbito de conocer personas, de tratar a alguien, pero no podía expresarme libremente tampoco porque no quería que sintieran que me estaba aprovechando o que dijera las cosas como para dar lástima. ¿O sea, quizás no lo vieran así, pero era como mi punto de vista, no? Y eso hacía que no tuviera esas facilidades de conversar con alguien y decirle, estoy pasando por esto, o sea, me cerré mucho” (Entrevistada 6)

1.5 El Duelo Migratorio y la Pérdida de Poder y Estatus

Kemper (1978) comprende que las emociones que surgen en una persona van a depender de la situación social específica en la que se encuentre. Su teoría plantea que ante la pérdida de poder o estatus las emociones que surgirán serán negativas y ante la ganancia serán positivas. En las entrevistas realizadas se optó por indagar en la situación económica, habitacional, educativa y de salud de las personas migrantes antes y después de migrar, con el

fin de conocer si existe una ganancia o pérdida de poder y estatus y si esto se vincula con las emociones que sintieron.

En el caso de la entrevistada 1, en su país de origen se encontraba trabajando formalmente en su profesión (Profesional en Finanzas Internacionales) y cumpliendo una jornada laboral de nueve horas de lunes a viernes. Habitaba una vivienda propia junto a su madre, padre y hermana y tenía un seguro de salud que considera de muy buena calidad. Cuando llegó a Uruguay vivió en la casa de su pareja, pero al separarse, alquiló un monoambiente mediante una garantía. En cuanto a lo laboral, comenzó a trabajar formalmente en el área de finanzas a los quince días desde que llegó, debido a que, su jefa anterior la recomendó en una empresa. Accedió a una mutualista privada mediante FONASA y actualmente se encuentra en trámites de revalidar sus estudios. Teniendo en cuenta su situación antes y después de migrar, se entiende que esta persona no tuvo una pérdida significativa de poder/estatus.

Por otra parte, la entrevistada 2 se encontraba trabajando formalmente en su país de origen y se graduó de Ingeniera Industrial en una universidad privada. Vivía con sus padres, quienes eran propietarios de la vivienda y accedía a una institución de salud privada que brinda la empresa para la cual trabajaba. Cuando llegó a Uruguay alquiló una vivienda mediante un contrato informal junto a 17 personas y compartía su habitación. Comenzó a trabajar como cuidadora de una persona vieja y pudo acceder a Salud Pública una vez que le otorgaron la Cédula de Identidad. Actualmente, no ha podido realizar la revalidación de su título. Considerando su situación antes y después de migrar, se entiende que esta persona tuvo una gran pérdida de poder/estatus.

Retomando a Achotegui (2000) el nivel de estatus social muestra desmejoras en la mayoría de las personas migrantes con relación al que tenían en su país de origen y es un ejemplo cuando las personas con profesiones universitarias no trabajan en su profesión. Siguiendo la lógica anteriormente expuesta, se realiza una evaluación del resto de las entrevistadas y se entiende que, si bien todas en algún punto perdieron algo de poder/estatus, algunas lo hicieron de forma muy significativa y otras no tanto.

Con respecto a las que no tuvieron una gran pérdida de poder/estatus, las emociones en su mayoría fueron positivas haciendo alusión a la euforia y felicidad, a excepción de una de ellas que expresó miedo e incertidumbre. Cabe destacar que dicha entrevistada puede estar atravesando una elaboración del duelo compleja, ya que se mostró muy angustiada durante toda la entrevista, teniendo en cuenta que se encuentra en Uruguay hace casi cinco años. Incluso a diferencia de las otras dos personas, como proyecto a futuro tiene pensado volver a

su país de origen, mientras que las otras entrevistadas planean continuar construyendo su vida en Uruguay. Con relación a las personas migrantes que tuvieron una gran pérdida de poder/estatus, dos de ellas expresaron haber sufrido depresión y el resto hace alusión a encontrarse en una constante lucha. Si bien no se identifica una linealidad entre las emociones y la pérdida/ganancia de poder-estatus, se entiende que la situación socioeconómica es un factor clave en el proceso de duelo migratorio, lo que no significa que a las personas migrantes que se encuentran en una situación socioeconómica más favorable no les sea complejo el proceso de duelo.

1.6 La Religión como Factor Influyente en el Duelo Migratorio

Con relación a otros factores que influyen en el proceso de duelo migratorio y sus emociones, se pudo identificar el papel de la religión. La mayoría de las entrevistadas expresan estar vinculadas a la religión, incluso algunas de ellas concurren habitualmente a la iglesia. Manifiestan que la religión ha sido un gran apoyo en el proceso migratorio, principalmente una vez que llegaron a Uruguay. Alejandra Pena en su Tesis Final de Grado de 2021 para obtener el título de Lic. en Trabajo Social ahonda en el rol que tiene la Iglesia Católica en la integración social de inmigrantes venezolanos católicos en los primeros momentos de llegada a Uruguay. Según la autora, las personas migrantes al dejar atrás su país enfrentan muchas pérdidas que les generan un gran sufrimiento, lo que se suma a todas las complejidades e incertidumbres que presenta el nuevo comienzo (Pena, 2021).

Llegan a la Iglesia, en busca de un lugar donde sentirse conectados con su vida anterior, con su dios, con sus tradiciones y celebraciones (...) Son los posibles puentes entre el mundo que quedó atrás y el nuevo al que llegan, tocan un lugar dentro del ser individual que los conecta con la sensación de “estar en casa”, en un espacio conocido, con valores comunes. (Pena, 2021, p. 59)

Como se ha expresado anteriormente, la migración muchas veces implica desafíos y obstáculos, tanto en buscar un empleo formal con condiciones estables, como encontrarse lejos de familiares y amigos que podrían ser un sostén en momentos difíciles, como por ejemplo ante situaciones de discriminación. Para Carpio y Solís (2019) los grupos religiosos

brindan refugio y asistencia en un entorno que se percibe como hostil, contribuyendo a llevar de una forma más liviana el proceso de adquisición cultural, así como también el mantenimiento de su cultura de origen. Asimismo, las organizaciones religiosas brindan a los y las inmigrantes recientes un sentido de comunidad, principalmente a la primera generación, siendo como un segundo hogar (Warner y Wittner, 1998). Teniendo en cuenta que la elaboración del duelo migratorio implica una reorganización de todos los vínculos que se tenía en el país de origen y una nueva generación de los mismos en el país de llegada, así como también una asimilación de todas las pérdidas y un equilibrio con todo lo nuevo, se puede entender que la religión y sus espacios pueden ser factores que contribuyen en dicho proceso de duelo.

“Amistades encontré en la iglesia. Y bueno, allí he estado asistiendo los domingos o los días de semana. Uno se siente confortado y tranquilo. Nos ayuda a estar tranquilos y que los niveles de ansiedad no se disparen, sino que uno esté tranquilo, se siente en familia. (...) somos cristianos, entonces bueno, a través de la oración de pedirle a Dios que nos ayudará a que todos este mal momento lo supiéramos sobrellevar, entonces allí fue que poco a poco nos fuimos adaptando gracias a Dios (Entrevistada 2)

“yo soy una persona de fe y me aferré mucho a Dios muchísimo muchísimo” (Entrevistada 4)

Reflexiones finales

En el presente capítulo se exponen los principales hallazgos de la investigación en línea con los objetivos que se plantearon en un comienzo. Se reflexiona sobre la importancia del lugar del Trabajo Social y una perspectiva de Derechos Humanos con relación al duelo migratorio y posibles aspectos de futura indagación que se desprenden de la investigación.

El primer objetivo fue conocer el proceso de duelo migratorio y las emociones que surgen en personas migrantes. Con respecto al duelo migratorio se pudo generar un acercamiento a algunos de los duelos por migrar: duelo por la familia y amigos, por la cultura, la lengua y el clima, siendo este último el más complejo, ya que a las entrevistadas les resultó sumamente difícil la adaptación a las bajas temperaturas y a la humedad. Teniendo en cuenta que no es posible conocer el proceso de duelo migratorio en un solo encuentro, se

puede decir que, a nivel general, las entrevistadas pudieron volver a generar vínculos en Uruguay, mostrando cierta adaptación a todo lo nuevo que se encontraron aquí. En cuanto a las emociones, se consiguió conocer algunos sentimientos que las entrevistadas expresaron sentir, tanto en el viaje hacia Uruguay como al llegar, identificando euforia, felicidad, fascinación, soledad, frustración y miedo.

El segundo objetivo fue conocer la preparación del proyecto migratorio y las expectativas e identificar si existe una relación (o no) con la elaboración del duelo migratorio y sus emociones. Con respecto a la preparación previa, se identificó en los relatos de las entrevistadas que fue muy diversa, debido a que, algunas tuvieron una escasa preparación, mientras que otras lo realizaron de forma más sólida. Un aspecto importante a destacar es que, aquellas personas que no prepararon su proyecto migratorio de forma sólida -sino que fue de manera apresurada, a contrarreloj y sin poder organizarse- viajaron por tierra, primero a otros países, hasta llegar a Uruguay y el resto de las entrevistadas lo hizo directamente por aire. Se identificó una relación entre la preparación previa del proyecto migratorio y la elaboración del duelo y sus emociones porque quienes no lo pudieron preparar de forma sólida, vivieron situaciones muy complejas en el viaje, describiendo la situación como traumática. Sin embargo, quienes sí lo prepararon sólidamente, no expresaron dificultades en el viaje ni experiencias complejas en el mismo. Por lo tanto, se puede decir que las personas entrevistadas que prepararon su proyecto de forma más sólida y estable no vivenciaron en su viaje experiencias traumáticas ni grandes desafíos que pudieran complejizar el proceso de duelo migratorio. No obstante, resulta fundamental tener en cuenta las experiencias de migración forzada, debido a que, más allá de que pudieran o no preparar de forma sólida y organizada su proyecto migratorio, se entiende que vivir un desplazamiento forzado trae consigo sentimientos particulares. Comenzar a pensar en la idea de migrar en este caso no nace por voluntad propia y esto se entrecruza con el deseo de poder desarrollar la vida con paz y estabilidad. Cuando esto no es posible en el país de origen muchas veces no queda otra opción que migrar, aunque esto no sea lo más deseado. Por otra parte, es importante aclarar que dos de las personas que expresaron vivenciar el viaje como un trauma, manifestaron haber sufrido depresión al llegar. No se pretende con esto generar una relación lineal, sino hacer énfasis en las complejidades que puede traer una migración acompañada de desafíos, riesgos y situaciones difíciles en el viaje. En cuanto a las expectativas que tenían antes de migrar, la mayoría apuntó a adaptarse, encontrar un empleo para poder enviar remesas y vivir en un lugar tranquilo y seguro. Por lo tanto, en cuanto a la relación entre las expectativas y las emociones, se observó que las complejidades a la hora de encontrar un empleo o una vivienda

adecuada, generaron emociones vinculadas al enojo y frustración, incluso algunas entrevistadas manifestaron haber vivido estados de depresión a raíz de esto.

Otro de los objetivos fue identificar si la experiencia del duelo migratorio y sus emociones se viven únicamente en privado. La mayoría de las entrevistadas manifestaron compartir sus sentires y emociones con alguien cercano, incluso con otros migrantes que compartían los mismos sentimientos. Sin embargo, quienes no expresaron sus sentimientos con nadie manifestaron sentirse muy deprimidas y desanimadas. Si bien, a nivel general las entrevistadas charlaron sobre cómo se sentían, no mencionaron haberlo hecho en espacios fuera del círculo más cercano, incluso una de las entrevistadas no pudo compartirlo en su grupo de la iglesia por temor a lo que pensara el resto de las personas. Por ende, se puede entender que la expresión de emociones y sentires que implica el duelo migratorio permanece en el ámbito privado y en el círculo más cercano de cada persona.

El cuarto objetivo fue indagar en la situación socioeconómica, educativa y de salud de las personas migrantes y su relación con la elaboración del duelo migratorio y sus emociones. Para esto se utilizó la teoría del poder/estatus de Kemper (1978). Si bien se identificó que todas las personas entrevistadas tuvieron una pérdida de poder/estatus, comparando su situación socioeconómica, educativa y de salud de su país de origen con la de Uruguay, algunas tuvieron una pérdida más significativa que otras. No se registró una relación lineal entre la pérdida de poder/estatus y el proceso de duelo migratorio y sus emociones, sin embargo, se pudo observar que si la situación socioeconómica, educativa y de salud es compleja, la elaboración del duelo migratorio puede volverse complicada. Es importante aclarar que las emociones que surgen cuando llegan a Uruguay no dependen solo de la pérdida o ganancia de poder y estatus, sino que existen otros componentes que influyen como la preparación previa del proyecto migratorio y las expectativas.

El último objetivo se trataba de identificar qué otros factores inciden en el proceso de duelo migratorio y las emociones de las personas migrantes. En este sentido, la mayoría de las entrevistadas manifestó creer en Dios y/o concurrir habitualmente a una iglesia, mencionando que fue un gran sostén para ellas en el proceso migratorio. Por lo tanto, se identifica a la religión y sus espacios como un factor de apoyo donde poder concurrir y sentirse confortado.

Una de las limitaciones que tuvo la investigación fue que la muestra estuvo comprendida solo por mujeres y en su extensa mayoría de origen venezolano. Por lo tanto, los resultados obtenidos no reflejan ni dan cuenta de la experiencia de duelo migratorio y sus emociones en varones y de las particularidades de otros orígenes. Otra de las limitaciones fue

que se realizó una única entrevista con cada una de las mujeres migrantes, lo que implica que no se pudo conocer en profundidad el proceso de duelo migratorio ni la totalidad de las emociones que ellas vivenciarón.

El duelo es un proceso que lleva tiempo, puede estar cargado de dolor y angustia y es diferente en cada persona. Recordemos que lo que se pierde continúa estando, no desaparece, por lo tanto, la idea de poder volver al país de origen persiste. Además, generalmente, las personas migrantes mantienen un contacto diario con sus familiares y amigos que se encuentran en el país de origen, por lo que es una herida que se reabre todo el tiempo. No se trata de una única pérdida, sino que son múltiples, ya que no solo se deja el país, sino actividades, comidas, paisajes, entre otras. Desde el comienzo se tuvo presente lo complejo que sería que las personas pudieran charlar sobre algo tan íntimo con alguien que no conocen, por lo que a la hora de construir la pauta de entrevista se procuró tener precaución con las preguntas y los temas en los que se quería ahondar. A pesar de esto, las siete mujeres compartieron algunos de sus sentimientos y emociones, pudiendo generar una aproximación al proceso de cierta forma.

Conocer a las personas entrevistadas y sus historias permitió reafirmar la importancia de conocer la existencia del proceso de duelo migratorio y las repercusiones que puede llegar a tener a nivel emocional y de salud mental. El Trabajo Social tiene un gran compromiso en la defensa de los Derechos Humanos de todas las personas, siendo fundamental el goce del Derecho a la Salud Mental. Desde el Estado uruguayo no sólo debe garantizarse el acceso real a la salud mental, sino que también se deben generar políticas públicas que aborden las complejidades que presenta la población migrante en su llegada a Uruguay, incluyendo un abordaje interdisciplinario. Las y los profesionales del Trabajo Social y las instituciones que trabajan con población migrante deben tener conocimiento de todas las implicaciones emocionales que conlleva el proceso de migrar, por lo que se vuelve imprescindible generar procesos de acompañamiento y transformación en conjunto con las propias personas.

Se considera necesario que se piensen y elaboren desde el Trabajo Social procesos de intervención teniendo en cuenta las complejidades a nivel emocional y de salud mental que puede presentar el proceso de duelo migratorio. Esto resulta aún más relevante si se tienen en cuenta las experiencias de migración forzada y sus particularidades, así como también las situaciones complejas, repletas de miedos e incertidumbres que atraviesan las personas en el trayecto hacia Uruguay. Como se ha mencionado a lo largo de esta monografía, migrar no implica únicamente un cambio de residencia y tener la documentación correcta para poder hacerlo (sin restarle importancia) sino que también es enfrentarse a un mundo nuevo. En

medio de lo dificultoso que es encontrar un trabajo formal o una vivienda adecuada, se mezclan variados sentimientos y emociones, las ganas de ver a familiares que quedaron en el país de origen y de poder contar con su apoyo en ciertas situaciones. En medio de poder satisfacer necesidades, entender nuevas lógicas, funcionamientos e instituciones se amalgaman sentimientos de nostalgia, añoranza y extrañeza.

Por último, con relación a aspectos de futura indagación resultaría muy enriquecedor que la muestra esté compuesta tanto por mujeres como por varones migrantes e introducir y estudiar cómo influye la variable género. En nuestra sociedad existe una gran desigualdad de género y tanto a la mujer como al varón se le impone un deber ser y se le adjudican diferentes tareas y mandatos. Teniendo en cuenta que se espera que la mujer sea sentimental, expresiva y emocional y que el varón esconda y reprima todo esto, sería interesante indagar cómo influyen estos mandatos en la elaboración del duelo migratorio y la expresión de sus emociones. Por otra parte, las mujeres son quienes realizan mayormente las tareas de cuidado, por lo que resultaría enriquecedor ahondar en la elaboración del duelo migratorio y la expresión de sus emociones cuando los hijos e hijas quedan en el país de origen, indagando posibles diferencias (o no) con los varones. Otro de los aportes podría ser la perspectiva de los profesionales que se dedican a acompañar procesos de duelo migratorio, como Licenciadas en Trabajo Social y/o Licenciadas en Psicología, así como también la información y conocimiento que tienen respecto al tema las organizaciones de la sociedad civil que se dedican a trabajar con población migrante.

Referencias

- Achotegui, J. (2000). Los duelos de la migración: una perspectiva psicopatológica y psicosocial. En: Perdiguero, E. y Comelles, J.M. (2000). *Medicina y cultura* (pp. 88-100). Bellaterra.
- Achotegui, J. (2008). Duelo migratorio extremo: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises). *Revista de psicopatología y salud mental del niño y del adolescente*, (11), 15-25.
- Anfitti, V. y Montiel, C. (2021). *Trayectorias educativas y acceso a la educación de niños, niñas y adolescentes migrantes en Montevideo*. UNICEF, FCS. OMIF, OIM.
https://omif.cienciassociales.edu.uy/wp-content/uploads/2021/11/Trayectorias_educativas_migrantes_Montevideo_web.pdf
- Aquín, N. (1995). Acerca del Objeto de Trabajo Social. *Revista Acto Social*, (10), 21-30.
- Ariza, M. (Coord.) (2016). *Emociones, afectos y sociología: diálogos desde la investigación social y la interdisciplina*. UNAM, Instituto de Investigaciones Sociales.
- Ariza, M. (Coord.) (2020). *Las emociones en la vida social: miradas sociológicas*. UNAM, Instituto de Investigaciones Sociales.
- Asakura, H. (2016). Entramado de emociones: experiencias de duelo migratorio de hijos e hijas de migrantes hondureños(as). En: Ariza, M. (Coord.) (2016). *Emociones, afectos y sociología: diálogos desde la investigación social y la interdisciplina* (pp. 69-108). UNAM, Instituto de Investigaciones Sociales.
- Barbalet, J.M. (1998). *Emotion, Social Theory, and Social Structure. A Macrosociological Approach*. Cambridge University Press.
- Bengochea, J. y Madeiro, V. (2020). *Acceso a la vivienda adecuada de las personas migrantes en la ciudad de Montevideo*. UNICEF, FCS. OMIF, OIM.

https://omif.cienciassociales.edu.uy/wp-content/uploads/2020/11/INFORME_VIVIE_NDA_WEB.pdf

Bericat, E. (2000). *La sociología de la emoción y la emoción en la sociología*. Universidad de Málaga.

Bonapelch, S. y Reolon, C. (2021). *La salud de las personas migrantes en Montevideo*. UNICEF, FCS. OMIF, OIM.

<https://omif.cienciassociales.edu.uy/wp-content/uploads/2021/11/Salud-migrantes-Montevideo-web.pdf>

Carpio, A. y Solís, Y. (2019). *Migración y Religión*. Universidad Iberoamericana de México.

Cohen, R. (2006). *Migration and its enemies: Global capital, migrant labour and the nation-state*. Routledge.

Corbetta, P. (2003). *Metodología Y Técnicas de investigación social*. McGrawHill.

FMI. (2009). *Manual de Balanza de Pagos y Posición de Inversión Internacional*.

<https://www.imf.org/-/media/Websites/IMF/imported-publications-loe-pdfs/external/spanish/pubs/ft/bop/2007/bopman6s.ashx>

Gandini, L., Lozano, F. y Prieto, V. (2019). *Crisis y migración de población venezolana. Entre la desprotección y la seguridad jurídica en Latinoamérica*. Universidad Nacional Autónoma de México.

Glaser, B. y Strauss, A. (1967). *The discovery of grounded theory: strategies for qualitative research*. Aldine Publishing Company.

González, V. (2005). El duelo migratorio. *Revista del Departamento de Trabajo Social*, (Colombia) (7), 77-97.

Grande, M. y Del Rey, A. (2012). Remesas, proyectos migratorios y relaciones familiares. El caso de los latinoamericanos y los caribeños en España. *Revista Papeles de Población*, 18 (74), 237-272.

- HIAS y UNICEF. (2022). *Cartografías afectivas. Migrar es como volver a nacer. Niñas y adolescentes migrantes, desplazadas y refugiadas en América Latina y el Caribe*. UNICEF. <https://www.unicef.org/lac/informes/cartografias-afectivas>
- Hochschild, A. R. (1975). *The Sociology of Feeling and Emotion: Selected Possibilities*. Sociological Inquiry. 45(2-3), 280–307.
<https://doi.org/10.1111/j.1475-682X.1975.tb00339.x>
- Hochschild, A. (1979). «*Emotion Work, Feeling Rules and Social Structure*». American Journal of Sociology, (85), 551-575.
https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4118669/mod_resource/content/1/Hochschild%201979.pdf
- Hochschild, A. (2008). *La mercantilización de la vida íntima. Apuntes de la casa y el trabajo*. Katz.
- Jacobo, F. (2016). *Miradas antropológicas y sociológicas de las emociones: El análisis de la envidia en el pueblo nahua de Cuetzalan, Puebla*. En: Ariza, M. (Coord.) (2016). *Emociones, afectos y sociología: diálogos desde la investigación social y la interdisciplina*. UNAM, Instituto de Investigaciones Sociales.
- Kemper, T. (1978). *A Social Interactional Theory of Emotions*. John Willey & Sons.
- Márquez, C., Prieto, V., y Escoto, A. (2020). Segmentación en el ingreso por trabajo según condición migratoria, género y ascendencia étnico- racial en Uruguay. *Migraciones*. (49), 85-118. <https://hdl.handle.net/20.500.12008/25613>
- Mármora, L. (2010). Modelos de gobernabilidad migratoria. La perspectiva política en América del Sur. *Revista Interdisciplinar de Movilidad Humana*. 18 (35), 71-92.
- Mejía, J. (2002). *Problemas Metodológicos de las Ciencias Sociales en el Perú*. Fondo Editorial de la Facultad de Ciencias Sociales - UNMSM.

MIDES. (2017). *Caracterización de las nuevas corrientes migratorias en Uruguay. Nuevos Orígenes latinoamericanos: estudio de caso de las personas peruanas y dominicanas*.

MIDES.

<https://monotributo.mides.gub.uy/innovaportal/file/76604/1/caracterizacion-de-las-nuevas-corrientes-migratorias-en-uruguay.pdf>

Millán, K. L., Duran, N. M., & Castaño, L. M. (2021). Aproximaciones al Duelo Migratorio de los Venezolanos Residentes en la Ciudad de Medellín, Colombia: Un Estudio Cualitativo. *The Qualitative Report*, 26(6), 1830-1845.

<https://doi.org/10.46743/2160-3715/2021.4814>

Montes, D. (2022). Acercamiento del Trabajo Social al proceso del duelo migratorio.

Trabajo Social Hoy. (96), 23-36. <http://dx.doi.org/10.12960/TSH.2022.0008>

OIM. (2019). *Glosario de la OIM sobre Migración*. OIM.

<https://publications.iom.int/system/files/pdf/iml-34-glossary-es.pdf>

OMS. (2009). *Comisión sobre Determinantes Sociales de la Salud. Informe de la Secretaría*. 62ª Asamblea Mundial de la Salud. OMS.

https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/A62/A62_9-sp.pdf

OMS. (2020). *Documentos básicos: cuadragésima novena edición*. OMS.

https://apps.who.int/gb/bd/pdf_files/BD_49th-sp.pdf#page=1

ONU. (2017). *Consejo de Derechos Humanos 34º período de sesiones. Informe anual del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos e informes de la Oficina del Alto Comisionado y del Secretario General*. ONU.

<https://documents-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G17/007/06/PDF/G1700706.pdf?OpenElement>

- OPS. (2021). *Funcionamiento del sistema de salud en Uruguay: Principios, modelo de financiamiento, gestión y atención*. OPS.
<https://www.paho.org/es/documentos/funcionamiento-sistema-salud-uruguay>
- Osano, A. (2020). *El duelo por la pérdida de un ser querido cuando se ha emigrado*. (Tesis de Grado). Facultad de Psicología, Universidad de la República.
<https://hdl.handle.net/20.500.12008/29320>
- Pena, A. (2021). *Fui Inmigrante y me Acogiste*. (Tesis de Grado) Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de la República. <https://hdl.handle.net/20.500.12008/30330>
- Prieto, V., Bengochea, J., Fernández, M., Márquez, C. y Montiel, C. (2022). *Informe de resultados de la Etnoencuesta de Inmigración Reciente en Montevideo (ENIR 1, 2018)*. Programa de Población, UM-FCS, Udelar.
- Prieto, V y Márquez, C. (2019). *Inclusión social de inmigrantes recientes que residen en viviendas particulares de Uruguay*. Programa de Población, UM-FCS, Udelar.
- Rangel, M. (2020). *Protección social y migración: el desafío de la inclusión sin racismo ni xenofobia*. (232) 1-54. CEPAL
- Rivero, S., Incerti, C. y Márquez, C. (2019). El reciente proceso migratorio en Uruguay: algunos desafíos para las alternativas educativas y de cuidado. *Fronteras*, (12), 100-114.
- Taylor, S.J y Bogdan, R (2000). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Paidós.
- Tomati, E. (2016). *El regreso de los hijos de Gardel: Repercusiones psico-sociales de los procesos de duelo en migrantes de retorno*. (Tesis de Grado). Facultad de Psicología, Universidad de la República. <https://hdl.handle.net/20.500.12008/8555>

- Trevignani, V. y Videgain, K. (2016). Explorando emociones en cuentos escritos por niños sobre la escuela, la familia y el barrio. En: Ariza, M. (Coord.) (2016). *Emociones, afectos y sociología: diálogos desde la investigación social y la interdisciplina*. (pp. 37-68). UNAM, Instituto de Investigaciones Sociales.
- Uruguay. (2005, diciembre, 2019). *Ley N° 17.927. Aprobación de los Acuerdos sobre Residencia para Nacionales de los Estados Partes del Mercosur, Bolivia y Chile*. <https://www.impo.com.uy/bases/leyes/17927-2005/1>
- Uruguay. (2006, diciembre, 19). *Ley N° 18.076: Derecho al refugio y a los refugiados. Ley de Refugiados*. <https://www.impo.com.uy/bases/leyes/18076-2006/14>
- Uruguay. (2008, enero, 6). *Ley 18.250. Ley de Migraciones*. <https://www.impo.com.uy/bases/leyes/18250-2008>
- Uruguay. (2019, agosto, 26). *Ley N° 19.778. Regulación del ejercicio de la profesión del trabajo social o servicio social*. <https://www.impo.com.uy/bases/leyes/19778-2019>
- Uruguay. (2020, julio, 9). *Ley N° 19.889. Ley de Urgente Consideración*. <https://www.impo.com.uy/bases/leyes/19889-2020>
- Vaz, C. (2022). *Afrodescendencia: ¿fuente de desigualdades? Análisis de percepciones y vivencias de discriminación racial en Secundaria*. (Tesis de Grado). Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de la República. <https://hdl.handle.net/20.500.12008/34599>
- Warner, S.R. y Wittner, J.G. (Eds.) (1998). *Gatherings in Diaspora: Religious Communities and the New Immigration*. Temple University Press.

Anexos

Anexo 1. Guión de Entrevista

Primera Parte.

1- Contame un poco sobre vos ¿Dónde naciste? ¿En qué ciudad?

2- ¿A qué te dedicabas antes de migrar? Si trabajaba: ¿me cuentas un poco sobre ese trabajo?
Si no trabajaba: indagar en la situación económica de su núcleo familiar.

En caso de que no surja indagar con las siguientes preguntas:

¿Te encontrabas trabajando? ¿En qué rubro? ¿Cuántas horas trabajabas por semana? ¿Tenías descanso? ¿Te pagaban en fecha? ¿Si te enfermabas podías solicitar una licencia médica?
(Haciendo alusión a la formalidad o informalidad laboral)

3- ¿Con quién vivías en (*país de origen*) ? ¿Alquilabas o eras propietaria/o?

En caso de que no surja indagar con las siguientes preguntas: Si alquilabas ¿tenías un contrato de alquiler? ¿Ese contrato era mediante un sistema de garantías? Indagar en la cantidad de personas con las que vivía. (Haciendo alusión a las condiciones de vivienda)

4- Contame un poco sobre tus estudios en (*país de origen*)

En caso de que no surja indagar con las siguientes preguntas: ¿cuál es tu nivel educativo?
¿Tuviste que pagar para acceder a la educación?

5- ¿Tenías cobertura de salud en (*país de origen*) ? Contame un poco sobre el servicio

En caso de que no surja indagar con las siguientes preguntas: ¿Tenías que pagar por el servicio? ¿A qué beneficios accedías y/o te correspondían? ¿Cómo consideras que era la calidad del servicio?

Segunda Parte.

6- ¿Cómo se te ocurrió la idea de migrar? ¿Puedes contarme un poco sobre la preparación del

viaje?

7-¿Cuándo llegaste a Uruguay?

8- ¿Te acordás de cómo fueron tus primeros días? ¿Qué pasaba por tu cabeza? Contame..

9- Cuando llegaste a Uruguay ¿Dónde viviste y con quien?

En caso de que no surja indagar con las siguientes preguntas:

¿con cuantas personas vivas? ¿compartías tu habitación?

En caso de que responda que vivió en una pensión/residencia/vivienda compartida:

¿Cómo era la higiene del lugar? ¿y la convivencia? ¿Qué espacios eran compartidos?

Si alquiló una vivienda particular preguntar: ¿alquilaste mediante un contrato? ¿fue a través de un sistema de garantía?

10- ¿A qué te dedicaste el primer tiempo en Uruguay? ¿Comenzaste a buscar empleo?

¿Cómo te resultó esa búsqueda?

En caso de que no surja indagar con las siguientes preguntas:

¿Cuál fue tu primer trabajo en Uruguay? ¿Cuántas horas trabajabas a la semana? ¿Firmaste un contrato de trabajo? ¿Tenias día de descanso? ¿Te pagaban en fecha?

11- ¿Accediste a la salud cuando llegaste a Uruguay?

En caso de que no surja indagar con las siguientes preguntas:¿Accediste mediante salud pública o una mutualista privada? ¿Accediste por estar trabajando?

12- Con respecto a la educación en Uruguay, tienes pensado estudiar?/continuar tus estudios?

Si es profesional: ¿Revalidaste tus estudios de (*país de origen*) ? ¿Estás trabajando de lo que estudiaste?

Tercera Parte.

13- ¿Qué esperabas encontrar cuando migraste hacia Uruguay? Contame un poco sobre tus expectativas...

14- ¿Qué es lo que más te gusta de la vida aquí? ¿Qué cosas te gustan menos?

15- Volviendo a los primeros días, ¿te acordás cómo te sentías? ¿Recuerdas algún momento

de alegría? ¿Recuerdas algún momento de frustración?

Si no hace alusión a un cambio en esos sentimientos: ¿Fueron cambiando esos sentimientos con el paso del tiempo?

Si surgen sentimientos que hablan de un proceso de duelo:

¿Has compartido con alguien estos sentimientos? ¿Sentís que eso te ha ayudado? ¿Reconoces sentimientos similares en otros migrantes?

Desglose del concepto de duelo migratorio:

16- ¿Generaste vínculos aquí en Uruguay?

En caso de que no surja indagar con las siguientes preguntas:

¿esos vínculos son de amistad, de pareja, de trabajo? ¿los consideras valiosos? ¿puedes contar con ellos? (haciendo alusión al duelo por la familia y los amigos)

17- ¿Tienes familia y amigos en *país de origen* ? ¿Cómo es ese vínculo actualmente?

18- ¿Encuentras diferencias en la lengua de (*país de origen*) y la de Uruguay? ¿Esas diferencias se volvieron una dificultad para ti en algún momento? (haciendo alusión al duelo por la lengua)

19- ¿Qué cosas te gustan de la cultura Uruguaya? ¿Qué cosas extrañas de la cultura de (*país de origen*) ? Si no surge mencionar la alimentación y la vestimenta. (haciendo alusión al duelo por la cultura)

20- ¿Cómo te sentís con el clima de Uruguay? ¿Pudiste adaptarte? (haciendo alusión al duelo por la tierra)

Última Parte.

21- ¿En algún momento recibiste algún tipo de discriminación referida a ser de (*país de origen*) ? ¿Cómo reaccionaste?

23- ¿Cómo te imaginas en un futuro? ¿Qué proyectos tienes?