

## LA VIVENCIA DEL DUELO ENTRE LOS MIGRANTES INTERNACIONALES DEL ESTADO DE MÉXICO

Renato SALAS ALFARO\*  
Yuliana JIMÉNEZ QUEZADA\*\*

SUMARIO: I. *Introducción.* II. *Descripción de participantes de duelo y migración.* III. *La partida y el duelo en los migrantes mexiquenses.* IV. *Resolución del duelo en Estados Unidos.* V. *El retorno y el proceso de duelo en los mexiquenses.* VI. *Conclusiones.* VII. *Fuentes de consulta.*

### I. INTRODUCCIÓN

Los ciclos de todo ser vivo son nacer, crecer, reproducirse y morir; dentro de este ciclo se vivencian etapas biopsicosociales, que incluyen el desarrollo, los cambios y adquisiciones en lo físico, lo cognitivo, lo emocional, lo social y en conjunto la personalidad del individuo. Las experiencias vividas son, en la mayoría de los casos, determinadas por el ser humano, ya sea por influencia de lo externo o lo interno y éstas le dejan una nueva forma de afrontar y vivir su existencia, de manera satisfactoria o dolorosa.

Este proceso que parece sencillo no resulta tanto a la hora de hablar de una vivencia completa en el individuo, ya que las situaciones (económicas, políticas, emocionales y sociales) no siempre son favorables para el ser humano. Lo cual lo lleva a buscar alternativas de mejor calidad de vida; entre éstas se encuentra la decisión de migrar y el propio proceso de migración hacia otro país. Dentro de este ciclo de experiencias se encuentra el duelo.

Para algunos investigadores, fue Freud con su ensayo “Duelo y melancolía”, quien primero elaboró una teoría clara y sólida sobre el duelo. El

---

\* Doctor en desarrollo regional; investigador del CICSyH-UAEM; miembro del Sistema Nacional de Investigadores. Correo electrónico: [rnt13@hotmail.com](mailto:rnt13@hotmail.com).

\*\* Licenciada en psicología, correo electrónico: [jimyluda\\_26@hotmail.com](mailto:jimyluda_26@hotmail.com).

sufrimiento de la persona es debido a un apego interno con el ser fallecido, pero este trance tiene la función de separar los sentimientos y apegos de lo perdido (Oviedo *et al.*, 2009). De acuerdo con otro autor (González, 2005: 81), para Freud, el duelo es un pasar normal y sirve para que el sujeto pueda recuperar la energía emotiva invertida en lo perdido, para reinventarla en otros apegos. Por definición etimológica, según Ortego y colegas (2001) esta palabra deriva del latín *dolus* que significa dolor, y puede ser definido como el proceso por el que atraviesa una persona ante la muerte de un ser querido. Otras definiciones (González, 2005), lo definen como un proceso psicológico que se pone en marcha debido a la pérdida de una persona.

Se puede decir que desde sus inicios, el duelo ha hecho referencia a la pérdida de personas con relación a su fallecimiento. Al paso del tiempo, se ha trasladado a otras áreas de investigación donde se verifica un sentimiento de pérdida y se han incorporado otras dimensiones, por ejemplo, la sensación de pérdida del territorio, el idioma, la cultura, las amistades, entre otras. Como menciona Galimberti (2009), el duelo es un estado psicológico consecuente también a la pérdida de un objeto significativo que formaba parte integrante de la existencia del sujeto. La pérdida puede ser de un objeto externo, como la muerte de una persona, la separación geográfica, el abandono de un lugar; pero también la pérdida de algo interno, como la desaparición de una perspectiva, la propia imagen social, un fracaso personal y otras cosas semejantes. En la misma tónica, González (2005: 81) argumenta que el duelo es útil a los sujetos, porque es un proceso dinámico, es íntimo y privado, mas a la vez público que trata de reorganizar y elaborar su estado de ánimo con dimensiones individuales, familiares y sociales.

En este sentido, se distinguen distintos tipos de duelo. En este caso, Ortego y colegas (2001) mencionan los duelos normales y los patológicos, entre estos estriba la intensidad y la duración de las emociones. Según Abengozar y Zacares (Ortego *et al.*, 2001), existen seis tipos de duelo patológico: *reprimido*, donde el sujeto no se aflige por la pérdida e incluso, a veces, se vanagloria de su autocontrol, como si rehusara sentir dolor; *aplazado*, el sujeto no muestra ningún tipo de sentimiento ante la pérdida, sin embargo, al cabo de cierto tiempo con motivo de una pérdida diferente o menos importante reacciona con manifestaciones exageradas que son motivadas por la primera pérdida; *crónico*, el sujeto manifiesta un duelo intenso durante un tiempo más prolongado de lo normal; *idealización*, el sujeto recuerda únicamente las características positivas del difunto; *identificación*, el sujeto manifiesta comportamientos, síntomas, actitudes, calcadas a las del difunto, como si pretendiera mantenerlo vivo; *euforia*, se presenta de dos formas: la primera euforia va acompañada del no reconocimiento de la pérdida, así como de

los sentimientos persistentes de que el difunto se encuentra presente y en la segunda se acepta la muerte como gratificante para el que ha vivido la pérdida. Asimismo, González (2005) hace una clasificación de cinco tipos de duelo: el *normal*, que transita por las distintas etapas sin quedarse bloqueado en ninguna, que se lleva en un periodo de tiempo entre uno y dos años; *crónico*, sostenimiento del dolor en forma de sufrimiento, con fuerte sentimiento de desesperación unido a la incapacidad de rehacer su vida; *congelado*, constituye una dificultad para expresar emociones; *exagerado*, una excesiva prolongación del duelo; *retardado*, es frecuente ante pérdidas inesperadas, y supone una inhibición inicial; *anticipatorio*, elaboración anticipada del dolor por una pérdida posible (desapego emotivo).

En este sentido, el duelo tiene distintas formas de manifestarse según el ente que se ha perdido, en caso de la muerte de un ser querido ocurren algunas características que han sido bastante estudiadas.<sup>1</sup> No obstante, las personas viven distintas pérdidas en su ciclo de vida no sólo la muerte de los seres queridos, también sufren pérdidas materiales como objetos o pertenencias, terrenos, dinero, animales, así como personales, como las rupturas de una relación de pareja, de amistades y de familia. Según Freud (1917), el duelo ocurre en dos etapas, ante la pérdida de un ser amado o de una abstracción equivalente y otro intenso que implica la cesación del interés por el mundo exterior (en cuanto no recuerda a la persona fallecida) la pérdida de la capacidad de elegir un nuevo objeto amoroso, y al apartamiento de toda actividad no conectada con la memoria del ser querido.

Un aspecto importante a considerar en el duelo es el tiempo que una persona lo experimenta, que en ocasiones suele ser de largo o corto periodo. Al respecto Ortego y colegas (2001) mencionan que la duración depende de distintos factores: los sentimientos más intensos y agudos empiezan a remitir entre los seis meses y uno a dos años. Dentro de esta duración es importante contemplar la resolución que las personas dan. Dicha resolución tiene que contar con distintos factores que pueden favorecer, detener o prolongar este

---

<sup>1</sup> El duelo para ser superado necesita pasar por distintas etapas, que de manera natural o inducida llevan a su resolución. Bowlby (González, 2005) señala que las etapas son: estupefacción o shock, tristeza y dolor intenso, negación y búsqueda, ocultamiento y enfado, depresión-soledad y resolución. Por su parte, Ortego, López, Álvarez y Aparicio (2001) mencionan que la primer fase es el momento de aturdimiento, "embotamiento", incredulidad, negación, *shock* o gran impacto emocional, en el que la persona puede llegar a poner en duda o no aceptar la realidad. Una segunda fase en la que se pueden encontrar con desorganización, desesperanza, depresión y sentimientos de cólera e ira generalizada dirigida contra aquellos a quienes se considera responsables de la muerte, contra sí mismo, autoculpándose, e incluso contra aquellos que intentan brindar consuelo. Por último, la etapa en la que aparece la reorganización y la aceptación de la pérdida.

proceso en la persona. Según autores citados en Ortego y colegas (2001), cinco factores influyen: los recursos personales de afrontamiento y adaptación a la crisis; las circunstancias específicas de la muerte o pérdida; los vínculos y significados de la pérdida; los recursos de apoyo disponible (red de apoyo: familia, amigos, vecinos), el estado físico y emocional.

De este modo, con la migración internacional, el sentimiento de separación de la familia, la región, la tierra y otros objetos de apego, pueden analizarse bajo la noción de duelo. En este caso, con la migración al extranjero podría presentarse duelo por la familia y los amigos, la lengua, la cultura (costumbres, religión y valores), la tierra (paisajes, colores, olores, luminosidad), estatus social (papeles, trabajo, vivienda, posibilidad de ascenso social), el contacto con el grupo étnico (prejuicios, xenofobia, racismo), riesgos de integridad física como la expulsión y la indiferencia. Estos duelos son múltiples, parciales, pero recurrentes y continúan activos durante la vida del sujeto (Achotegui, 2009), es decir, la migración introduce una separación física de las personas, las cosas, las relaciones, la convivencia, ora temporal, ora definitiva. En concreto, el autor destaca la existencia de al menos siete duelos relacionados a la migración: la familia y los amigos, la lengua, la cultura, la tierra, estatus social, el contacto con el grupo étnico y los riesgos para la integridad física. También señala que dentro de estos duelos existen etapas: *negación*, cuando no se puede aceptar la realidad del cambio, y el individuo no la quiere ver; *resistencia*, hay protesta y queja ante el esfuerzo que supone la adaptación; *aceptación*, la persona se instala en la nueva situación; *restitución* es la reconciliación efectiva con lo que se ha dejado atrás y con la nueva situación.

A su vez, González (2005) distingue dos tipos de duelo migratorio: el *simple*, que aparece cuando la migración se realiza en buenas condiciones y el migrante encuentra entornos acogedores que le facilitan la inclusión. Por su parte, el *complicado*, donde la conjunción de circunstancias sociales y personales dificulta la elaboración de las pérdidas. Para este autor, seis características definen el duelo migratorio: es parcial, recurrente y múltiple; parcial porque que el objeto de la pérdida no desaparece, existe la posibilidad del reencuentro temporal o definitivo; es recurrente porque siempre se está reabriendo: el contacto telefónico, el internet, los viajes esporádicos, la llegada de los paisanos. Es un duelo que se vive en la ambivalencia: es posible que el migrante vaya desarrollando su proyecto migratorio; los logros, los éxitos parciales resultan reconfortantes, no obstante, en ocasiones surgen emociones contrarias (alegría-tristeza, logros-deseesperanza, ausencia-presencia), cosas que favorecen el duelo perpetuo. Es un duelo donde la nostalgia por

los seres queridos se transforma en una parte central de “mi cultura familiar”, la forma en que los progenitores elaboran el duelo ejerce influencia sobre las siguientes generaciones.

Este mismo autor (González, 2005) alude un segundo duelo migratorio. Éste se constituye por el “retorno”, el regreso del migrante, cuando deja atrás el país de acogida, las personas, los vínculos, las vivencias; es una situación difícil cuanto más apego haya generado y cuanto más difícil haya sido la elaboración del duelo migratorio inicial. El duelo afecta la identidad: todos los duelos generan cambios en la identidad del sujeto. Por tanto, el enriquecimiento de la identidad es un signo de la elaboración del duelo, lo que conlleva a regresiones psicológicas: las conductas regresivas expresan una búsqueda de apoyo y ayuda. Las conductas regresivas más frecuentes son: dependencia y comportamiento sumiso, quejas y protestas infantiles ante situaciones de frustración y dolor.

En este sentido, esta investigación explora el sentimiento del duelo en migrantes internacionales mexicanos que han retornado a la entidad, la forma en que lo resuelven y algunas secuelas que manifiestan. Dado que los migrantes experimentan distintos procesos de migración, donde interviene la planeación, la gestión de las ideas, la separación familiar, la asunción de compromisos de migración, objetivos y demás. En esta investigación, el duelo se analiza en dos momentos: en el proceso inicial, que implica aspectos, desde la toma de decisión de migrar, las expectativas que se tienen de Estados Unidos, la situación en la que se encuentra económica y emocionalmente en el momento de la partida y la reacción de su familia ante esta decisión y la forma en que resuelve esto en Estados Unidos. La segunda etapa es la vida que desarrollan en dicho país, lo cual involucra sus vivencias en la primera experiencia en Estados Unidos, las cosas a las que se tuvo que adaptar, aspectos del área laboral, dificultad para encontrar trabajo, las emociones de soledad que sintieron, de igual manera la forma en cómo resolvieron el duelo a su retorno. En el caso de los migrantes que no han retornado a la entidad, en esta investigación nada puede decirse de ellos, las entrevistas fueron realizadas en sus lugares de residencia y no contemplan a quienes aun permanecen en el extranjero.

## II. DESCRIPCIÓN DE PARTICIPANTES DE DUELO Y MIGRACIÓN

La muestra de esta investigación comprende 56 entrevistas a profundidad realizadas a 46 hombres y diez mujeres migrantes internacionales del Estado

de México que residen en los municipios de: Temascalcingo, Acambay, Jilotepec, Jocotitlán, Tejupilco, Tlatlaya, Toluca, Tianguistenco, Nopaltepec, Tecámac, Otumba y Axapusco. La mitad de entrevistados son casados (55.4%), solteros (19.6%), unión libre (12.5%) y separados (12.5%). Poseen escolaridad promedio de preparatoria. Estos migrantes realizaron su primer viaje al extranjero a partir de 1978 hasta el 2009, en tanto que su retorno comienza en 1983 y se sostiene hasta 2012. Realizaron sus primeros viajes al extranjero con una edad promedio de 23.7 años y un rango entre doce y 55 años.

### III. LA PARTIDA Y EL DUELO EN LOS MIGRANTES MEXIQUENSES

El primer momento del duelo es la partida. En el caso de los migrantes mexiquenses no es un evento aleatorio y más bien deviene producto de una mezcla de circunstancias económicas, emocionales, familiares, tanto en la propia vida del migrante como de otros actores de los cuales recibe influencia.

Los migrantes mexiquenses refieren que partieron por diversas causas: situaciones económicas complicadas (poco trabajo, sin casa, casas en mal estado, problemas económicos); problemas familiares, desaprobación de los padres, pareja o hijos; emocionalmente refieren sentimientos de malestar al dejar a su familia, así como miedo, tristeza, indecisión, nostalgia y nervios. Algunos al partir llevaban sentimientos positivos, los cuales no pueden considerarse como duelos. Otro aspecto de estos migrantes es que tuvieron que convencer a su familia para que aceptara su migración, ya que aquéllos se negaban a que la persona partiera. En dos migrantes, el duelo ocasionado por perder el empleo y una ruptura familiar, fueron la causa primaria para migrar. En general, los escenarios pueden agruparse en cuatro tipos de duelo al partir.

#### 1. *Problemas familiares, con desaprobación de padres, pareja o hijos*

Este grupo de migrantes sufre un duelo complicado, como afirma González (2005), en estos duelos una conjunción de circunstancias sociales y personales dificultan la elaboración de las pérdidas. En el caso de los mexiquenses, las circunstancias familiares y personales no favorecen su partida; presentan conflictos de convivencia intrafamiliar, la no aceptación de reglas impuestas por la familia y falta de comunicación. Estas situaciones provocan que los migrantes lleven consigo aspectos de inconformidad, tristeza, inadaptación a sus hogares y síntomas de rebeldía.

## 2. *Duelo en el área laboral*

Este grupo de migrantes sufre un duelo por la pérdida laboral, así como una decepción de las opciones laborales locales y las condiciones de trabajo y remuneración en sus entornos, lo cual trae consigo emociones de inadaptación y rechazo, a una nueva oportunidad laboral en este país. Por lo cual decide buscar oportunidad en otro país con la idea de que allá tendrá mejores empleos y con esto una mejora en su economía. Estas personas refieren irse sin informar a su familia porque no quieren hacerlos sufrir y a su vez demostrarse a ellos que pueden tener desarrollo laboral.

## 3. *Situación económica complicada*

Los migrantes que sufren este tipo de situaciones no tienen casa propia, las condiciones de la casa donde habitan son insuficientes, no cuentan con la economía para gastos alimenticios balanceados ni básicos, carecen del recurso suficiente para solventar gastos escolares. Esto los motiva a migrar, pero hace que lleven consigo emociones de tristeza, desesperanza, inconformidad con la vida y soledad.

## 4. *Malestar, tristeza, depresión, miedo e indecisión*

Son migrantes que exteriorizan emociones desagradables al partir, por desprenderse o dejar los aspectos que los hacen sentirse bien, seguros y cómodos. Básicamente son quienes cuentan con el apoyo de su familia en lo económico y emocional al partir; aunque esto les genera malestar por su partida, experimentan en esta primera etapa un duelo múltiple.

## IV. RESOLUCIÓN DEL DUELO EN ESTADOS UNIDOS

En la etapa de estadía y adaptación en Estados Unidos, los migrantes refieren que su primera impresión en dicho país fue un cambio radical, ingresaron a una vida rápida y pesada, marcada por la constante rutina de trabajo, llegando incluso a considerarla como algo que no es vida. En general, vivenciaron diversas sensaciones que marcaron sus vidas. Algunos expresan que en sus estancias, tenían emociones de tristeza por la familia y seres queridos que dejaron al partir, también desilusión por las expectativas que idealizaron

sobre la vida en el norte y que no lograban cumplir, en algunos casos era aburrimento de no poder salir a otros lugares como lo hacían en México. La soledad, de igual forma, marcó sus estancias porque no había con quién convivir; sufrieron por lo que dejaron en su lugar de origen y por no poder adaptarse a la nueva vida, algunos tenían arrepentimiento de estar en este nuevo lugar por estar solos sin sus seres queridos. Otros sentimientos que los acompañaron siempre o en alguna parte de sus estancias en el extranjero, son: desesperanza, malestar, discriminación por otros mexicanos (no te hablan, no te ayudan), miedo de salir y ser descubiertos.

¿Pero cómo algunos salieron adelante? En general, ellos relatan que tuvieron que adaptarse, algunos con sufrimiento, otros imitando algunas conductas de paisanos, aprendiendo las nuevas formas de vida, otros buscaron la socialización con sus paisanos, parientes y haciendo nuevas amistades. Los compromisos que habían hecho con sus familias antes de partir, sobre todo aquellos de mejorar, enviar remesas y hacer algún patrimonio, eran sus alicientes. Las circunstancias que más les afectaban al inicio de sus estancias y sobre las cuales expresaban sus sentimientos negativos, fueron principalmente el idioma, aspecto que les impedía tener una adecuada socialización y adaptación en su desarrollo sociolaboral; también el hecho de saber que eran de otro color y estatura, por no tener papeles, lo cual señalan fue motivo de discriminación, asimismo, a los migrantes de mayor antigüedad, el no tener amigos ni redes en aquel país, no ver muchos hispanos, les generaba sentimiento de soledad e inadaptación. También la comida y todo lo que gira en torno a ella, como la variedad, la preparación (más en los hombres), los establecimientos donde comprarla, eran fuente de desasosiego en los migrantes y renegaban constantemente. La soledad, la cultura, las reglas y los hábitos de higiene personal, fueron otra fuente de disgusto para ellos. En los hombres destaca la necesidad de hacer tareas otrora inaceptables, por ejemplo, lavar su ropa y los trastes, asear su cuarto, cocinar, básicamente en sus lugares de origen ellos no hacían estas actividades.

### *1. Problemas familiares, con desaprobación de padres, pareja o hijos*

Los migrantes que partieron con estos rasgos, se observa que en el extranjero vivenciaron un duelo múltiple. Ellos refieren que al menos cuando recién arribaron, afrontaron una crisis de adaptación al clima, idioma, comida, la forma de socialización y principalmente extrañar a su familia.

Dentro de este grupo, la mitad logró resolver su duelo de partida, los demás lo trajeron consigo al retorno. En este caso, quienes cumplieron los objetivos económicos y de reflexión familiar (maduración personal), que llevaban al partir, son quienes aceptaron sus duelos y trabajaron en resolverlos. Esto es advertible, porque a su retorno (cuando se les entrevistó) observan satisfacción de sus vidas en los aspectos económicos y familiares, ya que antaño esos fueron motivos para migrar y ahora muestran deseos de permanecer en México y no desean volver al norte.

En cambio, quienes no resolvieron su duelo son aquellos que mantuvieron una depresión e inadaptación en el exterior, constantemente recordaban lo que dejaron en México y querían regresar, pero estas mismas emociones no les permitieron aprovechar las oportunidades que se les presentaban y no cerraron su duelo de partida y lo trajeron de regreso. Por tanto, en su retorno, estos migrantes refieren bastante insatisfacción por el área laboral, la economía, los sueldos y en general las oportunidades que tienen en su país de origen, mostrando con esto los rasgos de un duelo de retorno.

## 2. *Duelo en el área laboral*

Para los migrantes que partieron de la entidad teniendo un *duelo en el área laboral*, por asuntos de despidos, bajos salarios y malos tratos, se aprecia que en el extranjero resolvieron, según comentan, a través de sus vivencias una primera estancia de entorno acogedor, y ayuda por parte de otros migrantes, esto les permitió una adaptación rápida y sin dificultades emocionales al nuevo ambiente; lograron estabilidad laboral y económica que buscaban con su migración. Pero es la sensación de soledad la que hace que decidan regresar con su familia. Todos los de este grupo lograron resolver su duelo de partida y al retorno refieren encontrarse bien en la entidad.

## 3. *Situación económica complicada*

Los migrantes que antes de partir tenían una situación económica difícil, en sus estancias en el extranjero, comentan que percibieron una vida muy diferente, difícil de adaptarse, aspectos como la comida, el clima, los amigos, la familia, se les presentaban extraños, diferentes y de poco acceso. Estos migrantes exhiben un duelo múltiple y complicado, ya que no contaron con los recursos de apoyo adecuados para lograr sus objetivos de par-

tida. En ellos la idea del retorno era una constante, no veían ni disfrutaban las oportunidades que se le presentaban. Por tanto, este grupo manifiesta no haber logrado sus objetivos iniciales de mejora económica, aunque al fin con la acogida de sus familias, amigos y comunidad, se advierte que lograron solucionar el duelo vivido en Estados Unidos.

#### 4. *Malestar, tristeza, depresión, miedo e indecisión*

Estos migrantes experimentaron un duelo complicado. En el extranjero refieren sentir de manera constante emociones negativas con respecto a su familia, al lugar, a la libertad, a la alimentación, al clima y a ser deportados; casi a todo lo que vivenciaron.

### V. EL RETORNO Y EL PROCESO DE DUELO EN LOS MEXIQUENSES

Los migrantes refieren que regresaron para estar con su familia, por no perder la infancia de los hijos, por la crianza de éstos, por el estado emocional de soledad, por enfermedad de algún familiar, para recuperarse por algún accidente que tuvieron, por deportación propia o de un familiar, porque no les gustó aquella vida, por enfermedad propia, por falta de empleo, entre otras.

Al retorno puede distinguirse la presencia de tres tipos de duelo. Uno es aquel donde dominan los mismos rasgos de duelo inicial que llevaron desde México, otro es en el que domina el desarrollo de nuevos apegos, que al volver se transforman en duelo, y el tercero es una mezcla de ambos pero sin dominancia de alguno de ellos. En general, en estos migrantes predominan aquellos que retornaron con nuevos apegos hacia satisfactores, oportunidades laborales y comodidades que dejaron en el extranjero.

#### 1. *Problemas familiares, con desaprobación de padres, pareja o hijos*

De este grupo, quienes traen duelo al retorno es porque no cumplieron sus objetivos económicos o de otra índole. Por ejemplo, tenemos el caso de un mexiquense que retornó sin cumplir sus objetivos económicos, y que migró por conflictos familiares; en Estados Unidos tuvo oportunidad de madurar y reflexionar sobre ambos aspectos, de alguna forma cerró su duelo de partida. La necesidad de comunicar con sus familiares en conflicto,

su emoción, su pensar, provocó su retorno a la entidad, mas ahora muestra inconformidad por la falta de economía y oportunidades laborales. Esto sugiere que el duelo inicial fue restituido, sin embargo, se formó otro derivado de las vivencias y comodidades de aquella vida, lo trajo consigo y a la fecha no se observa resolución de éste, y de hecho comenta sus constantes intenciones de regresar a Estados Unidos.

## 2. *Situación económica complicada*

En este grupo de migrantes, nadie trajo duelo de regreso. Se observa que en el extranjero cumplieron sus objetivos económicos de adquirir bienes (casa, muebles, otros) y que en inicio fueron la causa de su migración. Como retornados, ellos refieren sentirse bien, a gusto, con su familia, no quieren regresar ni están insatisfechos por carencias económicas, valoran más la unión familiar. La misma situación se aprecia entre quienes migraron inicialmente por problemas laborales, acá en México. Éstos mejoraron su economía, enviaron recursos y viven bien con sus familias.

## 3. *Malestar, tristeza, depresión, miedo e indecisión*

En este grupo de migrantes, la mayoría fueron deportados sin alcanzar a restituir su duelo de partida, en cambio adquirieron y muestran rasgos de otros duelos derivados de nuevos apegos: a las condiciones económicas, por su retorno forzado, por las comodidades y oportunidades laborales. Por ejemplo, un migrante deportado quiere regresar al norte, además comenta que se siente inconforme con la economía que existe en México, porque con lo que gana no le alcanza a cubrir sus gastos, siente además depresión por esta situación, pero porque no restituyó el duelo que llevó con él, ahora eso le afecta en lo emocional y en su convivencia. Otro migrante regresó porque sufría depresión por soledad en Estados Unidos, además quería ver a su familia, comenta que ahora tiene dificultades por la inestabilidad económica y falta de oportunidades laborales, aunque emocionalmente se encuentra bien por estar con su familia; este migrante restituyó su duelo inicial hasta que volvió con su familia, pero aún le queda vigente el que desarrolló allá y que trajo consigo.

## VI. CONCLUSIONES

Las conclusiones obtenidas en la presente investigación separada por las etapas de migración, indican que con respecto al proceso de partida casi todos los migrantes experimentan algún tipo de duelo, éste lo refleja en tristeza, melancolía, depresión, inconformidad con su situación económica, miedo y sacrificio.

En cuanto a la estancia que tienen en Estados Unidos se aprecia que algunos migrantes logran resolver su duelo de partida porque encuentran factores de apoyo que facilitan esta resolución como son los amigos, los familiares, los patrones, que les permiten copiar, imitar, socializar algunas actitudes y adaptarse de mejor forma, cumplir sus objetivos y otras cosas. Mientras que otros migrantes no logran solucionar su duelo y esto les genera vivir inadaptados a casi todo lo que acontece a su derredor, al clima, al idioma, a la comida, la cultura, a los hábitos de cuidado personal, la soledad, la inseguridad, las dificultades con las reglas, la ausencia de sus bienes materiales, la depresión, la discriminación; además lo traen consigo al retorno y en México lo manifiestan en actitudes de enfado, rechazo de oportunidades, insatisfacción, problemas familiares y una constante idea de volver al norte.

## VII. FUENTES DE CONSULTA

- ACHOTEGUI, Joseba (2009), *Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises)*, Barcelona, Universidad de Barcelona.
- CUADRADO, David (2010), “Las cinco etapas del cambio”, *Revista Capital Humano*, núm. 241, recuperado de: [http://www.factorhumana.org/attachments\\_secure/article/420/c303\\_cincoetapas.pdf](http://www.factorhumana.org/attachments_secure/article/420/c303_cincoetapas.pdf).
- FREUD, Sigmund (1917), *Duelo y melancolía*, Escuela de Filosofía Universidad ARCIS, recuperado de: [www.philosophia.cl](http://www.philosophia.cl).
- GALIMBERTI, Umberto (2009), *Diccionario de Psicología*, México, Siglo XXI.
- GONZÁLEZ, Valentin (2005), “El duelo migratorio”, *Trabajo Social*, núm. 7.
- ORTEGO, María *et al.* (2001), “El duelo”, *Revista Ciencias Sociales*.
- OVIDEO, S. *et al.* (2009), “La muerte y el duelo”, *Revista enfermería global*, consultado en: <file:///C:/Users/rnt/Downloads/50381-214991-1-PB.pdf>.

ANEXO

Problemas familiares:

<i>Salida de México</i>	<i>Duelo</i>	<i>Estados Unidos</i>	<i>Dx</i>	<i>Retorno</i>	<i>Dx</i>	<i>Perspectiva</i>
Mujer 21 años soltera licenciatura trunca Tlanguistenco un viaje	Problemas con los padres Inmadurez Inconforme con su vida	Le costó trabajo el idioma, la vida, socializar y la comida	Siempre conside- ró diferencias de costumbres No lo resolvió	Regresó por en- fermedad de un ser querido La economía no era buena	Superó el duelo: se siente bien, cómoda	Mejóro la economía y la unión familiar
Hombre 36 años casado secundaria Tecámac un viaje	Problemas con her- mana, vivían en la misma casa, conflic- tos con la conviven- cia de los hijos	Soledad, vida difícil, comi- das, victos, ex- trañar familia	Mantenia depre- sión por lo que dejaba en México No resolvió	Retornó porque extrañaba a su familia No cumplió objetivos	Ahora tiene duelo por Estados Unidos Ganaba más, lo trajo la emoción Casa a medias	Estaría mejor en Estados Unidos No mejoría económica Casa a medias

Área laboral:

<i>Salida de México</i>	<i>Duelo</i>	<i>Estados Unidos</i>	<i>Dx</i>	<i>Retorno</i>	<i>Dx</i>	<i>Perspectiva</i>
Hombre 37 años casado preparatoria Otumba dos viajes	Lo corrieron del trabajo Inestabilidad mental Desplazamiento Situación económica	Se sintió bien Gente buena Hizo amigos	Lo resolvió Buscaba lo económico	Regresó por familia Se siente bien	No traía duelo	Mejóro economía y unión familiar Está a gusto en México

Situación económica complicada:

<i>Salida de México</i>	<i>Duelo</i>	<i>Estados Unidos</i>	<i>Dx</i>	<i>Retorno</i>	<i>Dx</i>	<i>Perspectiva</i>
Hombre 46 años casado preparatoria Tlatlaya dos viajes	No tener una casa Desacuerdo familiar Inconforme con su vida	Diferente, difícil, extrañar familia, mucho sufrir	Duelo por la familia Clima, amigos No lo resolvió	Regresó por decepción de aquella vida, la familia y no se acomodó	No traía duelo	Mejor aquí Está bien por la familia, amigos y libertad Resolvió el duelo que llevaba desde México hasta el regreso
Hombre 33 años casado prepa Temascalcingo tres viajes	Truncó estudios por necesidad económica	Difícil adaptarse, Difícil tener empleo Inexperiencia laboral No conocer gente	No resolvió duelos permanentes Vida solitaria Quería regresar	Para ver a su abuelita Extrañaba a su familia Está a gusto con el retorno	No trajo duelo Regresó con gusto	Está bien acá

Malestar, tristeza, depresión, miedo, indecisión:

<i>Salida de México</i>	<i>Duelo</i>	<i>Estados Unidos</i>	<i>Dx</i>	<i>Retorno</i>	<i>Dx</i>	<i>Perspectiva</i>
Hombre 23 años primaria Temascalcingo dos viajes	Emocionalmente mal por dejar a su familia Tristeza de familia	Vida, diferente, hábitos, economía, alimentación soledad, estrés, inseguridad, miedo a la deportación No cumplió objetivos	Duelo Inadaptación	Fue deportado	Traía duelo, no alcanzó a cumplir sus objetivos Depresión al retorno	Quisiera regresar al norte Inconforme en lo económico Feliz por la familia
Mujer 47 años primaria Acambay un viaje	Emocionalmente mal, triste por dejar a sus familiares, sus hermanos la apoyaron	Adaptarse al clima, idioma y comida Estrés, soledad	Rasgos de duelo en la soledad, en menor grado porque llevó a sus hijos	Vcr a sus padres Enfermedad de madre	Trae algo de duelo Inconformidad, extrañar el em- pleo, ingreso, comodidades	Estaría mejor en Estados Unidos, en lo económico Acá la familia, libertad
Hombre 38 años secundaria Tlanguistenco dos viajes	Miedo e inde- cisión al irse, sacrificio al dejar a su familia y desacuerdo de su esposa	Tristeza por la au- sencia de la familia, de sus bienes mate- riales, dificultades en autosuficiencia, arrepentimiento	Rasgos de duelo por soledad y por la libertad	Por enfermedad de su hijo	Sin duelo	Se siente bien por estar con su familia, así como la economía que percibe
Hombre 27 años soltero preparatoria San Pedro Huiziluca (Lerma) un viaje	Emociones: tristeza por dejar a su familia, nos- talgia, nervios, no consultó con su familia	Se sintió solo, extra- ño por no conocer a nadie, miedo a salir, dificultades con el idioma	Rasgos de depresión por no tener a su familia, amigos y por el idioma	Ver a su fa- milia	Duelo por el de- sarrollo tecnoló- gico, economía	Estaría mejor en Estados Unidos por el desarrollo tecnológico, pero está bien aquí por su familia

<i>Salida de México</i>	<i>Duelo</i>	<i>Estados Unidos</i>	<i>Dx</i>	<i>Retorno</i>	<i>Dx</i>	<i>Perspectiva</i>
Hombre 27 años casado preparatoria Temascalcingo un viaje	Muy triste por dejar a la familia (se puso a llorar), dejó de estudiar para irse a trabajar	Difícil por la convivencia por no tener amigos, novia y familia, soledad y dificultad para adquirir hábitos de aspecto personal	Depresión por soledad	Visitar a la familia, aunque formó una familia y eso le hace sentir cómodo aquí	Duelo por la estabilidad económica que tenían, así como las oportunidades de trabajo	Aquí por la familia, allá por las oportunidades de trabajo
Hombre 65 años casado 3ro de primaria Valle de Bravo tres viajes	Triste por dejar a la familia; sus familiares se encontraban tranquilos con la partida	Difícil, tuvo que adaptarse al trabajo, las reglas, la gente, sintió soledad por que extrañaba a la familia	Depresión con sentimientos de tristeza y soledad hacia la familia	Lo deportaron	Duelo por la economía que no tiene acá	Estaría mejor allá, aunque desgraciadamente es difícil
Hombre 42 años casado secundaria Tecámac tres viajes	Emocionalmente estaba mal porque no tenía trabajo; no consultó con su familia	Se sintió solo por no tener a su familia, le costó trabajo adaptarse al idioma	Depresión, sublimando en el trabajo	Por la familia	Sin depresión	Aquí por la familia, allá porque cuentas con una estabilidad económica mejor
Hombre 38 años casado secundaria Villa del Carbón un viaje	Melancolía por dejar a la familia	Difícil adaptarse al idioma, la cultura y a los hábitos; soledad, tristeza porque no está la familia	Rasgos de depresión por dejar a la familia	Por vivenciar el desarrollo de su hijo	Con depresión, inconformidad al no tener una solvencia económica estable en México	Estuviera mejor en Estados Unidos si estuviera mi familia