

RESUMEN

Objetivos: Comprender el Universo Emocional de una mujer migrante durante el proceso migratorio.

Material y Métodos: Estudio hermenéutico-biográfico sobre una mujer migrante durante el proceso migratorio. Mediante la taxonomía afectiva del Universo de emociones de Bisquerra se establecieron las categorías de partida, analizándose con el modelo de análisis hermenéutico de Ricoeur. El tipo de muestreo fue opinático y la estrategia seguida de intensidad. Los datos se recogieron mediante video-entrevistas en profundidad por la investigadora principal entre los meses de abril y mayo de 2022.

Resultados: Se obtuvieron cuatro categorías resultado: Desadactada, Familia nómada, Otro cambio de idioma y Española hasta que abro la boca. El rechazo y la discriminación sufridos por el racismo y la dificultad para integrarse socialmente marcaron su estado emocional, recorriendo la ira, la tristeza y el miedo que la llevaron a sentirse desadactada. El pertenecer a una familia nómada le ha llevado a vivir en una soledad impuesta que transita por la violencia y la inseguridad. No hablar el mismo idioma la llevaron a una atmósfera de vulnerabilidad social basada en la incomprensión y el rechazo. Por último, acaba detallando su viaje emocional con la frustración y la depresión que le ha ocasionado ser considerada “ciudadana de segunda” por ser migrante.

Conclusiones: Comprender el universo emocional de una mujer migrante nos aproxima a entender su proceso migratorio, permitiendo una mayor inclusión social y sanitaria así como unos mejores cuidados.

PALABRAS CLAVE: Migración; Emociones; Mujer; Investigación cualitativa.

ABSTRAC

Objetives: To understand the emotional universe of a migrant woman during the migration process.

Material and Methods: A hermeneutic-biographic study in wich participant was a migrant woman during the migration process. Using the affective taxonomy of Bisquerra's Universe of Emotions, the initial categories were established and analyzed using Ricoeur's hermeneutic analysis model. The type of sampling was opinionated, and the strategy followed was one of intensity. Data collection was carried out between April and May 2022 by the principal investigator through in-depth video interviews.

Results: The result categories were four: Unadapted, Nomadic family, Another language change and Spanish until I open my mouth. The rejection and discrimination suffered due to racism and the difficulty of integrating socially marked her emotional state, going through anger, sadness and fear that led her to feel out of step. Belonging to a nomadic family has led him to live in an imposed solitude that goes through violence and insecurity. Not speaking the same language led her to an atmosphere of social vulnerability based on misunderstanding and rejection. Lastly, she ends up detailing her emotional journey with the frustration and depression caused by being considered a “second-class citizen” for being a migrant.

Conclusion: Understanding the emotional universe of a migrant woman brings us closer to understanding her migratory process, allowing greater social and health inclusion as well as better care.

KEYWORDS: Migration, Emotions, Woman, Qualitative research.

ABREVIATURAS

ACNUR: Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados.

EM: Estadística de Migraciones.

IOM: Organización Internacional para las Migraciones.

ONG: Organización No Gubernamental.

OMS: Organización Mundial de la Salud.

ONU: Organización de las Naciones Unidas.

TFM: Trabajo fin de máster.

ÍNDICE

1. Introducción

2. Objetivos

a. Objetivo general

b. Objetivos específicos

3. Metodología

4. Resultados y Discusión

5. Conclusiones

6. Bibliografía

7. Anexos

8. Agradecimientos

1. INTRODUCCIÓN

Proceso migratorio - ¿Por qué emigran las personas?

Con el fin de mejorar su realidad, muchas personas se ven obligadas a emprender un complejo viaje a otro país en busca de nuevas oportunidades⁽¹⁾.

Según la Organización Internacional para las Migraciones de la ONU en el año 2020 el porcentaje de migrantes en la población mundial era de un 3,6%, de este 3,6% el 48,1% eran mujeres migrantes (IOM, 2020).

La brecha social, económica y política entre los países pertenecientes al hemisferio sur y los países pertenecientes al hemisferio norte es determinante en el proceso migratorio. Aunque la persona migrante pueda verse afectada por factores internos (en relación a aspectos familiares...), la decisión de migrar está estrechamente relacionada con los factores externos. El contexto político y la globalización económica marcan el desarrollo actual del proceso migratorio, y son determinantes fundamentales a la hora de dar el paso de emigrar⁽²⁾.

En el año 2021 la población de España se estimó de 47.394.223 millones de personas, La cifra de población extranjera se contabilizó en 5.375.917 millones de personas, 812,955 personas más que en 2020, estando España en el puesto número 11 de países con mayor número de personas migrantes que viven en él, (Marín, 2021)⁽³⁾. Desde hace unos años, llama la atención la distribución de personas migrantes por el territorio español, en 2019 en la comunidad que más aumentó el porcentaje de personas inmigrantes fue en las Islas Baleares con un 72%, seguida de Murcia con un 55%, creándose así nuevas rutas migratorias (EM, 2019) ⁽⁴⁾.

La migración tiene consecuencias en todas las esferas de la vida la persona así como en el país de origen, destino y de tránsito.

La persona migrante no deja atrás solamente su país, deja su familia, su comunidad, en definitiva deja su propia identidad y se verá en la obligación de adaptar y/o crear una identidad nueva⁽⁵⁾.

La percepción social de la migración está ligada a la connotación negativa que de forma intrínseca vemos reflejada en el constructo social que se hace por parte de la vida política y los medios de comunicación acerca de la migración. El proceso migratorio en la mayoría de las ocasiones aparece reflejado como una problemática social, consecuentemente esto genera alarma social⁽⁶⁾.

Esta alarma social sobreviene al considerar la migración en una amenaza hacia el país de destino ya que solamente se refleja los flujos de personas que entran de forma ilegal y descontrolada a los países de destino.

El discurso de odio que surge de esto hace que las personas migrantes vivan en un contexto de marginalidad y precariedad, ocasionando situaciones de opresión que imposibilitan o dificultan la adaptación intercultural. Este discurso de odio está avalado por la esfera política con ideas racistas, la cual contribuye a criminalizar a la persona migrante creando un imaginario social completamente desfavorecer para estas personas⁽⁷⁾.

Proceso de adaptación - Adaptación intercultural.

La percepción tan negativa de la migración basada en la idea de invasión que se tiene de la población migrante puede ocasionar situaciones conflictivas basadas en el miedo y rechazo. Dentro del proceso de adaptación al nuevo país de destino, la persona migrante vivirá estas situaciones de estrés que dificultarán su integración y adaptación a la nueva comunidad.

Este recorrido de adaptación es similar a un proceso de duelo, debido a lo contradictorio del proceso migratorio en cuanto a pérdidas y ganancias tanto para la persona migrante como para la sociedad, ganancias respecto a nuevas oportunidades laborales y económicas y pérdidas en cuanto a su identidad cultural y familiar del país de origen. Este duelo se puede prolongar durante todo el proceso. Según la adaptación que se consiga entre la persona migrante y la sociedad en la que habite se podrá llegar a conseguir un nivel de adaptación favorable o no^(5, 8).

El proceso de adaptación requiere hacer uso de mecanismos psicológicos adecuados para poder hacer frente al sacrificio que desde el inicio del viaje migratorio la persona tiene que hacer. Son muchas las dificultades por las que tiene que pasar una persona migrante en el país de destino, por ejemplo, la precariedad laboral, el estrés, la sensación de abandono y de rechazo y las situaciones de agresividad institucional y social entre otras cosas. Estas dificultades fuerzan a la población a la marginalidad al estar obligado a vivir en situación de exclusión social. Para conseguir una adaptación real y funcional, la persona tiene que ser capaz de integrar aspectos importantes de la cultura en la que habita^(7,5).

Es un duelo complicado que está condicionado por los aspectos personales del migrante y las características de la sociedad en la que se encuentre. Este duelo puede llegar a ser crónico, presentándose como un cuadro de estrés ante circunstancias que desbordan a la persona, nos encontramos así ante

una situación de duelo recurrente. En esta situación de duelo recurrente la persona siente que vive a nivel emocional entre dos realidades, la que dejó en su país de origen y la nueva realidad que se le presenta. Es una problemática enmarcada dentro de la salud mental, no considerándose en sí como una enfermedad^(9,10).

Nos encontramos con una doble problemática a la hora de enfrentar el duelo por parte de la población migrante, por un lado luchar con la pérdida de contacto con su entorno y por otro lado el estrés de iniciar nuevos contactos en la población de destino.

Las problemáticas que afectan a la persona migrante ya sea de salud mental como de otra índole se acaban traspasando de generación en generación, ya que los hijos e hijas de esta población pueden llegar a no sentirse ciudadanos de pleno derecho, convirtiéndose así el duelo en un problema migratorio transgeneracional⁽¹¹⁾.

Migración y Salud Mental - Su impacto.

Nos encontramos una sociedad que culpabiliza a la persona migrante y le exige un continuo trabajo de integración cultural en la mayoría de ocasiones sin ofrecer ningún tipo de apoyo institucional^(2, 12).

Además del poco apoyo a nivel institucional y social mediante ayudas y subvenciones sociales básicas, la población migrante tiene una peor situación socioeconómica, en donde la precariedad y la marginalidad conducen a la exclusión social. Esto afecta directamente a la salud de esta población, tanto en el acceso a infraestructuras como a la propia percepción del estado de salud de las personas migrantes⁽¹³⁾.

No solamente vemos como se ve afectada la salud de la persona en su llegada al nuevo país de destino, es desde que se inicia el proceso migratorio, es decir desde que surge la idea de migrar cuando el estrés y la ansiedad por el cambio pueden aparecer. El foco de atención del presente trabajo es indagar en las secuelas a nivel emocional que pueden derivar del proceso migratorio y del hecho de ser migrante en el país de destino.

Durante el viaje la soledad y la ansiedad afectan muy negativamente a la salud mental de las personas durante las rutas migratorias. Esto se ve agravado por la falta de apoyo y de acogida así como el rechazo y la discriminación que sufre esta población por el simple hecho de ser migrantes^(1,14).

Las personas necesitamos mantener vínculos y tener de una red de apoyo ya sea familiar, cultural, social o de otra índole. En el caso de las personas migrantes esta red se rompe, si a esto le sumamos las situaciones tan desfavorables por las que tienen que pasar y la afectación a nivel de bienestar emocional que pueden llegar a provocar, se puede considerar el hecho de migrar como un factor de riesgo en la salud mental⁽¹⁵⁾.

Aunque el hecho de ser migrante se considera como factor de riesgo, para que debute un trastorno mental hace falta también otros factores internos como es la predisposición.

Las particularidades de sus situaciones influirán en la forma, intensidad y pronóstico de afectación del trastorno mental⁽⁵⁾.

El género y la migración - Mujeres migrantes.

El mundo sigue siendo un lugar de desventaja para las mujeres debido a la mentalidad machista que todavía impera en él. Por ese motivo las mujeres migrantes pueden vivir situaciones de más vulnerabilidad que los hombres no por una cuestión de idiosincrasia del género, sino por que pueden verse expuestas a situaciones mucho más desfavorables que los hombres^(5, 16). Según datos de ACNUR de entre las mujeres y migrantes del 24 al 80% podría sufrir violencia sexual en alguna de sus formas (ACNUR 2018).

La ONU prevé que la población migrante se duplique en los próximos años, pero las políticas anti-migratorias y las dificultades fronterizas que se encuentran las personas migrantes para acceder a los países de destino no augura nada nuevo para estos millones de personas⁽⁹⁾.

2. OBJETIVOS

a. Objetivo general

- Comprender el Universo emocional de una mujer migrante durante el proceso migratorio.

b. Objetivos específicos

- Reconocer acontecimientos biográficos relevantes en el proceso migratorio de esta mujer.
- Interpretar sus sentimientos y vincularlos a esos acontecimientos biográficos y a otros importantes en su vida.

3. METODOLOGÍA

Estudio con enfoque cualitativo y diseño hermenéutico-biográfico^(17, 18), enfocado en el estudio de las emociones, con el objetivo de comprender la experiencia humana en relación al mundo y sus particularidades.

El sujeto de estudio fue una mujer migrante, usuaria de los servicios de una educadora social en una provincia andaluza. Otros criterios de inclusión fueron estar en pleno uso de sus facultades mentales y ser mayor de edad. La estrategia de muestreo fue diseñada por la investigadora. Se llevó a cabo mediante la técnica de muestreo a criterio, seleccionando la fracción de usuarias y usuarios de acuerdo a los criterios de inclusión⁽¹⁹⁾. Dada la especificidad solicitada para la muestra, se incluyó exclusivamente a una participante. Se optó por la biografía como herramienta para comprender el Universo Emocional de la participante. Con el fin de mantener el anonimato de la partícipe se le asignó la letra V para mantener oculto su nombre en todos los documentos.

Como categorías de partidas en el análisis, se contó con cuatro etapas de su vida (Libia, Emigrar, Inglaterra y vuelta a España) y las dos grandes áreas de la taxonomía afectiva de Bisquerra, Universo de emociones, correspondientes a emociones positivas y emociones negativas⁽²⁰⁾.

Se recogieron los datos a través de tres video-entrevistas en profundidad, con una duración máxima de 50 minutos y mínima de 40 minutos. Las entrevistas fueron realizadas por la investigadora principal entre abril y mayo de 2022. Fueron realizadas online por la plataforma de Skype debido a la distancia geográfica entre la investigadora y la partícipe.

Mediante el análisis hermenéutico de Ricoeur⁽²¹⁾ se analizaron las entrevistas. En primer lugar se llevó a cabo una lectura comprensiva con el fin de crear la trama de ideas y trazar intuitivamente el marco explicativo. En el primer nivel de análisis y mediante las categorías de partida, se identificaron las unidades básicas de significado o nodos. Después, en el segundo nivel, se clasificaron los nodos en patrones principales representativos de la idea general. En los patrones se realizaron subdivisiones las cuales son llamadas códigos. Los nodos se agruparon en estos códigos. En el tercer nivel, se relacionaron las entrevistas con todo su contexto según los criterios de sumación y saturación, con la finalidad de crear el “arco hermenéutico” ayudándonos a comprender con profundidad

el Universo emocional de la mujer participante⁽²²⁾. Se creó así el árbol categorial definitivo, interpretándose las ideas agrupadas en los patrones, categorías y subcategorías para especificar las emociones asociadas a estas ideas y poder relacionar, así, los hitos más importantes en la vida de la participante con etiquetas emocionales específicas.

El estudio siguió, en todo momento, los criterios de rigor y calidad de Calderón (2002), para las investigaciones cualitativas, expuestos en la Tabla 1.

Tabla 1. Criterios de rigor y calidad	
Adecuación metodológica y teórico-epistemológica	El paradigma cualitativo pretende conocer la realidad subjetiva de las personas y su entorno, proporcionando un diseño flexible, abierto y cambiante. Dentro de este paradigma, la perspectiva hermenéutica pretende describir y comprender la experiencia emocional que compone la identidad de una persona. Esto se consigue creando un clima de confianza, en el que la aceptación incondicional (la ausencia de cualquier juicio moral) cobra un especial protagonismo.
Relevancia	Las mujeres migrantes son discriminadas por una sociedad racista que las rechaza y relega a un segundo plano. Conocer su mundo afectivo nos lleva a conocer sus necesidades con el fin de obtener una mejora en el cuidado y en su bienestar. La descripción detallada de los resultados junto a la metodología facilitará la transferibilidad del estudio a otros contextos.
Validez	Se realizó una triangulación por investigadora y participante. El informe de resultados se envió a la participante para recibir el feedback.
Flexibilidad	La investigadora principal está muy sensibilizada con los aspectos biopsicosociales de grupos minoritarios en relación con el cuidado, especialmente los relacionados con la migración, el género y las diferentes formas de ver y experimentar el entorno.

Una hoja de información y un consentimiento informado (verbal y escrito) fue presentado -previamente a las entrevistas- y cumplimentado por la participante (Anexos 1 y 2). La línea de investigación de Universos emocionales en la que se enmarca el estudio, está liderada por el Dr. Pedro E. Ventura Puertos, profesor titular de la Universidad de Córdoba. Esta línea de investigación recibió la aprobación del Comité de Ética en Investigación de Córdoba.

4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El pseudónimo de la participante es V. Es una mujer de origen libio con ascendencia siria y española que a la edad de 9 años emigró junto a su padre y su madre a España desde Libia. Sanitaria de profesión, argumenta que desde pequeña su familia ha sido nómada, ella ha migrado en varias ocasiones, la mayoría de veces motivadas por el trabajo. De familia multicultural, tiene hermanos mayores de origen sirio y hermanos menores de origen español.

Siguiendo una línea lógica en su vida, se obtuvieron las categorías resultado. Representan hitos importantes en su vida en relación a su procedencia y al hecho de migrar. Estas etapas recorren desde la infancia en Libia hasta la actualidad, aproximándose a otros niveles de su vida personal, social, familiar, y laboral, abordando el impacto emocional que estos hechos han tenido en cada una de ellas. Las categorías son: *Desadactada*, *Familia nómada*, *Otro cambio de idioma*, *Española hasta que abro la boca*. La figura 1 representa su universo emocional interrelacionado con las categorías resultado.

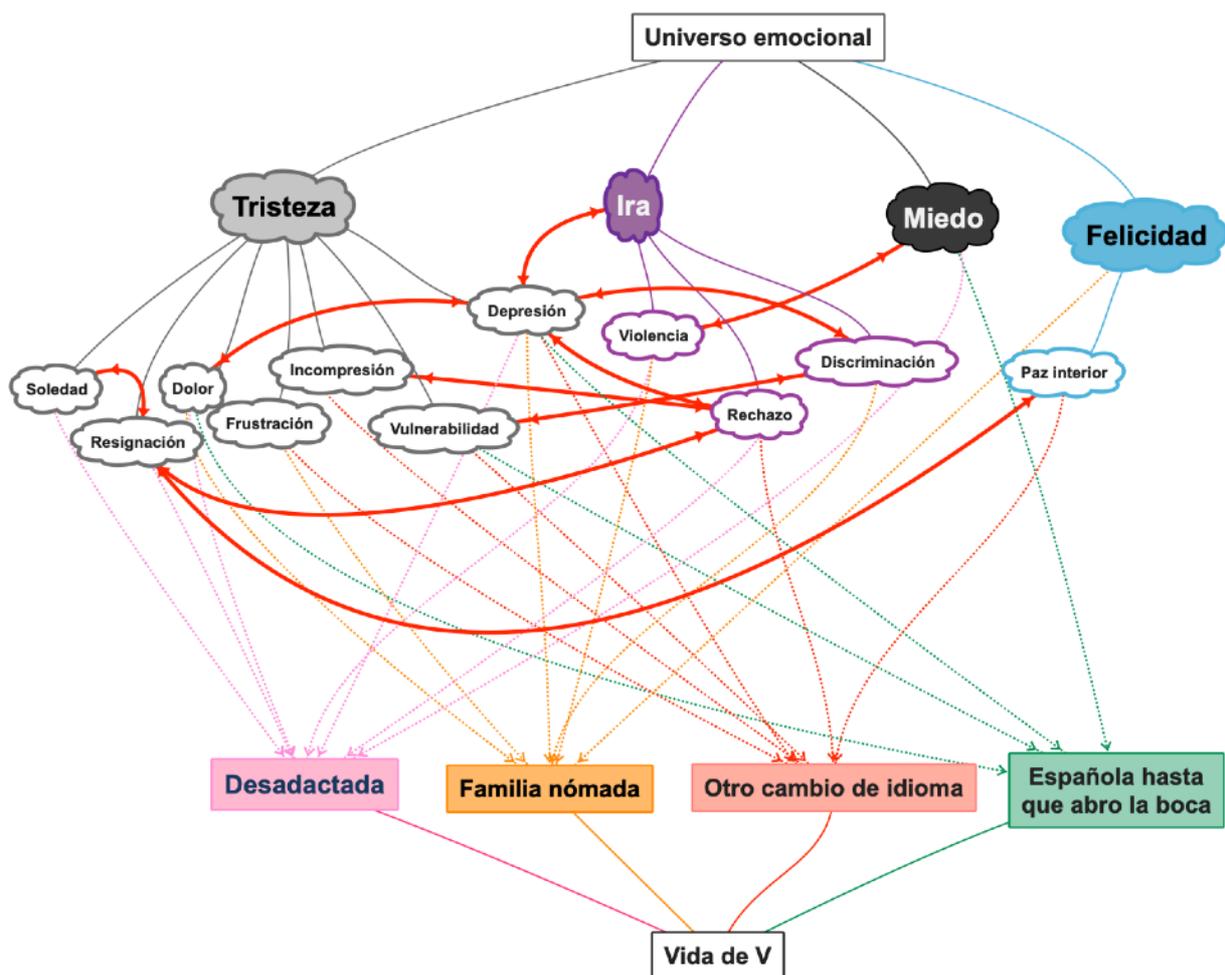


Figura 1. Universo emocional de la vida de V.

Desadactada

El rechazo es esencial en el análisis de la vida de V, ya que forma parte de todas las etapas de su vida. La galaxia de la *ira* y de la *tristeza* se interrelacionan en este patrón. La vida de V transita por estas dos galaxias que forman parte de la constelación de las emociones negativas, y son las que irán marcando la red emocional de la vida de V.

Con *tristeza (frustración)* admite que el rechazo que ha experimentado se ha llegado a convertir en una tónica habitual a lo largo de su vida. Desde la infancia ha experimentado la *ira* mediante el astro del rechazo no solamente hacía ella, también hacia su familia. Este rechazo está evidenciado casi en su totalidad por sus orígenes. Admite que el rechazo ha marcado muchas de las etapas más importantes de su vida.

Venir a España le supuso un cambio muy grande, argumenta que lo pasó muy mal al tener que adaptarse a una cultura tan diferente a la suya.

El rechazo y la soledad que experimentó durante sus primeros años escolares en España se acentuó por la problemática del idioma. V, cuenta que se sentía insegura acosa del idioma, ya que no hablaba español. Se pasaba la mayoría de horas del horario escolar con la profesora estudiando el idioma, algo que dificultó mucho el poder relacionarse con sus compañeros.

En esta etapa de su vida está muy presente la resignación. Con disgusto admite que algunos de sus compañeros intentaban apartarla del resto por ser extranjera.

Sentía el rechazo, como que intentaban apartarme de las demás. Intentaban apartarme de las demás por ser extranjera.

Los menores migrantes poseen una mayor probabilidad de experimentar problemas interpersonales sin que se tengan en cuenta estas dificultades en relación a la etapa vital en la que se encuentren⁽²³⁾. A la hora de dar respuesta a esta problemática, se deberían de considerar no solo los problemas interpersonales a nivel emocional que surjan de la llegada al país de destino, sino que se deberían de relacionar con las consecuencias psicológicas que sufren los niños migrantes durante el proceso migratorio en sí con el fin de crear políticas de actuación eficaces que puedan hacer frente a esta problemática⁽²⁴⁾. Aunque hay medidas de integración a nivel escolar para favorecer el aprendizaje del idioma local, estas medidas no contemplan la necesidad de unir interculturalmente la cultura e idioma de base del menor con los del contexto en el país de destino⁽²⁵⁾.

La galaxia del *miedo*, mediante el astro de la vulnerabilidad, está muy presente al experimentar la sensación de riesgo de vida desde muy pequeña. De madre española y padre sirio, creció escuchando las vivencias de rechazo y discriminación que su madre sufrió en Siria. Explica, que años más tarde, en Libia, su madre volvió a experimentar este rechazo y discriminación por ser extranjera. Cuenta que su madre tuvo muchos problemas en Siria y en Libia posteriormente por ser extranjera, la apartaban y no le permitían participar en la comunidad por ser de una cultura diferente. Considerada indigna, su madre vivió la exclusión y el control que ejercían sobre ella sus vecinos y su familia política.

La violencia y el rechazo que vivió en el seno de su familia, acabó sintiéndolo ella misma al emigrar a España.

Mi madre tuvo problemas por ser extranjera.

Siempre la miraban y la espiaban mucho, no la integraban, porque es como si fuera indigna.

Las personas que en algún momento de su vida han sufrido algún tipo de violencia, pueden sufrir daños no visibles muy difíciles de percibir como son los traumas psicológicos o los daños morales. Daños que influenciarán su vida y su salud emocional. Instaurar políticas y procedimientos de actuación centrados en la violencia social que viven poblaciones migrantes, es indispensable para mitigar los daños emocionales que puede sufrir la persona⁽²⁶⁾.

Identifica con resignación el rechazo sufrido consecuencia directa de ser ser extranjera. Argumenta que se sentía desadactada en una sociedad nueva que no llegaba a entender. La violencia y la ira que vivió acabó reflejándose en la soledad y en la falta de amistades que experimentó. V, cuenta que se referían a ella como “mora”, algo que le causaba dolor e inseguridad. Esta inseguridad perteneciente a la galaxia de la *ansiedad*, acabó pasándole factura durante todos sus años escolares. Aunque V considera que con el tiempo se integró de una forma adecuada, identifica a la dificultad con el idioma y los apelativos racistas que sufría como la base de su problemática a la hora de hacer amistades.

Lo he pasado mal, en el sentido de adaptarme a una cultura tan diferente.

No tenía amigos en realidad, no me relacionaba.

Recuerdo que una decía que no se juntaran conmigo porque era mora.

El lenguaje ofensivo como forma de acoso escolar es una práctica muy común hacia grupos minoritarios en el ámbito escolar, ya sea por discriminación en relación a la religión, cultura o etnia. El resultado de este acoso escolar puede sobrellevar consecuencias a distintos niveles en el menor. El absentismo escolar, la carencia de núcleo social de iguales o secuelas en la salud mental son algunas de las consecuencias que el acoso y trato discriminatorio pueden tener en los estudiantes⁽²⁷⁾. Estas situaciones de acoso escolar conducen a que aparezca riesgo de exclusión social y puede colocar al menor en una posición de extrema vulnerabilidad, llegando a afectar a todo su contexto vital. Al verse afectado su desarrollo emocional, directamente se ve afectada su perspectiva de futuro, afectando así en el tiempo a sus posibilidades laborales y sociales⁽²⁸⁾.

Hay que tener en cuenta que al llegar al país de destino, el menor normalmente se encuentra con una panorámica totalmente diferente tanto a nivel cultural como idiomático. El choque que surge de estas diferencias puede afectar a la integración que el menor tenga en el país de destino. Debido a los déficit políticos en cuanto a tema de legislación para favorecer la integración de la persona migrante, al racismo y aislamiento social, al idioma y a la falta de medidas inclusivas a nivel educativo entre otras cosas, la integración de estos menores es una asignatura pendiente. Por el contrario, si el menor logra una integración óptima, sus perspectivas de futuro pueden verse afectadas de forma positiva, algo que puede aportar muchos beneficios a nivel social y sobre todo a nivel personal para el menor⁽²⁹⁾.

De forma inusual aparece en la investigación la galaxia de la *alegría*. V, cuenta que su profesora de español sintió compasión por ella, la protegía e incluía en las actividades. El astro del alivio está presente al poder acceder a las actividades gracias a su profesora. Aparece una bipolaridad emocional al hablar V de su profesora. Por un lado tenemos el alivio que pertenece a las emociones positivas, pero de forma sutil aparece la compasión, que forma parte de la galaxia de la *tristeza* con la compasión que esta profesora sentía por ella.

Mis padres no eran de grandes recursos y no se podían permitir realmente que yo hiciera actividades. Entonces ella como que juntaba el dinero para que yo pudiera hacer ese tipo de actividades

El incremento de la desconfianza y el odio hacia las personas migrantes es cada vez más notorio, en la actualidad, queda patente la necesidad de abogar por nuevos valores para evitar que el bienestar social peligre. Uno de estos valores es la compasión. A nivel educativo la persona que representa el ideario de compasión es el profesorado. El drama humano que experimentan muchos de los menores migrantes y posteriormente el entorno hostil que se encuentran en el país al que emigran, hace que el ámbito escolar sea la toma de contacto más fiable para favorecer el auge de estos nuevos valores, con el fin de conseguir una sociedad más solidaria⁽³⁰⁾.

Familia nómada

La familia es fundamental en la biografía de Y, ya que es la raíz de la frustración e incompreensión que experimenta con sus seres más cercanos. Este patrón tan significativo transita por la galaxia de la *tristeza*, la *ira* y el *miedo*. Se relacionan de forma muy sutil con una de las galaxias pertenecientes a la constelación de las emociones positivas, la galaxia de la *alegría*.

La incompreensión y frustración que vivió junto a su familia, en concreto su padre, marcó afectivamente su vida. V, relata como vivió una adolescencia conflictiva junto a un padre perteneciente a otra cultura diferente. Cuenta como su padre no aceptaba que quisiera salir a la calle en lugar de quedarse en casa. Y aunque entiende los motivos por lo que su padre no ve apropiado salir a divertirse, reclamó durante su adolescencia el derecho a divertirse. V confiesa con desasosiego que si hubiera vivido su adolescencia en Libia su vida hubiera sido muy diferente, por este motivo llegaba a entender las exigencias de comportamiento que le hacía su padre. Asume que su padre tuvo otra educación y otra manera de vivir, pero con rabia y dolor no comprende como su padre no ha sabido adaptarse y según ella “abrir la mente” al vivir en una país con una cultura tan diferente a Siria o Libia. El choque cultural entre padre e hija ha seguido latente durante todas las etapas de su biografía. A diferencia de sus dos hermanos mayores, originarios de Siria, ellos no tuvieron problemas de ese tipo con su padre, al revés, V explica cómo su hermano y sobre todo su hermana le recriminaban actitudes poco ortodoxas para su familia.

Si yo hubiera tenido mi adolescencia allí (Libia) pues hubiera estado más tiempo en casa que era lo que se llevaba allí, pero no el hecho de salir. Pero yo si quería relacionarme, salir a la calle...

Cosas que mis padres, sobre todo mi padre no aceptaba. Para él eso no era lo apropiado.

Él una persona dedicada al trabajo únicamente no era capaz de comprenderlo y eso ha hecho que hubiera muchas, muchísimas crispaciones entre nosotros.

Las sociedades patriarcales son arquetipo de discriminación hacia el género femenino. La comunidad árabe, como comunidad patriarcal, sigue un modelo social basado en la segregación por género, con una clara discriminación hacia las mujeres. Este modelo social es avalado por las tradiciones, por lo que se va adquiriendo desde el nacimiento. La relación entre un padre y una hija en este modelo social se basa en la obediencia y en seguir los estrictos dictámenes de comportamiento opresivos hacia las mujeres. Las tradiciones instauran patrones de comportamiento que sostienen como tiene que comportarse una mujer. En la comunidad árabe, el comportamiento de la mujer mide la honorabilidad de toda su familia⁽³¹⁾.

Para la comunidad árabe el honor está muy presente en sus vidas, forma parte fundamental de sus tradiciones. El honor se considera sagrado, apareciendo en el Corán⁽³²⁾. Aunque el Corán aboga por una dignidad igualitaria entre mujeres y hombres, manifiesta diferencias entre ambos. El papel de la mujer en relación a la familia y el matrimonio es de obediencia al marido y cuidar del hogar⁽³³⁾.

Dentro de la comunidad árabe, las mujeres libias están rodeadas de estigmas que le condicionan su vida diaria, siendo el más perjudicial el de ser mujer⁽³⁴⁾.

El astro de la soledad está presente en este patrón, lamenta no tener relación emocional con su padre, considera que no ha tenido un núcleo social amplio y lo bastante firme para poder hacer frente a estos problemas que también surgen fuera de la familia. V no solo lamenta no tener relación emocional con su padre, lamenta que en general su familia no haya estado nunca muy unida a este nivel. V cree que al ser una familia multicultural en la que los progenitores son de países diferentes al igual que sus hermanos, ha hecho que nunca llegaran a tener fuertes lazos de unión, porque como argumenta, cada uno tiene un estilo de vida.

Mi padre no he tenido mucha relación de esa manera porque al fin y al cabo mi padre siempre estaba trabajando de un lado para otro, las preocupaciones de mi padre eran diferentes.

La infancia de mi padre fue tan difícil, que hace que sus prioridades sean muy extrañas, bueno extrañas no son para las vivencias que él ha tenido, entonces relación con nosotros, conmigo por lo menos no mucha, ha sido como una relación de proveedor de cuidados. De cuidados pero en sentido económico.

La desigualdad estructural de la sociedad occidental hace que los menores migrantes se encuentren en una posición de desventaja en relación a los menores nativos⁽³⁵⁾.

Hay que tener en cuenta el impacto que puede tener el hecho de migrar en los menores. Al emigrar, la familia tiene que hacer un gran esfuerzo por mantener los lazos familiares, ya que ejercen un papel esencial en el proceso migratorio y en minimizar las consecuencias que puede suponer cambiar de país de residencia. Este cambio de residencia supone un cambio cultural y social importante, se debería de generar una adaptación vinculada a los roles de género dentro del núcleo familiar, con el fin de adaptarse a estilos de vida más encaminados a favorecer la integración de menores en el país de destino⁽³⁶⁾.

Vuelve a aparece la galaxia de la *alegría* mediante el astro del alivio. V, reconoce y acepta la identidad nómada de su familia, con alivio reconoce que emigrar desde tan pequeña ha hecho que se integre mejor. V reconoce con pena que a diferencia de ella, su hermana no se adaptó tan bien. El hecho de haber emigrado ya de adolescente y con un proyecto de vida iniciado, hizo que sus planes de futuro se truncaran. Explica que el sueño de su hermana era ser médica, sueño que por el idioma y la dificultad de adaptarse a un contexto escolar diferente le fue imposible alcanzar. V cuenta que la diferencia de edad entre su hermana y ella hizo que se abriera una brecha a la hora de la integración a nivel cultural. Mientras que su hermana ya tenía una identidad cultural y religiosa muy arraigada, V por el contrario prefirió mimetizarse con la sociedad en la que vivía. V se declara no practicante, incluso llega a reconocer que a diferencia de su familia ella no se considera musulmana. Su hermana por el contrario es practicante y vive con fervor, según V, su religión. V confiesa que el hecho de llevar pañuelo le ha ocasionado a su hermana muchos problemas, tanto a nivel de discriminación entre la comunidad como rechazos a la hora de optar a un puesto de trabajo.

*No hemos pasado mucho tiempo en un sitio.
Ya era mi forma de vida el estar cambiando de un lado para otro.*

Yo por ejemplo no soy practicante para nada, entonces eso influye mucho en como te vas adaptando en todos los sentidos, es decir, en cómo te comunicas, en cómo la gente te percibe, al fin y al cabo tu físico dice algo a la sociedad.

La han rechazado de bastantes entrevistas por el tema del pañuelo, y se lo preguntaban directamente... “¿Tú para trabajar te pones pañuelo?”

En el Corán, el libro sagrado de los musulmanes, se manifiesta en relación al hijab:

— *¡Oh Profeta! Di a tus esposas, a tus hijas y a todas las mujeres creyentes que se cubran con sus vestidos. Es lo mejor para que se las distinga (musulmanas) y no sean molestadas. Alá es siempre el Indulgente, el Misericordioso. Corán (33, 59)* —

Cuando se habla de emigrar, la religión forma parte fundamental sobre la identidad de la persona migrante. En este caso, las mujeres musulmanas establecen en la religión un punto de apoyo muy importante que les permite establecer vínculos con otras mujeres que compartan su mismo estilo de vida, con el fin de mantenerse ligadas a sus orígenes. Al llevar el hijab, las mujeres musulmanas tienen mayor riesgo de experimentar discriminación en cuanto a su vida laboral, ya que indirectamente, muchos sectores de la sociedad adjudican de forma arbitraria prejuicios negativos al hecho de mostrar sus creencias musulmanas de forma tan clara^(37, 38).

Se establece así una dinámica discriminatoria hacia las mujeres musulmanas que llevan hijab, a nivel social con esta discriminación lo que se proclama es una limitación del derecho a la libertad religiosa. Vemos otra forma de segregación por tema de género, hay que tener en cuenta que llevar hijab es ejercer el derecho a la libertad religiosa por parte de las mujeres musulmanas⁽³⁹⁾. Surgen así conflictos entre los valores de la mujer musulmana y los valores de la nueva sociedad⁽⁴⁰⁾. En este clima de exclusión, las mujeres musulmanas que llevan hijab necesitan adquirir competencias para conseguir integrarse social y laboralmente⁽⁴¹⁾. Hay mujeres que consiguen integrarse de forma más fácil. Estas mujeres, ya sea por atracción a los nuevos valores o por intentar mimetizarse con el fin de no salir perjudicadas al expresar sus valores, aceptan los nuevos valores del país de destino, ejerciendo de igual forma su derecho a escoger libremente como expresarse⁽⁴⁰⁾.

Otro cambio de idioma

Emigrar hacia Inglaterra supone un antes y un después en la vida emocional de V. Esta etapa de la vida de V, representa las situaciones de racismo con las que ha tenido que lidiar ahora no por ser de Libia, por ser Española.

Este patrón está marcado por emociones negativas sobre todo la ira, con las subcategorías del rechazo, la impotencia y la violencia. Por otra parte, nos encontramos la galaxia de la *felicidad* como tranquilidad.

La tranquilidad la alcanza de forma liviana cuando su novio emigra para estar con ella. V es sanitaria, y una vez acabada la carrera y con sentimiento de haber sido echada de España por lo dificultoso que le resultaba acceder a un puesto de trabajo, decide emigrar hacia Inglaterra. Con la necesidad de obtener recursos económicos, V, explica con mucha pena y dolor que no siente que ella tomara la decisión de marcharse, siente que la echaron del país al que le había costado tanto adaptarse. Esta etapa de su vida supone un batacazo en su bienestar emocional. Confiesa que es una de las etapas más oscuras de su vida, vemos como a nivel emocional transita por la tristeza y la ira. V, se sentía atrapada, se sintió superada por un sociedad que la discriminaba. Se encontraba en un país nuevo pero con la misma manera de proceder que había visto años antes en España. Esta vez no la discriminaban por libia ahora lo hacían por española.

Yo sentía mucho rechazo en España por el tema del trabajo.

Allí tuve rechazo sobre todo por ser española, allí piensa que el acento árabe no lo notan tanto como lo notan aquí la gente. Notan que eres extranjera pero no te ubican de donde.

Allí sentía mucha angustia, primero porque yo me fui y sentía que me habían echado de aquí, es que eso fue muy difícil a nivel emocional.

Muchos españoles emigran hacia Inglaterra con el sentimiento de haber sido forzados a marcharse. Ante una situación económica muy precaria, muchos jóvenes optan por emigrar con el fin de encon-

trar nuevas oportunidades. El sentimiento de rechazo de tu propio país induce a muchos migrantes a sufrir ansiedad y rabia hacia la su propia situación migrante⁽³⁶⁾.

Los planes de futuro de personas migrantes pueden verse afectados por las carencias derivadas a nivel emocional y la falta de una red social de apoyo. El hacer frente a esta problemática social es responsabilidad de instituciones políticas y sociales⁽⁴¹⁾. Falta mucho por recorrer a nivel social para erradicar esta problemática, pero el trabajo pendiente no está solamente a nivel institucional, es muy importante el trabajo a nivel personal para ser consciente de la discriminación que podemos ejercer sobre las personas migrantes. Es responsabilidad de cada uno el comprender y respetar la existencia del otro con el fin eliminar la visión de la migración como algo malo y alarmante, para pasar a verlo desde un punto de vista más empático y humano⁽⁴²⁾.

La galaxia *tristeza* se presenta en forma de soledad. Soledad que está estrechamente ligada al rechazo y la incomprensión. V se sentía vulnerable en su puesto de trabajo, relata como las compañeras inglesas le acosaban laboralmente. Le costó volver a superar comentarios racistas y discriminaciones por el tema del idioma. En un ambiente laboral racista de acoso, V, pasó por una depresión. El mobbing laboral, confiesa que le afectó mucho. En este contexto de racismo, V no se relacionaba con nadie, exclusivamente con su novio y de forma muy puntual con otros compañeros migrantes. Carecía de núcleo social, no tenía amigos, por lo que V, confiesa que se encontraba muy mal a nivel emocional. No sentía apoyo, a exclusividad de su novio, no tenía recursos como inmigrante de apoyo político y social, encima sus compañeras la rechazan por ser extranjera. Algo que le impactó mucho era que el motivo del rechazo era ser española, su procedencia era de España y eso según V, era motivo suficiente para discriminarla. V confiesa de forma paradójica que años atrás jamás hubiera pensado que a una persona europea, en este caso concreto, española, pudiera ser discriminada y ser foco del odio y del racismo de otros países considerados económicamente similares.

Me hicieron bullying una de las compañeras inglesas. Me llevaba bien con dos británicas, con los demás o no tenía relación o era mala.

Me abrieron una especie de expediente en el que me iban pasando como el ojo, mirándome más profundamente de lo habitual porque mi compañera decía que los pacientes no estaban seguros conmigo. Yo lo pasé muy muy mal, cosa que realmente no era verdad el hecho de que los pacientes

no estuvieran seguros conmigo, no por nada, sino porque muy pocos meses después me pusieron de encargada de planta.

De primeras no me miraban bien, desconfiaban mucho de mí, pero cuando iban viendo como resolvía las cosas me dijeron que era una gran profesional. Fijate lo que cambia de una perspectiva a otra, me dices hace tres meses que no sirvo y luego me ponen de encargada de planta, todo por el rechazo al ser extranjera. Yo lo pasé muy mal allí.

Tuve una época de depresión que estaba más tiempo en cama, lloraba por el tema de que me sentía muy mal, porque me veía atrapada.

Es algo inherente en el humano sentir que se pertenece a un grupo de iguales. Tener prejuicios al resto de grupos puede ser algo considerado normal, el problema es cuando estos prejuicios se convierte en racismo, generando una atmósfera de marginalidad y discriminación⁽¹¹⁾.

Pertenecer a una colectivo marginado se considera un estresor importante que puede tener efectos negativos a nivel emocional⁽⁴³⁾, siendo las personas migrantes discriminadas susceptibles de sufrir estas consecuencias. Las mujeres españolas que emigran a Inglaterra son susceptibles de experimentar ansiedad e insomnio⁽⁴⁴⁾.

Española hasta que abro la boca

La vuelta a España de V supuso una liberación al dejar atrás un país en el que había experimentado emociones tan negativas, pero esta nueva etapa siguió colmada de más racismo y discriminación. Por este motivo, en este patrón nos volvemos a encontrar con emociones negativas que fluctúan por las galaxias de la *ira* el *miedo* y la *tristeza*.

La galaxia de la *ira* vuelve a tener gran protagonismo en esta etapa de la vida de V. Vuelve a estar presente el astro del rechazo en su vida. Con la vuelta a España y su incorporación al ámbito laboral, V volvió a sentirse discriminada por sus compañeros de trabajo. Esta vez no era por ser considerada española, al contrario, era porque sus rasgos y acento dejaban claro que no había nacido aquí. Con impotencia, V tuvo que escuchar por parte de sus compañeras comentarios racistas hacia per-

sonas inmigrantes, aún cuando sus compañeros sabían de su procedencia. Una vez más vuelve a revivir esos comentarios que la acompañan durante toda su vida y que según ella, no hacen más que recordarle una y otra vez que es una “española de segunda”.

Aquí en España en el trabajo también lo he notado, no que me lo digan directamente pero si comentarios racistas, hacia los inmigrantes. Entonces de alguna manera me afecta a mí también.

El imaginario colectivo acerca de las personas migrantes está influenciado en gran parte por los medios de comunicación. En la era digital en la que vivimos, los medios de comunicación tienen mucho poder para influenciar a la población. El trato mediático que se ha hecho de la llegada de personas inmigrantes junto a los problemas económicos actuales, han generado una visión de este colectivo muy negativa. Socialmente se ha creado una imagen cargada de prejuicios dañinos sobre estas personas, afectando a su integración y favoreciendo su marginalidad⁽⁴⁵⁾.

Los comentarios racistas, estaban sustentados por el imaginario colectivo acerca de la persona inmigrante. En este sentido las dos galaxias que se interactúan son la galaxia de *ira* y de la *tristeza*, con predominio de la primera. El astro de la rabia está muy presente cuando V detalla situaciones en su vida laboral y social de racismo y odio hacia personas árabes como ella. Con impotencia tenía que justificarse económicamente para desmentir el tema de la facilidad de recibir ayudas por parte del Estado hacia inmigrantes. Argumenta V, que le suscita mucha indignación este tema, ya que ella cotiza en España, paga sus impuestos y jamás ha recibido una ayuda por ser inmigrante. V, se resigna ante esta imagen cargada de prejuicios negativos hacia las personas inmigrantes en general y las personas árabes en particular.

Hacían comentarios negativos hacia los árabes, me decían porque tú ¿de dónde eres?

Porque yo como que defendía, decían que si lo de las ayudas.... Lo que dicen siempre.

Que ya estoy cansada de escuchar que si estamos aquí para coger ayudas.

Los ingleses dicen lo mismo de los españoles que vamos allí.

El creciente odio hacia la población inmigrante, impulsado también por grupos políticos de derechas, hace que se tenga una visión criminalizada de esta población. Socialmente está instaurada la idea de que las personas migrantes gozan de beneficios económicos de carácter social, pero la realidad es que los flujos de población inmigrante en España, ha favorecido y potenciado el sector económico. La demanda de servicios es mayor, lo que repercute directamente en la economía del país⁽⁴⁰⁾.

Toda la discriminación, racismo y odio que V ha experimentado durante su vida, hace que le sea muy difícil sentirse ciudadana de pleno derecho. A nivel social, y según su experiencia, está considerada por su entorno no familiar como extranjera, como V cuenta, aunque lleve toda la vida viviendo en España, no la ven como española. Como bien explica V, el tener una familia tan nómada y el hecho de haber cambiado en varias ocasiones de residencia, ha hecho que no tenga sentimiento de pertenencia muy arraigado, aún así confiesa que si tuviera que decidir de donde es, escogería el sitio en el que más tiempo ha estado viviendo, Andalucía.

Me ven como una española más hasta que abro la boca

Me preguntaban que de dónde era, porque por el acento ya se nota que no soy de España, y por el nombre ya ni te digo. Yo por coraje de no darles ese gusto les decía que era de Andalucía.

Que no es que yo me sienta muy de ninguna parte, no se si la gente se para mucho a pensar en sus orígenes. Yo pienso que soy de Andalucía porque es donde más tiempo he vivido, pero nunca me he sentido de ninguna parte.

La identidad de la persona está condicionada por su entorno. Está conformada por una parte individual y por otra social. Cuando la persona va creando su propia identidad, lo hace diferenciándose de los demás pero con la necesidad de ser reconocido por sus iguales. Se crea así una unión entre propia identidad y aspectos identitarios que de alguna manera son impuestos por la sociedad. Las personas migrantes tienen que saber aunar su propia identidad y los rasgos identitarios de su sociedad de origen con los rasgos de la sociedad de destino. Esta unificación tiene que estar bien gestionada

para no dificultar la integración de la persona. A nivel social, las personas migrantes se encuentran con un entorno marcado por la marginalidad y la discriminación, que puede llegar a ser motivo de malestar emocional⁽⁴⁶⁾.

Limitaciones

En cuanto a las limitaciones del estudio, la principal ha sido la dificultad de acceder a la muestra. Al tratarse de un tema tan personal y tan complicado, al contactar por medio de ONGs y organismos con las mujeres, la mayoría no querían participar por sentirse inseguras, con miedo a posibles represalias. Existen también limitaciones en cuanto a la falta de experiencia investigadora de la autora. Para finalizar, la autora es consciente de la controversia existente (entre la comunidad científica experta en investigación cualitativa) sobre si el método biográfico merece tal consideración o, simplemente, ser tenido en cuenta tan solo como una herramienta de recogida de datos.

5. CONCLUSIONES

Mediante esta aproximación hermenéutica-biográfica de la historia emocional de la vida de una mujer migrante, se sacan las siguientes conclusiones resumidas en las categorías-resultado: En Desadactada, la soledad y el rechazo tanto social como escolar, caracterizan su mundo emotivo, sumiéndola en una atmósfera de discriminación que asume con frustración. El miedo que sufrió en su país de origen al ver como su madre extranjera era excluida de la comunidad, se convirtió en vulnerabilidad y violencia al emigrar ella misma. Tener una Familia nómada relacionó la alegría con la incomprensión que se acabó transformando en soledad. Soledad impuesta por su propio padre con el que admite no haber tenido nunca relación emocional. De países y culturas diferentes, padre e hija, vivieron muchos conflictos en su etapa adolescente al tener diferentes formas de entender la vida. La alegría, presente de forma muy sutil en su vida, está presente mediante el alivio al declararse no practicante, asume que consiguió integrarse socialmente mucho mejor que su hermana que sufrió exclusión laboral al mostrar públicamente su religión. Emigrar a Inglaterra la transportó a un mundo afectivo colmado de emociones negativas. El rechazo derivado de la discriminación sufrida por no hablar el idioma, llegó a su punto álgido en su entorno laboral, donde la violencia hizo que los años que pasó en Inglaterra fueran, según confiesa, los más duros de su vida. El sentirse apartada y excluida reconoce que la superó. El culmen de la tristeza que vivió estos años, la condujo a tener depresión durante los años que estuvo allí. Por último, Española hasta que abro la boca describe la valoración de su experiencia migratoria como una lucha por defender su identidad, marcada por el racismo y la discriminación, El bagaje emocional de la vida de V fluye siempre hacia la ira y la tristeza, siendo el culmen de su entramado efectivo el problema identitario que la sociedad le ha creado, reconociendo no sentirse de ningún lado.

Pese a la presencia de emociones positivas, son la tristeza la ira y el miedo las emociones que predominan en el universo emocional de esta mujer migrante. Una hermenéutica emocional y biográfica tiene la posibilidad de mejorar los procesos de humanización, tanto de los cuidados de enfermería que personas como ella reciben, como de las investigaciones de las que son objeto.

6. BIBLIOGRAFÍA

1. Navarro-Pérez J-J, Carbonell Á, Aguiar-Fernández FX. Adolescentes del África Occidental: Motivaciones y reflexiones del proceso migratorio. Un análisis comparado. *Migr int* [Internet]. 2021 [consultado 25 de mayo 2022];12:0. DOI: <http://dx.doi.org/10.33679/rmi.v1i1.2075>
2. Paz M, Teulón L. El proceso migratorio de los representantes africanos en Cataluña: expectativas e imágenes The migration process of the African representatives in Catalonia: expectations and image [Internet]. 2018 [consultado 25 de mayo 2022]. Disponible en: http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/6367/ART_18_2_004.pdf?sequence=1
3. Marín DA. Migración africana a España. *Aula* [Internet]. 2021 [consultado 25 de mayo 2022];67(2):89–99. DOI: <http://dx.doi.org/10.33413/aulahcs.2021.67i2.183>
4. Cifras de Población (CP) a 1 de enero de 2020 Estadística de Migraciones (EM). Año 2019. INE [Internet] 2020 [consultado 25 de mayo 2022]. Disponible en: https://www.ine.es/prensa/cp_e2020_p.pdf
5. Beirutí NS-A. Proceso migratorio, diversidad sociocultural e impacto sobre la salud mental. *Educación social: Revista de intervención socioeducativa* [Internet]. 2013 [consultado 25 de mayo 2022]; (54):87–101. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7056781>
6. Vallés Marugán A, Castillo Fernández A. El Dorado europeo vs. la Europa Fortaleza. *Estud sobre mensaje periodís* [Internet]. 2021 [consultado 26 de mayo 2022];27(1):73–84. DOI: <http://dx.doi.org/10.5209/esmp.71447>
7. El Mouali Samadi F. Inmigración del Sur global: relatos silenciados. *Geopolít(s) Rev estud sobre spac poder* [Internet]. 2021 [consultado 25 de mayo 2022];12(1):11–21. Disponible en: <https://revistas.ucm.es/index.php/GEOP/article/view/73530>

8. Lizarrondo Artola A, La integración de los inmigrantes en España: ¿Pautas diferenciadas en distintas etapas de la crisis? Anu CIDOB inmigr [Internet]. 2018 [consultado 30 de mayo 2022];2018:238–259. Disponible en: <https://raco.cat/index.php/AnuarioCIDOBInmigracion/article/view/347602>
9. Achotegui J. Emigrar hoy en situaciones extremas. El síndrome de Ulises. Aloma [Internet]. 2012 [consultado 25 de mayo 2022];30(2). Disponible en: <http://www.revistaaloma.net/index.php/aloma/article/view/171>
10. Hernández NP, Bolaños AB. “Harraga”, de Antonio Lozano: un negro sobre negro para poner rostro a la migración africana. Tonos digit [Internet]. 2020 [consultado 25 de mayo 2022];(38):58. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7247932>
11. Akaloo NN. Cruzando fronteras: imágenes literarias de la migración marroquí a España : una lectura comparatista. Universidad Carlos III de Madrid [Internet]. 2012 [consultado 25 de mayo 2022]. Disponible en: <https://e-archivo.uc3m.es/handle/10016/15228#preview>
12. Navas FE. La inmigración irregular: su evolución y prospectiva en España. Cuadernos de estrategia [Internet]. 2018 [consultado 25 de mayo 2022];(198):115–44. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7235788>
13. Aguilar Gil M, Bleda García JM, Centelles García C. Los inmigrantes en el sistema sanitario español: aspectos participativos y de atención a la salud. Rev Esp Salud Publica [Internet]. 2019 [consultado 25 de mayo 2022];93. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_art-text&pid=S1135-57272019000100067
14. Rubio León DC. Dimensiones para abordar la salud mental en el contexto de la migración. Revisión de literatura científica entre 2016 y 2019. Gerenc Políticas Salud [Internet]. 2020 [consultado 26 de mayo 2022];19:1–18. Disponible en: [https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/RGPS/19%20\(2020\)/54562510014/](https://revistas.javeriana.edu.co/files-articulos/RGPS/19%20(2020)/54562510014/)

15. Programa de Atención a Población Inmigrante en Salud Mental (PAPI-SM). Servicio Andaluz de Salud [Internet] [consultado 25 de mayo 2022]. Disponible en: <https://www.sspa.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdesalud/publicaciones/programa-de-atencion-poblacion-inmigrante-en-salud-mental-papi-sm>
16. Vista de Estudios de género y migración: Una revisión desde la perspectiva del siglo XXI [Internet]. Autoctonia.cl. [consultado 26 de mayo 2022]. Disponible en: <http://autoctonia.cl/index.php/autoc/article/view/77/139>
17. Pedraz-Marcos A, Zarco-Colón J, Ramasco-Gutierrez M, Palmar-Santos A. El método biográfico: historias de vida. En: Maciá-Soler L, editor. Investigación cualitativa. Barcelona: Elsevier; 2014. (Cuidados de Salud Avanzados).
18. Gill MJ. A phenomenology of feeling: Examining the experience of emotion in organizations. *Research on Emotion in Organizations*. 2015;11:29-50.
19. Berenguera A, Fernández de Sanmamed M, Pons M, Pujol E, Rodríguez D, Saura S. Escuchar, observar y comprender. Recuperando la narrativa en las Ciencias de la Salud. Barcelona: Institut Universitari d'Investigació en Atenció Primària Jordi Gol (IDIAP J. Gol); 2014.
20. Bisquerra R. Psicopedagogía de las emociones. Madrid: Editorial Síntesis; 2010.
21. Tan H, Wilson A, Olver I. Ricoeur's Theory of Interpretation: An Instrument for Data Interpretation in Hermeneutic Phenomenology. *International journal of qualitative methods* [Internet]. 2009 [consultado 26 de mayo de 2022];8(4). Disponible en: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/160940690900800401>
22. Muñoz A, Tocados C, Merchán R, Boulayoune S, Monserrat I, Ventura P. Universo emocional de mujeres afectadas por hepatitis C: una aproximación hermenéutica. *Enferm Clin*. 2018 [consultado 26 de mayo 2022]; 784. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2018.08.009>

23. Yang F-J. Is childhood migration a mental health risk? Exploring health behaviors and psychosocial resources as pathways using the cross-sectional Canadian Community Health Survey. *Soc Sci Res* [Internet]. 2019 [consultado 30 de mayo 2022]; 83(102303):102303. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ssresearch.2019.04.016>
24. Torres-Hernández E, Arias-López B. Envejecimiento y salud mental en contextos migratorios. *Enferm univ* [Internet]. 2019 [consultado 26 de mayo 2022];16(1). Disponible en: <http://www.revista-enfermeria.unam.mx/ojs/index.php/enfermeriauniversitaria/article/view/590>
25. Álvarez-Sotomayor A, Gómez-Parra ME. Modos de integración lingüística en el alumnado de padres inmigrantes en España: un estudio de caso. *Leng migr* [Internet]. 2020 [consultado 30 de mayo 2022]; 12(1):77–99. Disponible en: <https://erevistas.publicaciones.uah.es/ojs/index.php/lenguaymigracion/article/view/1042>
26. Vista de Malestar psicológico en víctimas del conflicto armado [Internet]. *Edu.co* [consultado 30 de mayo 2022]. Disponible en: https://www.icesi.edu.co/revistas/index.php/revista_cs/article/view/2654/3564
27. Garcés Delgado Y, Santana Vega LE, Feliciano García LA. Proyectos de vida en adolescentes en riesgo de exclusión social. *Rev Investig Educ* [Internet]. 2019 [consultado 30 de mayo 2022]; 38(1):149–65. Disponible en: <https://revistas.um.es/rie/article/view/332231>
28. Garcés Delgado Y, Santana Vega LE, Feliciano García LA. Proyectos de vida en adolescentes en riesgo de exclusión social. *Rev Investig Educ* [Internet]. 2019 [consultado 30 de mayo 2022]; 38(1):149–65. Disponible en: <https://revistas.um.es/rie/article/view/332231>
29. Da Silva M. Estrategias, procesos y espacios de integración de la población extranjera en la ciudad de Valladolid. Universidad de Valladolid [Internet]. 2021 [consultado el 31 de mayo 2022]. Disponible en: https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/49350/TFG_F_2021_001.pdf?sequence=1&isAllowed=y

30. Mínguez Vallejos R, Pedreño Plana M. La compasión ante el resto de las migraciones: Propuesta pedagógica. Universidad de Murcia [Internet] [consultado 31 mayo de 2022] Disponible en: <https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/102208/3/Lacompasin..a.pdf>
31. Safi N. La figura femenina en el imaginario popular árabe. *Raudem Rev Estud las Mujeres* [Internet]. 2020 [consultado 2 de junio 2022]; 7:132. Disponible en: <http://repositorio.ual.es/handle/10835/8597>
32. Mehrez NG. El Tema De Honor En Las Literaturas Hispanas Y Árabe. *Candil: Revista del Hispanismo - Egipto* [Internet]. 2020 [consultado 2 de junio de 2022]; (20):46–58. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7879091>
33. Solís ZC. Nuevos desafíos sociales y jurídicos derivados de la presencia del Islam en las sociedades occidentales del siglo XXI. *La Albolafia: Revista de Humanidades y Cultura* [Internet]. 2015 [consultado 2 de junio de 2022]; (4):101–18. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5139105>
34. Jiménez Moreno J. La mujer en Libia. Un antes y después de la Revolución de 2011 (2005-2015). *Muuch Xiimbal Caminemos juntos* [Internet]. 2021 [consultado 2 de junio de 2022]; (13):259–82. Disponible en: <http://52.170.198.241/index.php/muxi/article/view/2986>
35. Estalayo P, Miño Puigcercós R, Malinverni L, Rivera-Vargas P. El reto de la inclusión social, más allá de la escuela: Tensiones y carencias de las políticas de integración de niñas y niños migrantes en España. *Educ Policy Anal Arch* [Internet]. 2021 [consultado 4 junio de 2022]; 29:67. Disponible en: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/178402/1/712366.pdf>
36. Schryro K. “No nos vamos, nos echan”: Análisis de relatos autobiográficos del Rincón Migrante. *Hispanos en el mundo*. [Internet] 2021 [consultado 2 junio de 2022] p. 187–204. Disponible en: <https://www.degruyter.com/document/doi/10.1515/9783110727555-011/html>

37. Pannetier J, Lert F, Jauffret Roustide M, du Loû AD. Mental health of sub-saharan african migrants: The gendered role of migration paths and transnational ties. *SSM Popul Health* [Internet]. 2017 [consultado 26 de mayo 2022];3:549–57. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352827316301884>
38. Belleyo A. El velo islámico un derecho transgredido. Unv. De la Laguna. [Internet] 2018 [consultado 4 de junio de 2022]. Disponible en: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/9364/E1%20velo%20islamico,%20un%20derecho%20transgredido.%20Discriminacion%20simbolica%20y%20obstaculos%20a%20los%20que%20se%20enfrenta%20la%20mujer%20musulmana%20en%20el%20mercado%20laboral%20espanol..pdf?sequence=1>
39. Grigore A. El velo islámico, eterna causa de discriminación. *Trabajo, Persona, Derecho, Mercado* [Internet]. 2020 [consultado 2 de junio de 2022]; (5):269–81. Disponible en: <https://revistascientificas.us.es/index.php/Trabajo-Persona-Derecho-Merca/article/view/20701>
40. Bocos, I. Evolución de la integración social y laboral de las mujeres musulmanas en la sociedad española. TFG. [Internet] 2018 [consultado 5 de junio de 2022] Disponible en: <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/32534/TFG-G3231.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
41. Santana Vega LE, Alonso Bello E, Feliciano García L. Trayectorias laborales y competencias de empleabilidad de jóvenes nacionales e inmigrantes en riesgo de exclusión social. *Rev complut educ* [Internet]. 2017 [consultado 4 junio 2022]; 29(2):355–69. Disponible en: <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/162189/52444-4564456549429-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
42. Picado Valverde EM, Parra González AV. Políticas públicas en defensa de la inclusión, la diversidad y el género III: Migraciones y Derechos Humanos. Gómez N del Á, editor. Ediciones Universidad de Salamanca; 2021.
43. Lahoz Ubach S, Forns Santacana M. Discriminación percibida, afrontamiento y salud mental en migrantes peruanos en Santiago de Chile. *Psicoperspectivas* [Internet]. 2016 [consultado 5 de junio 2022];15(1):157–68. Disponible en: <https://www.psicoperspectivas.cl/index.php/psicoperspectivas/article/view/613>

44. Vilar E, Eibenschutz, C. Migración y salud mental: un problema emergente de salud pública. Rev. Gerenc. Polit. Salud [Internet] 2007 [consultado 5 de junio 2022]. Disponible en: <https://vlex.com.co/vid/migracion-salud-mental-problema-706660589>
45. Bracco C. Movimientos de mujeres y feminismos del mundo árabe. CInIG [Internet] 2018 [consultado 5 de junio 2022]. Disponible en: <https://www.descentrada.fahce.unlp.edu.ar/article/view/DESe039/9224>
46. Valtolina GG. Procesos de aculturación, identidad étnica y menores migrantes. REMHU [Internet]. 2019 [consultado 5 de junio 2022]; 27(55):31–47. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/remhu/a/k5KxpSDmFkW46pJF7mbSFPj/?format=html>

7. ANEXOS

Anexo 1. Hoja de información.

Hoja de Información para las personas participantes

Título del proyecto:

Universo emocional de mujeres migrantes en el proceso migratorio.

Equipo de investigación:

Investigadora Principal: Rocío Fernández López (Enfermera y estudiante del Máster universitario “Ayuda humanitaria sanitaria” en la Universidad de Alcalá de Henares).

Directora: Dra. Paz Núñez Martí (Departamento de Arquitectura de la Universidad de Alcalá de Henares).

¿De qué trata el estudio?

El estudio se propone comprender las experiencias emocionales en relación a la vivencia del proceso migratorio en mujeres migrantes.

¿Quién puede participar?

Cualquier mujer migrante, de cualquier nacionalidad que sea mayor de edad y que resida actualmente en España.

¿Qué es lo que implica participar en este estudio?

Supondría ser entrevistada durante un tiempo aproximado de 40-70 minutos. Son entrevistas abiertas, hablaríamos como si fuera una conversación. Las entrevistas serán por virtuales por una plataforma digital.

¿Cómo serán las entrevistas?

Serán video-grabadas para que la investigadora pueda transcribir después las ideas y analizarlas. A las grabaciones y las transcripciones resultantes solo tendrá acceso la investigadora principal que también se encargará de custodiar los datos.

¿Tengo que participar?

La participación es totalmente voluntaria. Incluso una vez iniciada la investigación, la entrevistada puede retirarse en el momento que desee.

¿Será posible identificarme?

En todo momento la investigadora se compromete a cuidar el anonimato y la confidencialidad de las personas entrevistadas, codificando la identidad a través de siglas. El nombre de la participante no aparecerá en el resultado bajo ningún concepto.

¿Podré acceder a los resultados del estudio?

Cuando la transcripción de la entrevista esté realizada, y se obtenga un informe de resultados tras el análisis, confrontaremos los resultados. Esto servirá de feedback y de validación del propio proceso de investigación.

¿Qué hacer en caso de duda?

Si en algún momento tiene alguna pregunta relacionada con la investigación, póngase en contacto con la investigadora, Rocío Fernández López a través de su email: rosi_00_@hotmail.com.

Muchas gracias por su atención.

Anexo 2. Consentimiento informado.

Consentimiento informado:

D^a _____

He sido informada de los objetivos del estudio Universo emocional de una mujer migrante.
Aproximación hermenéutica.

He recibido suficiente información sobre el mismo.

He podido hacer preguntas del mismo.

He hablado del mismo con la investigadora.

Comprendo que mi participación es voluntaria.

Todos los datos de carácter personal obtenidos en este estudio son confidenciales y se trataron conforme a la Ley Orgánica de Protección de Datos de Carácter Personal 15/99.

La información obtenida se utilizará exclusivamente para los fines específicos del estudio.
Comprendo que puedo retirarme del estudio cuando quiera y sin tener que dar explicaciones.

Presto libremente mi consentimiento para participar en el estudio

8. AGRADECIMIENTOS

Agradezco a todas las personas que me han acompañado y han hecho posible este recorrido. El fin de este recorrido espero sea el inicio del siguiente. Espero estar tan bien acompañada.

—Rocío—