

Año 7, No.7 ISSN: 2395-8456  
Agosto 2020 - Julio 2021



UANL

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FTSyDH

FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL Y DESARROLLO HUMANO



# Grupos vulnerables

## Duelo migratorio de un joven cubano en México

*Emanuele Gomes dos Santos Dantas*<sup>124</sup>

*Iris Rubi Monroy Velasco*<sup>125</sup>

*Hiram Reyes Sosa*<sup>126</sup>

### Resumen:

La migración, como la mayoría de los acontecimientos de la vida, posee, junto a una serie de ventajas y beneficios, un conjunto de dificultades y tensiones, entre ellos los duelos migratorios. El duelo migratorio es un proceso múltiple y recurrente que implica diversas pérdidas al mismo tiempo y que cuando son mal elaboradas, pueden afectar la personalidad del sujeto y a su bienestar biopsicosocial. (Bron, 2000; Achotegui, 2002).

El presente estudio fue hecho con el objetivo de describir los duelos migratorios vivenciados y las estrategias de afrontamiento utilizadas por un joven cubano a partir de su llegada a México. Para tanto, fueron utilizados como herramientas, estudios metodológicos y bibliográficos, así como una entrevista semi estructurada, realizada a un joven extranjero, en condición migratoria de no refugiado residente en la ciudad de Saltillo, Coahuila y el análisis de contenido mediante el programa Atlas. Ti, teniendo como producto final una red que describe los duelos migratorios y las estrategias de afrontamiento que utilizó en su proceso de adaptación.

**Palabras claves:** Duelo migratorio, grupos vulnerables, salud mental

---

<sup>124</sup> Universidad Autónoma de Coahuila. [egomes@uadec.edu.mx](mailto:egomes@uadec.edu.mx)

<sup>125</sup> Universidad Autónoma de Coahuila. [iris.monroy@uadec.edu.mx](mailto:iris.monroy@uadec.edu.mx)

<sup>126</sup> Universidad Autónoma de Coahuila. [Hiram.reyes@uadec.edu.mx](mailto:Hiram.reyes@uadec.edu.mx)

## Introducción

Migrar es un proceso que siempre estuvo presente en la historia de la humanidad y que así, como todo en la vida posee una serie de ventajas y desventajas. En el siglo XXI, la migración se ha convertido en una especie de solución de problema, que no siempre suele ser efectivo. Porque a pesar de verse la migración como proceso de mejoría de vida, muchas veces este produce efectos colaterales que son un riesgo para en la salud mental de las personas que deciden migrar.

El fenómeno migratorio es dinámico y cambiante. John W. Berry, (2001), psicólogo canadiense, indica que hay dos tipos de factores que llevan a las personas a migrar: los que repelen (“push”) y los que atraen (“pull”).

De acuerdo con la ONU, (2016) las personas migrantes pueden clasificarse en migrantes: internacionales: aquellos que salen de su país; nacionales, aquellos que se trasladan, pero dentro de las fronteras de su patria; temporales, cuando migran por un espacio de tiempo determinado; definitivos, cuando migran de manera permanente; voluntarios, los que por voluntad propia deciden migrar, como los estudiantes, profesionales, deportistas, militares, diplomáticos, funcionarios de organismos internacionales y de empresas multinacionales; forzados, los que deben salir de su lugar de residencia, pero no por decisión propia sino porque su vida se encuentra amenazada, como es el caso de perseguidos por razones políticas, raciales, religiosas, o por guerras civiles o catástrofes naturales.

El participante de este estudio tratase de un migrante internacional originario de Cuba y que migró a México por estudio, una realidad común en escenario migratorio del país, una vez que en México, el fenómeno migratorio se da generalmente en tres dimensiones: los que emigran de un lugar a otro dentro del mismo territorio mexicano, los que migran del exterior, (siendo Estados Unidos el destino más buscado) y por compartir aproximadamente 3500 kilómetros con Estados Unidos este sirve de ruta migratoria para migrantes centroamericanos y sudamericanos que intentan buscar una mejor vida en el país del norte (García y Alda, 2005).

Partiendo de esta perspectiva, es importante señalar que, aunque migrar sea para muchos más una solución que un problema y se dé en las mejores condiciones, es un proceso que implica diversas pérdidas y un dolor emocional, conocido como duelo (Achotegui, 2009).

### **Etapas de la migración**

Generalmente el proceso migratorio se da en cuatro grandes etapas, que son las siguientes:

1) La primera etapa es la preparatoria, cuando se toma la decisión de migrar y se hacen todos los preparativos para irse. Para algunos será una etapa de inquietud, miedo a dejar lo suyo, y para otros será una etapa de soñar e idealizar un futuro mejor. Algunos llevarán mucho tiempo preparándose para migrar y para otros la oportunidad de hacerlo se da sin que lo haya pensado mucho. 2) La segunda etapa es de dolor y de gran angustia por todo lo que deja, porque ya no va a estar en su zona de confort, va a enfrentarse a muchos retos y posiblemente solo, tales como búsqueda de trabajo, de vivienda, aprender un nuevo idioma, acostumbrarse a un clima diferente, a costumbres distintas. En esta etapa, el migrante suele sentir que ha traicionado a su pueblo, ya que lo está cambiando por otro; pero también puede sentir que su pueblo le ha traicionado porque lo ha obligado a migrar. Los sentimientos son ambivalentes, y varían mucho en su intensidad, duración y evolución, dependiendo de las circunstancias en las que se dé el proceso migratorio. 3) En la tercera etapa el migrante reconoce sus sentimientos de dolor por sus múltiples pérdidas y empieza a trabajar en ellos para convertirlos en aprendizaje y salir adelante en su nuevo entorno. 4) En esta última etapa, el migrante ha aceptado su nueva situación, ha reorganizado su vida y es capaz de pensar en su futuro y aspira a alcanzar sus metas dentro de su nuevo entorno (Fajardo, Patiño y Patiño C. 2008, pp.45-46).

Estas etapas pueden durar mucho como pueden durar poco. Puede requerir mucho esfuerzo y tiempo, como puede acostumbrarse a este cambio sin problemas y en pocos meses. Lo ideal es que el migrante alcance la última etapa y no se quede estancado en ninguna de las

anteriores, para que la migración alcance el objetivo que busca, que es tener una mejor calidad de vida y encontrar el bienestar deseado (González, 2005).

### **Proceso y conceptualización del duelo migratorio**

El duelo es una reacción psicológica, es el dolor emocional por el cual se atraviesa después de haber perdido a algo o alguien. (Quiles, Bernabé, Escalpés, Martín-Aragón y Quiles, 2007). Por tratarse de un proceso multifacético, el duelo puede presentarse en diversos contextos de la vida humana. Al duelo, derivado de las pérdidas de un proceso de migración llamamos, duelo migratorio.

Este proceso de duelo ya fue descrito en el siglo XVII por Harder y por Zwinger que al ponerse en relación el fenómeno migratorio con la nostalgia, generó distintos nombres: “trastorno distímico”, “depresión con manifestaciones somáticas”, “trastorno por somatización”. Desde el principio se observó esta nostalgia y desarraigo en situaciones diversas: en soldados que tras prolongadas campañas militares sin regresar a su país se sumían en el decaimiento y la tristeza; o en campesinos que migraban a las ciudades. (Tizón, 2004)

Con el pasar de los siglos investigadores se dieron cuenta de que la migración ya no tenía las mismas características de antes, dando espacio a nuevos estudios. Dichos estudios entendían el duelo como un proceso adaptativo, que conlleva a una reacción natural y necesaria. Es un tiempo en el que se produce la adaptación y la reorganización de la vida. No debiendo ser considerado como una enfermedad, sino que es un acontecimiento vital estresante en la vida del sujeto (Ginberg, Ginberg R, 1996; Hernández, 2007).

Joseba Achotegui, psiquiatra, creador del síndrome de Ulises y pesquisador a 30 años sobre los impactos de la migración en la salud mental ha hecho valiosas aportaciones referente al duelo migratorio, aportaciones estas que servirán como base para este trabajo. Este autor, define el duelo migratorio como:

“un duelo por muchas cosas, que posiblemente ninguna otra situación de la vida de una persona, incluso la pérdida de un ser querido supone tantos cambios como el proceso migratorio. Todo lo que hay alrededor de la persona cambia, tanto más, cuanto más lejana y distante culturalmente sea la migración “. (Achotegui, 2012. pp, 80)

El duelo migratorio es aún un proceso (y no un estado), que suele ser vivido de manera individual y colectiva al mismo tiempo. Porque en muchas ocasiones el migrante parte en dirección a su destino cargando no solamente con sus expectativas, pero también de su familia. Antes de su partida, el migrante suele idealizar (o le idealizan) el destino, pero al llegar, se da cuenta de que, no todo es como le habían dicho o como se imaginaba. Frecuentemente se depara con condiciones difíciles de vida, con problemas para encontrar trabajo, problemas de regularización, de vivienda, del idioma, presiones externas, rechazo, exclusión (Castro, 2012; Delgado, 2008). Dificultando la aceptación de la nueva realidad y su bienestar psicológico.

### **Tipos de duelo migratorio según la intensidad vivida**

Considerando las características del duelo migratorio y las condiciones en que este se presenta, Achotegui (2008) clasifica el duelo migratorio en tres categorías:

El duelo simple: aquel que se da en buenas condiciones, es decir, la migración es voluntaria, que no dejan hijos pequeños o padres enfermos en su país, que la sociedad de destino lo acoge sin problemas y las herramientas psicológicas del individuo son adecuadas.

El duelo complicado: cuando existen serias dificultades para la elaboración del duelo, es decir, cuando hay circunstancias que lo hacen más complejo: la decisión de migrar no necesariamente fue voluntaria y/o la sociedad de acogida es hostil frente a la migración y/o las características emocionales y psicológicas de la persona no están aptas para una migración, cuando dejas a hijos pequeños o padres enfermos, es cuando las pérdidas y cambios superan los beneficios.

El duelo extremo: es tan problemático que no es elaborable, porque son tantas las pérdidas y el sufrimiento que supera las capacidades de adaptación de sujeto. Es el caso de los que migraron forzosamente, casi siempre de forma irregular, de los que llegan a sociedades cerradas, xenofóbicas que no los acogen y de los que por la situación en la que vivían o viven, no están emocionalmente preparados para pasar por este proceso de forma adecuada. Es el duelo característico del síndrome de Ulises.

### **Caracterizando el duelo migratorio**

Achotegui, (2012) nos explica también las diversas características que puede presentar el duelo migratorio. Tal como plantea él, el duelo migratorio es un proceso de:

a) duelo parcial, es decir, el sujeto vive un dolor por la separación, pero el objeto perdido sigue ahí, no desaparece. Dando al migrante la posibilidad de establecer contacto con sus familiares, amigos e incluso con su país, existiendo aún la posibilidad de visitarlos temporalmente o de regresar en forma definitiva. Diferentemente al duelo por la muerte, que es una pérdida por desrealización y que este contacto ya no puede ser establecido.

b) Duelo recurrente: en la migración el hecho de poder ir y venir hace que a nivel emocional los procesos de elaboración de las pérdidas se den de manera recurrente. Es decir, un viaje al país de origen, una llamada telefónica, una comida típica, son factores que hacen el migrante revivir los vínculos con el país de procedencia, haciendo que sea una herida que permanece abierta.

c) Es un duelo que está fuertemente con aspectos la infancia: como sabemos, la primera infancia representa un papel de extrema importancia en la vida de los seres humanos. Es ahí donde empezamos a establecer vínculos, con las personas, con la lengua, cultura, etc. Sin embargo, la infancia es un moldeador y formador de la personalidad. Diferente de la adultez, que los acontecimientos que se van viviendo actúan sobre una personalidad ya construida que tan sólo puede ser modificado en parte. De esta manera, la persona migrante, ya está condicionada por lo que ha vivido en la infancia, pudiendo tener dificultades para adaptarse plenamente en su nueva situación.

d) Duelo múltiple: porque el migrante abdica de muchas cosas a la vez. Según Achotegui, (2012) existen al menos siete duelos en la migración, los cuales son:

1. Duelo por la familia y amigos: Este quizás sea el duelo más difícil y conocido por la sociedad cuando hablamos de migración. La separación de familia y los amigos es algo que generalmente impacta la vida del migrante, siendo una problemática que se puede presentar en diferentes grados de acuerdo con la realidad de cada uno. Es decir, no es lo mismo el proceso de adaptación de un joven, soltero que un padre de familia que deja atrás hijos pequeños.

2. Duelo por la lengua: está asociado con el idioma como tal. Migrar para un país que posee otro idioma puede ser una barrera al momento de integrarse. Por lo tanto, se va a requerir que el migrante lo aprenda. Aprender el idioma del país de acogida es un proceso de placer y satisfacción, pero que implica un gran esfuerzo por parte de él. Este proceso se puede ver facilitado si su idioma materno y el idioma del país de acogida parten de la misma lingüística. Por ejemplo, si la lengua materna es el portugués, será más fácil aprender el español o el italiano que derivan del latín. Por otra parte, para migrantes analfabetos, disléxicos, de edad avanzada y los que no tienen personas con quien hablar este proceso tiende a tornarse más difícil. Por fin es importante reincidir que, a parte de su aprendizaje, el migrante aún tiene que elaborar la disminución o pérdida de contacto con la lengua materna.

3. Duelo por la cultura: este tipo de duelo está compuesto por (costumbres, valores sociales, religión, perspectiva de vida). Cada país posee sus propias tradiciones y reglas que constituyen el sujeto como un ser social. En el proceso migratorio, entre más distintas las costumbres del país de acogida, más difícil se torna el proceso de adaptación. En este duelo el migrante tiene que lidiar con dos factores: la disminución o la pérdida de contacto con la cultura de origen y el esfuerzo de contactar y adaptarse a la nueva cultura.

4. Duelo por la tierra: está compuesto por (la luminosidad, el paisaje, el clima, los sonidos), factores que, a pesar sencillos, influyen de manera significativa en el



proceso de adaptación del migrante. Este tipo de duelo se ve directamente influenciado por las condiciones en que migra el sujeto, porque en el caso de migraciones forzosas, la persona no siempre tiene la oportunidad de buscar un país de clima cálido, luminosidad ideal, etc. Aquí, así como en todos los duelos aquí mencionados se vive la elaboración del dejado y el estrés en la adaptación del nuevo.

5. Duelo por el estatus social: compuesto por todo lo relacionado con papeles, vivienda y oportunidades de trabajo. El duelo por el estatus social sucede cuando el migrante se percibe como un “no perteneciente” de su país y del país de acogida. Muchas veces teniendo que empezar desde cero, estas personas se deparan con situaciones dónde no son reconocidas por sus nombres y si como el latino, el migrante, el extranjero reforzando aún más la idea de no pertenencia.

6. Duelo por el contacto con el grupo de pertenencia: Nosotros, los seres humanos pertenecemos a grupos, comunidades que nos constituyen como seres sociales. En el proceso de migración, el migrante tiene que lidiar con dos procesos a la vez: el desprendimiento de su grupo de pertenencia y el estrés en contactar otro en el país de acogida. Este proceso de duelo se ve empeorado cuando hay prejuicios sociales, xenofobia, racismo.

7. Duelo por los riesgos de la integridad física: hace referencia al riesgo que corren los migrantes que dejan su país y migran enfrentando riesgos, cambios ambientales y contextos hostiles. Estando muchas veces expuestos a secuestros, chacinas, atentados que potencializan sus niveles de miedo y aprensión.

e) El duelo migratorio da lugar a un cambio de identidad: La multiplicidad de aspectos que conlleva la elaboración del duelo migratorio (familia, lengua, tierra, cultura, estatus, grupo de pertenencia etc.) genera profundos cambios en la personalidad del migrante, hasta tal punto que cambia su identidad. Según Achotegui, (2012) entendemos como identidad el conjunto de auto representaciones que permiten que el sujeto se sienta perteneciente y semejante a determinadas comunidades que comparten de valores e ideas. En otras palabras, para bien o para mal la migración es un proceso que cambia al sujeto.

f) Dar lugar a una regresión: Considerando los complejos cambios que el migrante tiene que enfrentar a lo largo del camino de adaptación, este muchas veces puede sentirse perdido, tener la sensación de que hay que aprender todo de nuevo, le falta la seguridad de su hogar, de su gente, su tierra. Pudiendo adoptar actitudes regresivas.

Desde el punto de vista psicológico el concepto de regresión se entiende como el retroceso de la persona hacia actitudes más infantiles, menos autónomas. Es decir, conductas de dependencia, de protestos y berrinches frente a una frustración etc.

g) Se divide en una serie de fases a nivel psicológico: así como en cualquier proceso de duelo, el sujeto puede o no pasar por todas las fases, y el orden en que eso se dará dependerá mucho de su historia migratoria y personal. Achotegui para explicar tales fases hace uso de Bowlby, (1993) que las definen como: 1) negación: donde no acepta la nueva realidad; 2) resistencia: cuando hay protesta, reclamos ante todo el esfuerzo que implica este cambio; 3) aceptación: la persona acepta su nueva realidad; 4) restitución: cuando logra hacer una reconciliación afectiva de lo dejado con la nueva realidad, aceptando aún las cosas buenas y malas de su país de origen y de acogida.

Otro punto de vista que es importante considerar es el de Kübler Ross, (1972) que considera otras etapas del duelo, como:

- La ira: es decir, el enojo frente a la situación de haber dejado el país, amigos, familia, de tener que empezar desde cero, de no tener apoyo. Eso pasa principalmente cuando la decisión de migrar no fue tomada de manera voluntaria.
- La negociación: cuando ante la dificultad de adaptarse el migrante intenta llegar a un acuerdo para no tener que afrontar la situación traumática o de estrés.
- La depresión; cuando se extraña mucho las cosas dejadas atrás, adquiriendo una tendencia a mirar a sí mismo, al mundo y a los demás de manera negativa.

h) Es vivido con sentimientos de ambivalencia: es decir, el migrante vive una relación de amor y odio con su país. Amor por su patria, por su cultura, por las cosas que vivió allá, pero también siente rabia porque tuvo que marchar, porque no le fue ofrecido los recursos

necesarios para quedarse. En suma, este sentimiento de ambivalencia le acompaña también en relación con el país de acogida.

i) Sufre no solo quien migra, pero también los que quedan: migrar es como, mover una pieza en un tablero de ajedrez dónde todas las demás piezas quedan afectadas. Es decir, como seres sociales establecemos relaciones y vínculos, cuando alguien migra estos vínculos pasan por diferentes procesos de mudanzas pudiendo afectar tanto quien queda, como quien se va.

j) Da espacio a un segundo duelo (duelo del retorno): muchos de las personas que migran tienen la pretensión de regresar a su país, sea temporalmente o para quedar y este proceso de regreso configura una nueva migración. Porque él que regresa es otra persona, con otras ideas, otra identidad y por supuesto las personas que quedan también ya no son las mismas. Haciendo con que el migrante tenga un nuevo proceso de duelo que manejar.

k) El duelo migratorio es transgeneracional: es decir que el proceso de duelo que vive los papás afectará en los hijos y sucesivamente, todo dependerá de cómo van a afrontar la migración. Por ejemplo, los migrantes que salen de México hacia Estados Unidos que hasta hoy sus hijos batallan para sentirse pertenecientes de una sociedad que no es la suya.

Como pudimos ver migrar es un proceso que implica muchos cambios y pérdidas que generan el duelo migratorio, que por su vez interfiere en la vida del migrante desde ámbitos, físico, cognitivo y conductual (Brady, 2009).

l) Hay uso de mecanismos de defensa y de errores cognitivos en el procesamiento de la información: esta característica tiene relación directa con el origen y el mantenimiento del duelo migratorio. Por ello, servirá como base para las intervenciones cognitivas y conductuales presentes en el próximo capítulo. Los mecanismos de defensa, según Bleger, (1968) son mecanismos que nos permiten un ajuste o una adaptación ante una emoción o pensamiento que nos genere ansiedad, tristeza, baja-autoestima, etc., pero que no resuelven el conflicto como tal. En el caso del duelo migratorio:

Los mecanismos de defensa no son inadecuados en sí mismos, sino sólo cuando son masivos, porque distorsionan radicalmente la visión de la realidad para hacerla menos

frustrante, más gratificante y, de ese modo, nos impiden la adaptación que es el objetivo evolutivo del funcionamiento mental (Achotegui, 2008, pp. 82)

## **Método**

### **Participante**

El participante fue un joven cubano de 25 años de edad, residente en la ciudad de Saltillo, Coahuila hace 3 años. En el momento del estudio se encontraba, casado y estudiando una maestría en economía en una universidad local.

### **Instrumentos**

Se utilizó una entrevista exploratoria semiestructurada diseñada por las investigadoras con el objetivo de obtener un mayor conocimiento de la historia de vida del participante, en cuestión. Por lo tanto, la entrevista fue estructurada en tres apartados: 1) variables sociodemográficas 2) factores psicológicos importantes antes y después de migrar y 3) preguntas específicas del duelo migratorio y de su proceso de adaptación. Una vez realizada la entrevista se procedió hacer el análisis de contenido mediante el programa Atlas. Ti, teniendo como producto final una red que describe los duelos migratorios y las estrategias de afrontamiento que utilizó el joven cubano en su proceso de adaptación en México.

### **Procedimientos**

La entrevista fue realizada en la Universidad Autónoma de Coahuila como parte de un estudio exploratorio sobre los impactos de la migración en la salud mental de los migrantes. Se realizó un estudio de carácter cualitativo a través de un estudio de caso por medio de la entrevista exploratoria semiestructurada, la cual fue gravada con el consentimiento del participante. Sin embargo, con el fin de promover una participación activa del participante, las preguntas de la entrevista fueron organizados de modo intercalado y está realizada en un horario agradable para él.

Antes de la entrevista fue hecha una contextualización acerca de los objetivos y la importancia de este estudio, reforzamos aún la importancia de la confidencialidad de los datos. Una vez hecha la entrevista, se pasó a la etapa de transcripción de los datos obtenidos, ya que como señala Kvale (2011) las transcripciones son traducciones de una lengua oral a una lengua escrita.

Sin embargo, al momento de transcribir se prefirió realizar dicha transcripción de manera manual, para interpretar cuidadosamente todo lo grabado y para disponer de un documento que pudiera leerse fácilmente las veces que fuera necesario (Smit, 2002). También se decidió transcribir todo, sin omitir partes repetitivas o que no aportaran información, para no perder el contexto de la conversación (Campario, 2003).

Posteriormente a la transcripción se utilizó el ATLAS.ti., software de naturaleza cualitativa mediante el empleo del ordenador (Urraco, 2007), para el análisis de los datos. Hecho que nos permitió hacer con que el texto obtenido en la transcripción fuera analizado por codificaciones que generaron los “memos”, es decir las notas que ayudan al investigador a interpretar los significados presentados y almacenados en la unidad hermenéutica (Frieze, 2012).

## **Resultados**

Mediante la codificación e interpretación de los datos, se obtuvo una red de significados que nos reveló los principales aspectos abordados en la entrevista, es decir los tipos de duelo migratorio que presentaba el participante, así como los impactos de estos duelos en su proceso de adaptación en el país de acogida.

Se pudo observar aún que el participante posee diversos tipos de duelo, siendo el duelo por el estatus social y por la tierra los más presentes, seguidos del duelo por la familia, por la pérdida del contacto con el grupo étnico, por la cultura y el duelo por retorno, definidos por (Achotegui, 2012).

Estos tipos de duelos están asociados con la percepción que el participante tenía acerca del proceso migratorio. Sin embargo, constatamos que los factores externos como los

trámites legales, las diferencias culturales y el nivel de tranquilidad relacionados, funcionan como factores estresores, que cuando asociados con las suposiciones, la soledad y la relación contraproducente de sus expectativas con la realidad vivida, intensifican aún más el proceso de duelo.

Por añadidura, logramos percibir que vivenciar diversos tipos de duelos a la vez, hizo con que el participante buscara establecer una red de apoyo como una estrategia de afrontamiento ante su dificultad de adaptación.

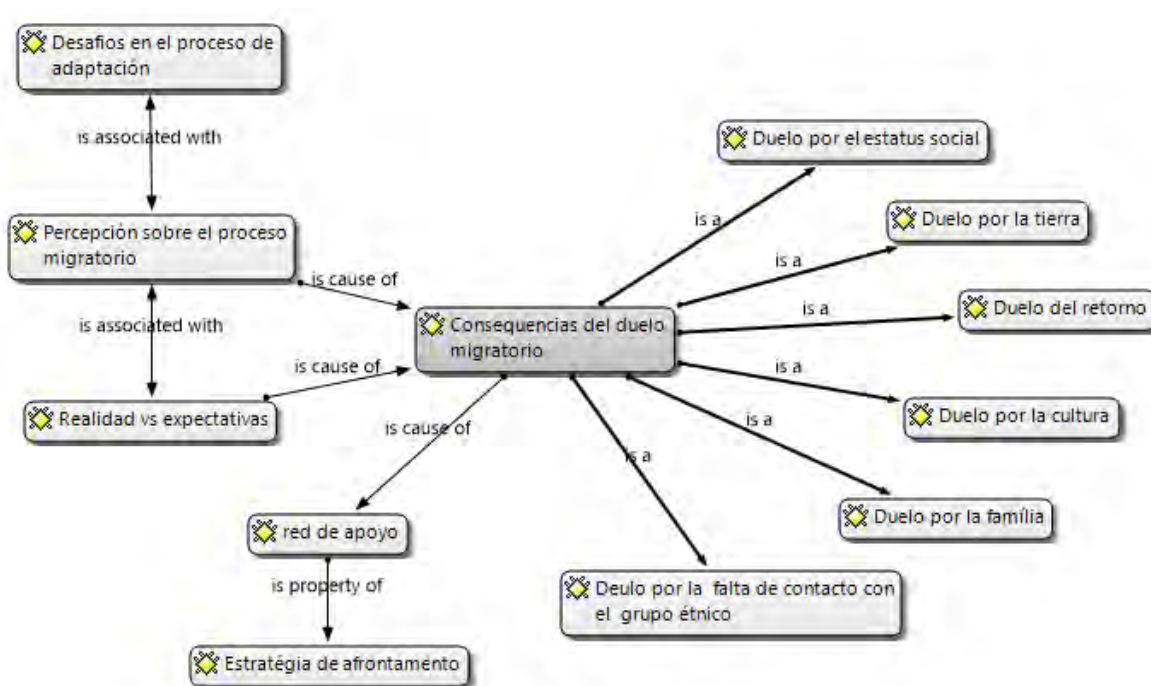


Figura 1. Red hermenéutica duelo migratorio y adaptabilidad

## Conclusión

Con fines de conclusión, identificamos que sí existe una relación directa entre el duelo migratorio y a capacidad de adaptación del sujeto, siendo este un proceso de doble sentido, es decir, que los duelos interfieren en la capacidad de adaptación del sujeto, pero, también los recursos psicológicos y emocionales que disponen la persona son fundamentales para determinar el grado de duelo vivido por él (simple, complicado y extremo). Sin embargo, nos



certificamos que establecer una red de apoyo hoy aún es una de las estrategias de afrontamiento más utilizada por el migrante en la búsqueda por un buen proceso de adaptación, y que está por su vez ayuda a disminuir los sentimientos de soledad y pérdida vivida por ellos.

## Referencias

- Achotegui, J. (2002). “La depresión en los inmigrantes”, en: Una perspectiva transcultural. Barcelona, Editorial Mayo.
- Achotegui, J. (2012). Emigrar hoy em situaciones extremas. El síndrome de Ulises (Revista de Psicología, Ciències de l’Educació i de l’Esport). Aloma 30(2) | 79-86 articulo con ISSN: 1138-3194
- Achotegui, J. (2009). Emigrar en situación extrema: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple. Revista Norte de Salud Mental, nº 21.  
<http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3119470>. mayo-2020
- Achotegui, J. (2008) Migración y crisis: el síndrome del Inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises). Revista Internacional On-Line Avances en Salud Mental Relacional Vol. 7, núm. 1.
- Berry, J. W. (2001). A Psychology of immigration. Journal of Social Issues, 57(3), 615-631.
- Bleger, J. (1968). Psicología de la conducta (3ra Edición ed.). Buenos aires: Paidós.
- Bowlby, Jhon. (1993). La pérdida afectiva tristeza y depresión. España: Paidós.
- Brady Reinsmith, A.M. (2009). Cómo superar su pérdida. 30 preguntas y respuestas para momentos de duelo. México D.F., México: Panorama
- Bron, A. (2000) “Existential, Sociological and Psychological Dimensions in the Analysis of Immigrants.” Narratives. Roskilde, Dinamarca
- Campanario, J.M. (2003). Cómo escribir y publicar un artículo científico. Cómo estudiar y Sociales. Una aproximación “mediográfica”. Intersticios. Revista Sociológica de pensamiento crítico, 1(1), 99-126.
- Castro Vázquez, A. (2012). Sos...soy inmigrante. El síndrome de Ulises. Madrid, España: Pirámide.



- Delgado, P (2008). “Emigración y psicopatología”. Investigación y Terapia Cognitiva, Sevilla. Anuario de Psicología Clínica y de la Salud. (4): 15-25
- Fajardo, M., Patiño, I. y Patiño, C. (2008). Estudios actuales sobre aculturación y salud mental en inmigrantes: revisión y perspectivas. Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología.
- Friese, S. (2012). Qualitative data analysis with ATLAS.ti. London: Sage Publications.
- García Campayo, J. y Alda Díez, M. (2005). “Salud Mental e Inmigración.”. Elsevier Vol. 118. Núm. 05. Zaragoza.
- González Calvo, V. (2005). “El duelo migratorio.” Revista de Trabajo Social N° 7. pp. 78 – 97
- Grinberg, L., Grinberg, R. 1996). Migración y Exilio. Estudio psicoanalítico. Madrid: Segunda edición. Editorial Biblioteca Nueva.
- Hernández, F. (2007). Los efectos psicológicos de la migración – entrevista con el psicólogo. Recuperado de [http://www.infocop.es/view\\_article.asp?id=1557](http://www.infocop.es/view_article.asp?id=1557), acceso el 3 de mayo de 2020.
- Kübler-Ross, E. (1972). Sobre la muerte y los moribundos. Nueva York: Grijalbo.
- Kvale, S. (2011). Las entrevistas en la investigación cualitativa. Madrid: Ediciones Morata, S.L.
- Organización de las Naciones Unidas, 2016. Informe del grupo internacional y de desarrollo sobre los indicadores de la población migrante, disponible en <https://www.un.org/development/desa/es/news/population/international-migrants.html> Acceso: 02 de mayo de 2020
- Quiles, J., Bernabé, M., Escalpés, C., Martín-Aragón, M., & Quiles, Y. (2007). Apoyo al duelo. España: Funser.
- Smit, B. (2002). Atlas.ti for qualitative data analysis. Perspectives in Education, 20(3), 65-76
- Tizón, J. (2004). Pérdida, pena, duelo: Vivencias, investigación y asistencia. Barcelona: Paidós.
- Urraco Solanilla, M. (2007). La metodología cualitativa para la investigación en Ciencias aumentar su impacto. Revista Española de Documentación Científica, 25(4), 461-463.