

CAPÍTULO OCTAVO

SECUELAS PSICOEMOCIONALES EN LAS INFANCIAS Y ADOLESCENCIAS MIGRANTES POR EL CONFINAMIENTO DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19

Ana Luz MINERA CASTILLO

SUMARIO: I. *Introducción*. II. *Metodología*. III. *Principales padecimientos de salud mental entre las niñas, los niños y adolescentes migrantes albergados*. IV. *Resultados*. V. *Conclusiones*. VI. *Bibliografía*.

I. INTRODUCCIÓN

Enfrentar la migración es un proceso difícil para cualquier ser humano; pero cuando los protagonistas son niñas, niños y adolescentes (NNA), las circunstancias que aquélla conlleva pueden impactar en su desarrollo biopsicosocial, no sólo del presente, sino también del futuro, al generar secuelas indelebles que el desenvolvimiento biológico y cognitivo natural de una temprana edad no les permite resolver adecuadamente. Al mismo tiempo, su condición etaria aumenta las probabilidades de que sus derechos e integridad se vean perjudicados, pues se vuelven proclives al abuso, a la explotación y al abandono.

Las condiciones inciertas e inseguras que caracterizan a los contextos de movilidad humana irregular se agudizaron desde marzo de 2020, cuando el director general de la Organización Mundial de la Salud declaró a la Covid-19 como pandemia. A partir de entonces, la vida a nivel internacional se trastocó, y con ella la dinámica de las diversas problemáticas que aquejan a las sociedades, entre esas, la migración. Reinaron la paranoia, fomentada por los medios de comunicación, y el miedo al contagio; todos, incluso familiares y amigos, se convirtieron en probables portadores, situación que afectó las relaciones sociales, pues el Covid-19 sembró el miedo a “los otros” y nos confinó a los espacios privados.

Muchas fronteras fueron cerradas, los flujos poblacionales contenidos y expuestos a condiciones de riesgo y diversos albergues se vieron obligados a clausurar sus actividades. Sin embargo, al mismo tiempo, no pocos fueron los que continuaron con su incansable labor humanitaria, aunque sí disminuyó considerablemente el número de población beneficiada, puesto que también las casas para migrantes se vieron obligadas a cerrar sus puertas y a concentrarse en la atención de los usuarios que tuvieron la fortuna de encontrarse en éstas, previo a la imposición de las medidas sanitarias más extremas por parte de las autoridades.

Este análisis se basa en el trabajo voluntario que se desempeñó en distintas etapas de la pandemia en dos albergues diferentes. El primero, ubicado en el municipio de Metepec, en el estado de México, que atiende desde sus orígenes a todo tipo de población: NNA, mujeres, hombres, integrantes de la comunidad LGTBTTTIQ+, y el segundo, la Casa de Acogida, Formación y Empoderamiento de la Mujer Migrante y Refugiada (Cafemin), en la capital del país, creado en un principio para apoyar a mujeres solas o con hijos, pero que —ante el incremento de la necesidad de ayuda— hoy destina su atención a familias completas y, en particular, hacia niñas niños y adolescentes no acompañados.

Como consecuencia de las reformas aplicadas a la Ley en materia de infancia migrante,¹ entre las cuales se prohíbe la permanencia de NNA en estaciones migratorias, tanto las procuradurías de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes (PPNNA) del Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF) como el Instituto Nacional de Migración (INM) canalizaron en distintos momentos, a los dos albergues mencionados con anterioridad, a niños no acompañados que habían sido detectados por agentes del INM en algún punto de la República mexicana.

La mayoría de estos NNA con quienes se trabajó inició su travesía migratoria en colectivo con otros centroamericanos pagando los servicios de traficantes de personas, conocidos como “coyotes”. Sus padres u otros familiares residentes en Estados Unidos habían contratado previamente a estas personas con el propósito de alcanzar la meta de la reunificación familiar imaginando que el contexto de pandemia facilitaría los hechos. Sin embargo, ante su inesperada detención y, aún menos, insospechada y forzosa reclusión, los NNA tuvieron que enfrentar escenarios no considerados que

¹ Congreso de los Estados Unidos Mexicanos, “Decreto por el que se reforman diversos artículos de la Ley de Migración y de la Ley sobre Refugiados, Protección Complementaria y Asilo Político, en materia de Infancia Migrante”, *Diario Oficial de la Federación*, 11 de noviembre de 2020, disponible en: https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/ref/lmigra/LMi-gra_ref11_11nov20.pdf.

pusieron a prueba su estabilidad emocional y les generaron distintas afecciones de salud mental, como ansiedad, estrés y depresión.

El propósito de este estudio consiste en analizar cómo el confinamiento impuesto por la pandemia de Covid-19 provocó distintos efectos en la salud mental de los NNA migrantes que se encontraban albergados, afectando tanto su bienestar físico como emocional, ante lo cual se plantea la siguiente hipótesis: Los NNA, a pesar de sus cortas edades, influyen en su entorno, al mismo tiempo que son influidos por éste, y demuestran capacidad de agencia al tomar decisiones que consideran benéficas para ellos, aunque sus prácticas culturales o su inexperiencia de vida a veces los colocan en situaciones de riesgo. Este supuesto hipotético se comprobará a lo largo de la exposición, como se hizo en ambos universos de estudio, privilegiando el enfoque interpretativo que brindan los métodos cualitativos, al tomar en cuenta la subjetividad de los actores sociales y las relaciones que ellos establecen con los distintos factores de su entorno, en un momento histórico y en un contexto situado.

Después de este preámbulo introductorio, se describen qué método, técnicas e instrumentos fueron utilizados en este estudio, y se exponen las principales características de los albergues en los que se trabajó, así como de los equipos coordinadores que los integran. Posteriormente, se destina un apartado para el análisis de las categorías conceptuales identificadas, que permitieron la comprensión de las afectaciones vinculadas con el bienestar físico y emocional de las infancias y adolescencias en contexto de movilidad; pero también se retoma el concepto de agencia, pues se reconoce a los NNA como poseedores de ésta, aunque limitada por sujetos y factores externos. Por último, se presentan algunas reflexiones a manera de conclusión.

II. METODOLOGÍA

Este estudio se basa en el trabajo etnográfico desempeñado con treinta participantes entre mayo de 2020 y agosto de 2021, a partir del voluntariado ejercido en los albergues para migrantes de Metepec, estado de México (con ocho NNA), y la Cafemin (con veintidós NNA), en la capital mexicana. Mediante talleres lúdicos, artísticos, de acompañamiento colectivo y contención emocional, así como otras actividades de integración y escucha activa en diferentes periodos, modalidades y con distinta intensidad, en ambos albergues se trabajó a partir de la metodología cualitativa, con técnicas como la observación participante y las entrevistas semiestructuradas, e instrumentos como el diario de campo y las guías de observación y entrevistas. Así, mediante la

experiencia situada, se concedió relevancia significativa a los testimonios y narrativas proporcionados por NNA y distintos integrantes de los equipos coordinadores de los albergues, quienes juntos tuvieron que poner a prueba su capacidad de resistencia y de respuesta a eventualidades que les permitieran generar estrategias de acción y alternativas de solución.

Descripción de ambos albergues

Cafemin. Se localiza en la alcaldía Gustavo A. Madero de la Ciudad de México. Fue fundado y es atendido por la Congregación de las Hermanas Josefinas desde el 15 de septiembre de 2012, y está constituido legalmente como Asociación Civil José María Vilaseca. Su directora es la religiosa María Magdalena Silva Rentería. Entre la población que ayuda destaca la presencia de mujeres, NNA no acompañados, solicitantes del reconocimiento de la condición de refugiado y familias migrantes o desplazadas. Ofrece atención humanitaria a partir de alojamiento, alimentación, atención jurídica, psicológica y médica, así como talleres lúdicos, artísticos, de contención emocional y capacitación educativa y laboral. Tiene capacidad para alojar a cien personas y proporcionarles estancia a mediano y largo plazo. Cuenta con habitaciones para mujeres y niños, adolescentes, varones y comunidad LGBT, así como cocina, salones, área de cómputo, un patio techado, que es utilizado como comedor y área de usos múltiples, y otro patio destinado para juegos y deportes.²



Albergue Cafemin, julio de 2021

² Notas del Diario de campo; Glockner, Valentina *et al.*, “3. Región centro”, *Movilidad humana en confinamiento: contención, vulneración de derechos y desprotección en México. Informe 2020*, México, Redodem, 2022, p. 107.

Las hermanas josefinas, junto con el personal que colabora con ellas, perteneciente a diversas disciplinas y áreas sociales (medicina, psiquiatría, psicología, derecho, trabajo social, pedagogía, entre otras), se esfuerzan cada año por generar proyectos autogestivos que les permitan establecer vínculos y alianzas de colaboración con distintos sectores. Esto ha fortalecido su misión y les ha transmitido una serie de conocimientos y experiencias, gracias a las cuales han podido reunificar a decenas de familias y capacitado a cientos de personas, a quienes no sólo les han brindado escucha activa, contención y apoyo, sino también ayudado a regularizar su condición migratoria, a desarrollar sus capacidades personales y a poder continuar su camino con mayores herramientas de las que poseían cuando ingresaron a la Cafemin.

Albergue de Metepec. Se localiza en la colonia Pilares de este municipio de la entidad mexiquense. No posee la infraestructura adecuada para un albergue, como la Cafemin, dado que sus orígenes son diferentes. Su director y fundador, el señor Armando Vilchis Vargas, es un mecánico automotriz, quien ha dedicado la mitad de su vida a apoyar a orfanatos, asilos de ancianos y, desde 2005, a población en contexto de movilidad. En 2013, ante el incremento de migrantes que circulaban por las vías del tren cercanas a su taller mecánico, el señor Vilchis, además de apoyarlos con alimentos, accedió a que pernoctaran una noche de invierno en las instalaciones de su espacio de trabajo, dada la considerable presencia de niños y mujeres. Para ello, acondicionó un ala del taller, a fin de que las personas pudieran instalar sus colchonetas y guarecerse del frío; pero a partir de entonces la ayuda de Vilchis no cesó, e incluso sin las condiciones necesarias, la mitad de su taller mecánico continúa funcionando como el ya conocido “Albergue para Migrantes de Metepec”.



Albergue de Metepec, julio de 2021.

Por lo tanto, los usuarios de este albergue no disponen de un espacio adecuado ni de la privacidad necesaria, pues al no contar con la infraestructura indicada, no existen dormitorios, sino que en un mismo espacio se distribuyen una serie de literas, junto a las que se ubican una estufa, un refrigerador y una artesa, área que se utiliza como cocina. Asimismo, el lugar cuenta con sólo dos sanitarios, que llegan a ser utilizados en ocasiones por hasta cien personas. Si bien las condiciones y la carencia de espacio podrían hospedar holgadamente a veinte personas en promedio, debido a la demanda y necesidad de ayuda, el número de usuarios fluctúa entre los cincuenta y setenta migrantes.

Por otra parte, los víveres no siempre son suficientes, y las y los niños no tienen un área segura dónde jugar. Es decir, son muchas las limitaciones, pero a pesar de ellas, don Armando se esfuerza por que su población sea apoyada y atendida. Él recibe a todo tipo de migrantes y población desplazada nacional o extranjera, de todas las edades, pertenencias étnicas, preferencias sexuales, creencias religiosas o inclusive, estados de salud, puesto que ha podido ayudar y canalizar a pacientes con cáncer, VIH o que han sufrido la amputación de alguno de sus miembros tras haber caído del tren de carga, el cual todavía muchos suelen utilizar para acortar distancias y trasladarse en ciertas partes del territorio mexicano.

Las asimetrías entre el albergue de la capital y el de Metepec son muchas, puesto que la Cafemin, al contar con una institución religiosa acreditada que respalda su misión, así como con una organización bien estructurada y un equipo coordinador interdisciplinario, manifiesta diferencias significativas comparadas con la labor y los logros que un solo hombre sin respaldos oficiales o suficientes redes solidarias de apoyo puede obtener. Además, el mundo del activismo no está exento de comportamientos egocéntricos, intereses poco loables o dobles discursos. Esto ha propiciado que aun sin conocer ni a don Armando ni a su albergue, muchas personas tengan un concepto erróneo de él y de su labor, o que lo conviertan en blanco de críticas y acusaciones injustas y difamaciones que nunca han podido comprobarse.

No obstante, los rumores cobran un efecto, que provoca que muy pocas personas estén dispuestas a apoyar su causa; además, porque su figura altruista independiente no representa redituables tangibles para quienes eso persiguen, a diferencia de una institución consolidada y con prestigio. De ahí que pocos jóvenes se interesen por prestar servicio social o trabajo voluntario en Metepec, en comparación con otros albergues más afamados que existen a lo largo de la República mexicana. Esto ha impedido que este espacio cuente con especialistas en psicología, medicina o trabajo

social. No obstante, y aunque efímeros, el señor Vilchis y su reducido equipo solidario (esposa, hijo y dos o tres voluntarios) han podido establecer determinadas alianzas con el sector salud, restaurantero y vinculado con el tema migratorio, lo cual se ha traducido en miles de visas humanitarias, acceso a vacunas o medicamentos y atención básica en materia de salud, así como diversas oportunidades de empleo temporal para los usuarios del albergue.

Sin duda, cada albergue, comedor, casa de migrantes o espacio que se habilita para apoyar a la población desplazada o en contexto de movilidad representa una luz en el camino, la esperanza de aminorar las vulnerabilidades, los riesgos y las amenazas que se pueden encontrar a lo largo y ancho de las rutas migratorias. Y aunque todos posean orígenes diferentes o presenten fallas o aciertos en su desarrollo, también pueden catalogarse, de acuerdo con la Red de Documentación de las Organizaciones Defensoras de Migrantes, como

...espacios que dinamizan y potencian las energías y las ilusiones de las personas que llegan a estos. Su trabajo resulta tan crucial como necesario para la funcionalidad del fenómeno migratorio, pues su contrapeso respecto a las estructuras institucionales genera reflexiones que provienen desde las bases y la realidad que se presenta.³

III. PRINCIPALES PADECIMIENTOS DE SALUD MENTAL ENTRE LAS NIÑAS, LOS NIÑOS Y ADOLESCENTES MIGRANTES ALBERGADOS

La salud mental, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud⁴ y el gobierno de Estados Unidos,⁵ es el estado de bienestar (emocional, psicológico y social) necesario para que las personas puedan desarrollar su potencial, afrontar las tensiones cotidianas, ser productivas y aportar beneficios a su comunidad, para lo cual deben poder regular el estrés, a fin de que sus interrelaciones y su toma de decisiones sean asertivas.

³ Red de Documentación de las Organizaciones Defensoras de Migrantes, *Migrantes en México: recorriendo un camino de violencia. Informe 2016*, México, Redodem, 2017, p. 78.

⁴ Organización Mundial de la Salud, *Informe mundial sobre salud mental: transformar la salud mental para todos. Panorama general*, Ginebra, OMS, 2022, disponible en: <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240050860>.

⁵ USAGov, *Salud mental: cómo reconocer que hay un problema y dónde encontrar Ayuda*, USAGov, 2020, disponible en: <https://www.usa.gov/espanol/novedades/salud-mental-como-reconocer-que-hay-un-problema-y-donde-encontrar-ayuda>.

Diversos autores⁶ coinciden en afirmar que aquellas personas que se enfrentan a la migración, sobre todo si ésta es forzada, son proclives a padecer trastornos de salud mental, y esto se agrava cuando se trata de niños,⁷ o cuando las condiciones que propiciaron la salida o las que se viven en el tránsito se vinculan con procesos de vulneración. Sobre la base de encuestas y otros instrumentos de medición se han realizado estudios, inclusive longitudinales, para determinar el impacto que la migración produce en la salud mental de los NNA, y estos han comprobado cómo la mayoría de ellos presenta “trastornos psiquiátricos clínicos o subclínicos, o manifestaciones de malestar psicológico”.⁸

Dados los niveles de estrés que conllevan las experiencias migratorias obligadas o irregulares, el psiquiatra español Joseba Achotegui equipara este proceso con un duelo, y propone el concepto de “Síndrome de Ulises”, para referirse a las personas que al emigrar no tienen ni el tiempo ni las circunstancias que les permitan procesar estas pérdidas y, además, deben desafiar un conjunto de experiencias que les generan estrés crónico y múltiple, las cuales derivan a su vez en síntomas psíquicos y somáticos.⁹

Entre los desórdenes psicopatológicos más frecuentes manifestados específicamente entre las infancias y adolescencias migrantes sobresalen la ansiedad, el estrés y la depresión, puesto que para los NNA dejar atrás a la familia, los amigos, la escuela, la cultura y el país significa un trance muy fuerte y difícil de manejar. El primer malestar, la ansiedad, se suscita desde los contextos de origen, ya sea por las condiciones que los orillan a dejar sus hogares y países o por la expectativa propia del viaje, el cual representa una serie de incertidumbres y amenazas. Lo mismo sucede a lo largo del

⁶ Odegaards, Ornuly, “Emigration and Insanity: A Study of Mental Disease Among Norwegian Born Population in Minnesota”, *Acta Psychiatr et Neurol*, núm. 7, 1932, pp. 1-206; Harrison, Glynn *et al.*, “A Prospective Study of Severe Mental Disorder in Afro-Caribbean Patients”, *Psychol Med*, núm. 18, 1988, pp. 57-643; Hutchinson, Gerardo y Haasen, Christian, “Migration and Schizophrenia. The Challenges for European Psychiatry and Implications for the Future”, *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, núm. 39, 2004, pp. 57-350; Villaseñor Bayardo, Sergio Javier *et al.*, *Manual para la atención a la salud mental de indígenas migrantes*, México, Editorial Página Seis, 2016.

⁷ Bojorquez, Letza *et al.*, “Epidemiología de la salud mental en niñas, niños y adolescentes en movilidad”, en Rodríguez-Cruz, Marta (ed.), *Abordajes interdisciplinarios sobre la niñez y la adolescencia migrante. Contextos de Centro y Norteamérica*, México, UNAM-Boston, CEPE-UNAM, 2022, p. 357.

⁸ *Ibidem*, p. 358.

⁹ Achotegui, Joseba, *La depresión en los inmigrantes. Una perspectiva transcultural*, Barcelona, Editorial Mayo, 2002; Achotegui, Joseba, “Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises)”, *¿erbitzuan*, diciembre de 2009, pp. 164 y 165.

tránsito, en el que se presentan situaciones específicas percibidas por los NNA como amenazantes, aunque no necesariamente éstas impliquen un peligro real: el miedo a ser deportados, a que su estadía en los albergues se prolongue, a que las autoridades les hagan daño, al desconocimiento del idioma, cuando no hablan español, entre otros. Pero de una manera u otra, la ansiedad se presenta como una respuesta emocional o adaptativa común en los NNA¹⁰ migrantes, como un estado de intranquilidad, inseguridad o angustia que los mantiene en alarma.

Y es que los migrantes —ya sean niños o adultos— sólo cuentan con su salud física y psicológica¹¹ como sus principales recursos o herramientas para enfrentar las distintas problemáticas que se les presentan durante la travesía. Es por eso por lo que distintos especialistas señalan que el proceso migratorio en sí mismo conlleva más allá de la ansiedad, a un sentimiento o estado de estrés crónico, ya que “Implica una sobrecarga permanente y de larga duración que puede desencadenar una reacción emocional intensa. Necesita de esfuerzo y voluntad para adaptarse a la persistencia en el tiempo”.¹² Achotegui habla inclusive de un estrés migratorio, que “se caracteriza por ser múltiple, ya que afecta a muchas áreas de la vida; crónico porque se puede prolongar durante años; intenso y relevante por su fuerza, y desorganizador por la pérdida de control en situaciones permanentes [características que se agudizan] por la carencia de una red de apoyo social”.¹³

Para cualquier niño, la ruptura con los apegos, la falta de acceso a satisfactores básicos, como agua, comida, ropa, vivienda, y las amenazas de un trayecto migratorio suscitan sentimientos lógicos, como la tristeza y el miedo; pero si a esto se suman experiencias traumáticas, como accidentes, secuestros o distintas modalidades de la trata de personas, hacia las cuales NNA son más vulnerables, los síntomas tanto como las secuelas se agravarán. Así, el llanto, el insomnio, la depresión, la ansiedad, la irritabilidad se pueden convertir en una constante que de no intervenir a tiempo sí puede desencadenar en trastornos psiquiátricos que afecten la vida futura de los NNA.

A nivel fisiológico, “la repetición de eventos estresantes causa atrofia en las neuronas del hipocampo que es reversible cuando la exposición a glucocorticoides o al estrés se interrumpe. Sin embargo, cuando la exposición a

¹⁰ Ministerio de Salud de Chile, *Guía práctica de bienestar emocional: cuarentena en tiempos de Covid-19*, CODAJIC, 2020, disponible en: <http://www.codajic.org/node/4365>.

¹¹ Irizar, Karmele y Valle Sánchez Haro, Analía del, “Estrés migratorio y salud mental”, *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, España, vol. 25, núm. 2, 2017, p. 420.

¹² Talarn, Navarro, Rosell y Rigat, 2006, citados en *idem*.

¹³ Achotegui, Joseba, “Migración y salud mental...”, *cit.*, pp. 164-168.

glucocorticoides o estrés se prolonga por meses o años, el daño puede llegar a ser permanente”.¹⁴ Esto aumenta la posibilidad de sufrir en la adultez de depresiones y trastornos de ansiedad, y esta vulnerabilidad puede estar relacionada, según los expertos,¹⁵ con la hipersecreción de factor de liberación de corticotropina (CRF).

Sin embargo, a nivel emocional, el estrés, que se presenta como respuesta humana ante situaciones amenazantes o de excesiva demanda, puede estar al servicio de la supervivencia, y, por ello, las emociones interferirán en la valoración de los estímulos que lo motiven,¹⁶ por ello, las condiciones desfavorables de la migración pueden generar una inadecuada adaptación. Por ejemplo, si un NNA llega a ser testigo de amenazas a la integridad, agresiones o muertes de otras personas, desarrolla sentimientos de indefensión y pánico, que más tarde se traducen en trastorno de estrés postraumático. Éste puede desencadenar dificultad para dormir o bien pesadillas vinculadas con los hechos presenciados, pérdida del control de esfínteres, deseos de aislarse de sus compañeros, ansiedad, irritabilidad o desinterés generalizado.

Si estos trastornos no reciben atención profesional ni acompañamiento emocional o social por parte de quienes rodeen al NNA, la afectación puede escalar al nivel de enfermedad psiquiátrica y convertirse en depresión, entendida como

...uno de los tipos de alteración del ánimo, consistente en su disminución, con un grado variable de pérdida de interés o dificultad para experimentar placer en las actividades habituales y acompañado de diversos síntomas psíquicos (tristeza, alteraciones de concentración, memoria, etc.) y físicos (disminución de la libido [en el caso de los adolescentes], anorexia-hiperfagia, etc.).¹⁷

Además de la parte médica, también es importante considerar que los contextos migratorios implican la presencia de gran heterogeneidad de nacionalidades y, por lo tanto, de gran diversidad cultural. Por lo cual no basta únicamente psiquiatrizar los trastornos mentales priorizando sólo los síntomas o secuelas físicas, sino también es necesario tomar en cuenta los factores culturales y sociales, que igualmente encierran gran relevancia, tal como

¹⁴ Kandel, 1999, citado en Vales, Lisandro, “Psicobiología del estrés”, en Leira Permuy, María Sol (coord.), *Manual de bases biológicas del comportamiento humano*, Uruguay, Universidad de la República, 2012, p. 182.

¹⁵ Heim, Newport, Mletzko, Miller, *Nemeroff*, 2008, citados en Vales, Lisandro, *op. cit.*, p. 183.

¹⁶ *Ibidem*, pp. 179 y 180.

¹⁷ Retamal, Pedro, *Depresión. Guías para el paciente y la familia*, Santiago de Chile, Editorial Universitaria, 1998, p. 9.

lo considera la etnopsiquiatría (relación entre las patologías mentales y la diversidad cultural),¹⁸ ya que, dependiendo de sus referentes culturales, los NNA interpretan sus malestares, síntomas o padecimientos. Por ejemplo, la depresión puede relacionarse con la culpa entre quienes profesan la religión católica, porque sienten que alguna acción pasada está siendo castigada. O hay quienes se niegan a ingerir medicamentos alópatas porque sólo creen en el poder de la herbolaria.

De acuerdo con Berganza y Villaseñor,¹⁹ en la región que habitamos, las creencias, costumbres y cosmovisiones son de gran importancia en la vida de los distintos colectivos, y existe una innegable relación entre éstas y los diagnósticos de ciertas enfermedades,²⁰ al grado en que han definido a estas variaciones nosológicas “síndromes culturales”, dada la preeminencia del vínculo entre cultura y salud, y con la finalidad de no jerarquizar los tratamientos occidentales por encima de los provenientes de otras sociedades.

Como puede observarse, para que un ser humano pueda crecer y desarrollarse favorablemente desde la infancia debe contar con entornos familiares y sociales estables, amorosos y seguros; pero desafortunadamente un gran porcentaje de la niñez migrante mexicana y centroamericana proviene de hogares desestructurados o comunidades y contextos culturales reproductores de violencia, lo que desde la perspectiva de autores como Trevizan implica “el desarrollo de personas sanas en circunstancias ambientales insanas”.²¹ No obstante, a pesar de las situaciones perjudiciales, muchos de estos niños logran sacar a flote sus fortalezas individuales valiéndose del apoyo de la interacción social.

Por ello, la presencia de psicólogos y distintos especialistas (médicos, trabajadores sociales, antropólogos, pedagogos) en las instituciones que apoyan a migrantes potencializa su resiliencia cuando los ayuda a superar trastornos interiorizados, producto de la violencia o de las condiciones de riesgo latentes en el viaje. Ellos pueden influir en el comportamiento de los

¹⁸ Levi-Strauss, Claude, *El pensamiento salvaje*, México, Fondo de Cultura Económica, 2021; Kleinman, Arthur, *Abordaje de la depresión según las culturas*, Boston, Departamento de Antropología-Universidad de Harvard, 1995; Devereux, Georges, *Etnopsiconálisis complementarista*, España, Amorrortu Editores, 1985.

¹⁹ Asociación Psiquiátrica de América Latina, *Guía latinoamericana de diagnóstico psiquiátrico*, México, OMS, 2004.

²⁰ Taylor, Richard *et al.*, “Suicide in Urban New South Wales, Australia 1984-1994: Socio-Economic and Migrant Interactions”, *Soc Sci Med*, núm. 47, 1999, pp. 86-1677.

²¹ Trevizan, Elena, *Resiliencia. Revisión bibliográfica* (curso virtual interdisciplinario a distancia. Salud mental, Psicología y psicopatología del niño, el adolescente y su familia. Director, prof. Dr. Héctor S. Basile), Argentina, 2008, disponible en: <http://www.psicoadolescencia.com.ar/docs/1/final119.pdf>.

afectados y facilitarles los medios para desarrollar sus propios recursos, a partir de los cuales los NNA, en este caso, puedan resignificar lo acontecido, reestructurar sus ideas, pensamientos y sentimientos y redefinir sus planes, demostrando a cada paso su capacidad de agencia.

La permanente agencia de las infancias y adolescencias migrantes

La infancia, pero también la adolescencia, son las primeras etapas de vida en las que los seres humanos nos desarrollamos física, intelectual y emocionalmente; siguiendo a Pavez, los niños y niñas “son agentes morales, porque negocian e interaccionan con otros, deciden y actúan. Pero también son actores sociales, ya que tienen deseos subjetivos —agente y actor son conceptos que tienen la misma raíz latina: *ago, agere, egi, actum*—”.²² Sin duda, tanto niños como adolescentes demuestran aptitudes para ejercer sus derechos y para tomar decisiones de acuerdo con sus deseos o posibilidades y vinculación con otros, lo que aun sin ellos saberlo modifica los contextos que los involucran, tanto a nivel micro como macroestructural.

La agencia, como capacidad de actuar en el mundo con la intención de producir determinados efectos, ha sido utilizada como perspectiva de análisis en el estudio de la infancia, principalmente por la sociología, una de las primeras ciencias en considerar que NNA forman parte indisoluble de la estructura social e interactúan con otros sujetos y con otras partes de esa estructura; por lo que, de acuerdo con Gaitán,²³ las mismas fuerzas políticas y económicas que afectan a los adultos también les afectan a ellos, y del mismo modo que los primeros, están sujetos a los avatares del cambio social.

Gaitán describe cómo ha evolucionado este pensamiento: desde considerar a los niños mercedores de estudio de acuerdo con su participación y sus condiciones de vida, actividades, relaciones, conocimientos, experiencias, edad y género como parte de la sociedad, hasta el considerar la visión de los niños y la intersección de sus relaciones con otros niños y con los adultos.²⁴

Si bien existen cada vez más diferencias entre las niñeces y las adolescencias, al mismo tiempo comparten distintas características; una muy importante en México desde el punto de vista legal es que toda persona menor a

²² Pavez Soto, Iskra, “La niñez en las migraciones globales: perspectivas teóricas para analizar su participación”, *Tla-Melaua. Revista de Ciencias Sociales*, México, nueva época, año 10, núm. 41, 2017, p. 102.

²³ Gaitán, Lourdes, “La nueva sociología de la infancia. Aportaciones de una mirada distinta”, *Política y Sociedad*, España, vol. 43, núm. 1, 2006, p. 10.

²⁴ *Ibidem*, p. 14.

dieciocho años debe ser protegida por las instituciones públicas. Al no tener los adolescentes el estatus de ciudadano y no poder votar ni ser votados para representar cargos públicos, las ciencias sociales deben seguir considerándolos en sus estudios como parte integral de la niñez, con el propósito de hacer exigibles sus derechos, mientras nuevas categorías de análisis puedan arrojar luz y ayudar a afinar el análisis sobre sus particularidades específicas.

Más allá de los discursos o concepciones adultocéntricas en torno a los NNA, la sociología, la antropología, el trabajo social, y cada vez más disciplinas, reconocen que ellos no se limitan a adaptarse pasivamente o a aprender la cultura que les rodea, sino que participan de forma activa en la misma en distintos ámbitos, apropiándola o reinterpretándola, contribuyendo de esta manera con la reproducción cultural y el cambio. Este enfoque relacional emplea métodos cualitativos y habla de “agentes”, lo cual “sugiere negociación e interacción con otros para decidir”.²⁵

Asimismo, es importante tomar en cuenta el contexto de procedencia de cada NNA, a fin de entender que la infancia no es homogénea, sino que está situada y afectada por las desigualdades de género, de clase social y de origen “racial”, nacional o étnico en que participa. Por lo tanto, existen muchas infancias, lo cual comprueba que se trata de una construcción social acorde con los escenarios en los que se expresa y, así, el punto de vista infantil también guardará una relación estrecha con los espacios cotidianos en los que los NNA se desenvuelvan: la familia, la escuela o el barrio. Y de acuerdo con sus vivencias y con su edad es que construirán un punto de vista²⁶ o tomarán decisiones.



Albergue de Metepec, noviembre de 2021.

²⁵ Mayall, 2002, p. 21, citado en Pavez Soto, Iskra, “Sociología de la infancia: las niñas y los niños como actores sociales”, *Revista de Sociología*, Chile, núm. 27, 2012, p. 95.

²⁶ Pavez Soto, Iskra, “Sociología de la infancia...”, *cit.*, pp. 96 y 97.

IV. RESULTADOS

1. *¿Cómo vivieron los NNA migrantes y el personal de los albergues durante la pandemia?*

La epidemia de Covid-19 nos tomó por sorpresa a todos, y si bien el personal que labora en los albergues está acostumbrado a lidiar con contingencias y a improvisar estrategias para eficientar los recursos, nadie estaba preparado para controlar el miedo que suponía el contagiarse ni el estrés que produciría el aislamiento social.

Para los albergues representó un duro golpe prescindir de las personas voluntarias o aliados de la sociedad civil de un momento a otro; sobre todo para la Cafemin, acostumbrada —más que el de Metepec— a recibir este tipo de ayuda, pues muchas de sus actividades, entre ellas los talleres y capacitaciones, provienen de esta fuente, y al no contar con ésta, las tareas tuvieron que repartirse entre el personal de nómina y las religiosas, quienes de por sí ya poseen una serie determinada de obligaciones.

También los dos albergues padecieron una considerable disminución de donaciones, parte fundamental de los insumos que los ayudan al sostenimiento de su labor. Debieron seguir los protocolos sanitarios y de aislamiento; pero esto representó una tarea prácticamente imposible, al tener que permanecer encerrados entre tantas personas en espacios reducidos. Afortunadamente, en Metepec no se presentaron contagios, pero en la Cafemin sí; tanto entre personal del equipo como entre distintos usuarios del albergue se registraron casos de Covid-19, quienes tuvieron que ser aislados para evitar la propagación del virus.

Cabe señalar que en ambos estados del país las autoridades y algunos organismos internacionales, como la Acnur o la Cruz Roja, proporcionaron cubrebocas y distintos materiales de limpieza, con los cuales se trataron de evitar posibles contagios, mientras a nivel global los científicos continuaban esforzándose por generar vacunas que controlaran la pandemia. Entretanto, en la Cafemin el personal se esforzó por mantener ocupada a la población a partir de actividades y dinámicas grupales, pero en Metepec esto no fue posible, no sólo por la ausencia de voluntarios, sino porque el espacio es muy pequeño, y resultó imposible exigir a todos mantener el encierro, ya que algunos jóvenes y adultos continuaron trabajando o solicitando oportunidades laborales, o deseaban por lo menos salir a caminar en las calles aledañas, razones por las que este albergue nunca estuvo realmente cerrado y, aunque trató de apegarse a los lineamientos lo más posible, siempre siguió siendo “de puertas abiertas”.



Albergue Cafemin, julio de 2021.

Pero el hecho de que vecinos o población local detectara la presencia de migrantes en las calles generó la molestia de muchos, quienes aumentaron la ya de por sí frecuentes muestras de racismo, xenofobia y discriminación presentes en Metepec contra este grupo poblacional. He aquí un ejemplo de esto:

La gente piensa que uno trae el virus y nos acusa de que nosotros somos los que traemos la enfermedad y provocamos que haya muchos contagios. A mí el otro día una señora me gritó bien feo: —¿Qué haces aquí? Regrésate pa' tu tierra (sic). Y en los comercios siempre me cobran más que a los demás. Yo he echado de ver (sic) que me sacan más pesos que a los demás por las mismas cosas que otros compran (Oscar, hondureño, 17 años. Comunicación personal, mayo de 2020).

La edad, la procedencia étnica, la nacionalidad, la condición social y migratoria de este adolescente lo hicieron ser víctima constante de prejuicios y estigmas que atentaron contra su dignidad y le generaron impotencia, tristeza y soledad, de acuerdo con sus comentarios. Ante la falta de psicólogos o especialistas en este albergue, don Armando, su familia y pocos colaboradores, así como los demás usuarios del albergue, funcionaron mediante el afecto y la empatía como elementos protectores entre sí, en particular para los NNA, quienes en distintos momentos confesaron no soportar más “que el tiempo se hubiera detenido”, por lo cual, juntos ideaban juegos, elegían películas para ver o diseñaban rutinas de ejercicios cotidianos que los ayudaran a mantener la mente y el cuerpo ocupados y lo más alejados posibles de la tensión.

En la Cafemin también los NNA fueron los más afectados, por las condiciones de encierro, pues como ya se mencionó, la mayor parte de ellos consistió en adolescentes que fueron interceptados por las autoridades mientras viajaban por México bajo los servicios de algún traficante de personas y llegaron al albergue remitidos por el INM, o bien por las procuradurías de protección de NNA. Entre ellos hubo casos más extremos, como el de Lorena, adolescente de catorce años que viajaba embarazada, y mientras cruzaban por la Ciudad de México con el propósito de dirigirse al norte del país, se sintió indispuesta, y a las pocas horas inició la labor de parto. El coyote la abandonó en la entrada de urgencias del hospital Xoco, donde ella dio a luz a una bebé de ocho meses. La PPNNA, al ser notificada, decidió canalizarla al albergue de las hermanas josefinas.

Yo sentía mucho miedo que del hospital me deportaran, pero una enfermera me dijo que no podían hacerlo porque acababa de tener una hija mexicana... Y aunque las madres aquí son muy buenas y nos tratan bien, ya yo no aguanto más estar aquí. No me acostumbro a la comida, para mí sí es un poquito desagradable... Es desesperado (sic) estar aquí, ya no soporto más, quiero que me saquen de aquí. Me quiero regresar a mi país y estar de vuelta con mi mamá y que el papá de mi niña conozca a la bebé. ¡Que alguien me ayude, por favor! (Lorena, 14 años, guatemalteca. Comunicación personal, septiembre de 2021).

Si bien la alimentación puede parecer para muchos un tema menor, entre los migrantes es de gran importancia, y un factor que para muchos reviste una de las mayores dificultades de adaptación y comprueba la falta de arraigo al lugar y país en el que se encuentran. A los NNA en particular les es muy complicado adaptarse a la comida mexicana, que incluye picante como una de sus bases fundamentales.

Si los niños ya traen problemas de desnutrición, al transitar por México aumentan porque no pueden comer mucho de lo que aquí preparamos y si no tienen dinero para comprar “chatarra o chucherías” (sic) dejan de comer y luego se andan desmayando o presentan problemas de salud. Aquí a cada rato se enferman los niños y también por eso andan todos tristes (Ruth Moreno, co-coordinadora del Albergue de Metepec. Comunicación personal, noviembre de 2020).

La alimentación, las creencias o prácticas religiosas, las formas de concebir y de tratar las enfermedades y las “tristezas del alma”, en palabras de los niños, difieren entre una cultura y otra. Esto se pudo apreciar más en

el encierro en la Cafemin; por ejemplo, algunos adolescentes se negaban a recibir atención psicológica o a ingerir medicamentos, pues de acuerdo con sus referentes culturales se trataba de remedios que no resolverían sus problemas de la misma forma que lo harían los curanderos o rezanderos locales de sus comunidades o las infusiones o alimentos preparados por sus madres o abuelas. En Metepec, en cambio, al no contar con alternativas de escucha o acompañamiento profesional ni fármacos, molestias que iniciaban con dolores de cabeza, estomacales o tristeza, llegaron a transformarse en ataques de ira, ansiedad, llanto descontrolado y agresividad, demostrando así cómo los estresores aculturativos dependiendo de su intensidad pueden devenir no sólo en somatización, sino como bien apunta Achotegui, hasta en depresión, o incluso psicosis,²⁷ que pueden transformarse de leves o moderadas a severas.²⁸

Por otra parte, la historia de cada niño encierra una serie de particularidades, que pueden agravar la situación, entorpecerla o demorarla desde el enfoque legislativo, ya que en ocasiones se vinculan con el tráfico ilícito o la trata de personas, la violencia intrafamiliar, la protección internacional urgente, la reunificación familiar, la atención a la salud, entre otras. Es por eso por lo que resolver cada caso implica procesos y tiempos distintos. Hubo NNA que estuvieron encerrados ocho meses; otros, diez, y otros incluso dos años antes de poder retornar a sus países de origen o reunificarse con algún familiar en Estados Unidos.

Desde que se aplican las reformas a la Ley, el personal de las Procuradurías del DIF no sabe qué hacer y a cada rato me canalizan a chiquillos. Nosotros ya hemos entablado contacto con varias organizaciones y abogados pro-bono en Estados Unidos, ellos nos están asesorando, pero a veces aquí las mismas autoridades son las que nos estropean los trámites porque los hacen demasiado burocráticos, a veces tardan tanto en traernos a los niños que primero ellos se les escapan, otras veces como que a propósito dejan que pasen los meses para que muchos de ellos cumplan la mayoría de edad y entonces ahí ya no es tan fácil ayudarlos, no es lo mismo, es decir, hay muchos vacíos legales, y por eso luego, mejor tenemos que irnos por la libre... (Hermana Magda. Directora del albergue CAFEMIN. Comunicación personal, agosto de 2021).

Otra de las consecuencias que trajo consigo la pandemia fue la detención de los trámites administrativos en todas las dependencias, entre ellas el Instituto Nacional de Migración y la Comisión Mexicana de Ayuda a

²⁷ Achotegui, Joseba, “Migración y salud mental...”, *cit.*, pp. 168 y 169.

²⁸ Asociación Psiquiátrica de América Latina, *op. cit.*

Refugiados (Comar). Las visas humanitarias, condición de refugiado y figura de protección complementaria, procesos que ante las altas demandas y muchas burocracias suelen demorar meses, con el paro de actividades suscitado por la Covid-19 se volvieron totalmente indefinidos, lo cual obligaba a los solicitantes a esperar indeterminadamente o a proseguir su camino si las condiciones lo permitían. Pero a los NNA albergados no se les preguntó ni se les tomó en cuenta su opinión, motivo por el cual la mayoría de los que se encontraban en la Cafemin no tuvieron otra opción más que esperar prolongadamente, en beneficio de su seguridad. Y aunque esto en su momento fue exasperante para ellos, al final valió la pena, ya que hoy se encuentran con sus respectivas familias. Pero varios NNA durante los únicos y —a veces contados paseos dominicales a algún parque o área abierta de la ciudad— aprovecharon la ocasión para escapar, pese al esfuerzo de control del personal del albergue.

En el caso de los NNA que fueron canalizados al refugio de Metepec —todos no acompañados—, desafortunadamente no resistieron las condiciones de encierro, y poco a poco también fueron escapando del albergue; unos solos, pero la mayoría mediante el apoyo de adultos vinculados con el tráfico o la trata de personas, quienes encontraron los mecanismos para comunicarse con ellos y acordar puntos de encuentro. Esta situación es muy grave, porque al no contar con personal de vigilancia o colaboradores, es inevitable que don Armando no sea sorprendido por esta clase de eventos, y aunque las autoridades del DIF siempre han estado conscientes de la imposibilidad de responsabilizarlo por tales escapes, tanto a él como a cualquier otro director de un albergue de puertas abiertas, lo cierto es que ellas mismas no poseen estrategias que eviten esta clase de situaciones ni dan el seguimiento adecuado a cada caso. En cambio, día con día continúan canalizando a decenas de NNA a albergues y espacios de la sociedad civil.

Ante estas circunstancias, miles de NNA evaden la vigilancia en los albergues institucionales o particulares, ya sean de puertas abiertas o cerradas, y logran escapar ante la negativa de permanecer encerrados. Sin embargo, el no poder dar seguimiento a sus historias personales provoca que las cifras verdaderas de los NNA que viajan no acompañados quede sólo en una aproximación, y lo que es peor, que se desconozca el destino real de todos ellos, ya que muchos tal vez corran con suerte y logren los objetivos de llegar a Estados Unidos o reunirse nuevamente con sus familiares; pero muchos otros, sin duda, se convierten en víctimas de las redes de la delincuencia organizada para muy diversos fines, y es impredecible saber cuántos pierden la vida en el intento.

La trata de personas, por ejemplo, es uno de los tres negocios más rentables del crimen organizado, después del tráfico de armas y de narcóticos,²⁹ y el contexto de pandemia favoreció que las redes involucradas perfeccionaran sus acciones y tuvieran mayor capacidad de organización al aprovechar vacíos de protección y seguridad ciudadana. Así, de acuerdo con los testimonios de ambos directores y personal integrante de los equipos coordinadores de los albergues en los que se colaboró, los delincuentes se “descararon” y comenzaron a realizar a plena luz del día y sin reparos, acciones que antes llevaban a cabo de manera clandestina o subrepticamente.

Ellos veían la manera de encontrarse con los NNA cuando me pedían salir a dar una vuelta a la manzana o acercarse al parque porque ya estaban aburridos de tanto encierro, y aunque los mandaba con algún migrante adulto, ya fuera mujer u hombre o a veces ambos, lo hacían. De repente ya sólo me contaban los adultos: —“Es que se acercó un coche y un tipo le dio un celular a uno de los niños, cruzaron tres palabras y se fue”. O sea que se ponían de acuerdo, les entregaban un aparato de esos para estar comunicándose con ellos y cuando menos lo sentíamos, igual, en otra salida pasaban en una camioneta por ellos, se subían y ya no volvíamos a saber de ellos. Quiero pensar que eran coyotes, pero ¿y si no? Qué tal si eran secuestradores o yo qué sé... (Armando Vilchis, director del albergue de Metepec. Comunicación personal, diciembre de 2020).

Yo sé de tantos casos de redes de trata... Y no sólo en este albergue, sino en muchos. Trata de comercio sexual con niñas y adolescentes, de adopciones ilegales, de trabajos forzados, secuestros, en fin, son muchas las formas en las que opera el crimen organizado y a nosotras, incluso siendo religiosas nos han amenazado, y en distintas ocasiones han estado al acecho afuera o cerca del albergue para cooptar a las y los adolescentes, si es que llegan a salir (Hermana Magda. Directora del albergue CAFEMIN. Comunicación personal, agosto de 2021).

Como cada NNA percibe los riesgos y amenazas también llega a determinarse por cuestiones culturales y valoraciones subjetivas, a las que se adhiere la ingenuidad propia de la edad, ya que hubo niños que manifestaron no temer a los desconocidos porque en sus lugares de origen es mal visto un niño que no obedece a los adultos o consideraban ilógico desconfiar de otro migrante a quien encontraron en el camino padeciendo “supuestamente” las mismas circunstancias que ellos, lo cual facilitó que entablaran amistad.

²⁹ U. S. Department of State, “Trafficking in Persons Report”, *U. S. Department of State*, 2014, disponible en: http://www.state.gov/j/tip/rls/tiprpt/2014/?utm_source=NEW+RESOURCE:+Trafficking+in+Persons+R.

La inexperiencia les impidió reconocer la existencia de otros NNA o adultos que se hacen pasar por migrantes, precisamente para engañarlos y después entregarlos a distintas redes del crimen, o que muchos de los coyotes con los que viajaron desde su país no eran las buenas personas que ellos imaginaron.

Además, frente a las situaciones límite y de crisis permanente, exacerbadas por la pandemia, no sólo los NNA como usuarios de los albergues enfrentaron afecciones de salud mental, sino también los propios colaboradores sufrieron duelos personales al perder a familiares o amigos víctimas de la Covid-19, al ser contagiados o al desafiar retos no imaginados. “Tuvi- mos que idear estrategias para no volvernos todos locos. Fueron necesarias sesiones grupales e individuales con el psicólogo y el psiquiatra de la casa para que todos pudiéramos desahogarnos y aprender a ser más tolerantes” (coordinadora de Áreas del albergue Cafemin. Comunicación personal, julio de 2021).

Los especialistas en el tema de salud en la Cafemin mencionaron que manifestaciones del Síndrome de Ulises fueron la constante entre la población en general, aunque en los NNA se evidenciaron más síntomas, entre ellos tristeza, pérdida de interés, llanto constante, pesadillas, ataques de ansiedad o alteraciones en el humor.³⁰ El rechazo para aceptar que el tiempo se hubiera detenido y con él sus procesos legales y su sueño de llegar a Estados Unidos, lo que para muchos significaba reunirse con sus padres u otros familiares después de varios años de separación, provocó que varios adolescentes se hicieran daño a sí mismos, provocándose cortes en la piel con la finalidad de obtener alguna clase de alivio falso o temporal a su dolor.

Registramos un significativo incremento de las autolesiones y “gestos suicidas”, además [muchos NNA] desarrollaron inclusive cuadros depresivos que no tenían y que el mismo encierro se los dio, por todas estas situaciones de no haber cumplido lo que deseaban que era llegar a Estados Unidos, de no poder estar en familia... desarrollaron trastornos depresivos clínicos con ideación de muerte, ideas suicidas, conductas autolesivas y sí, varios tuvieron un tratamiento antidepressivo [para] que no fueran a [hacerse daño] (Médico de CAFEMIN. Comunicación personal, septiembre de 2021).³¹

³⁰ Notas del Diario de campo; Achotegui, Joseba, “Duelo migratorio extremo: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises)”, *Psicopatol. Salud Mental*, España, núm. 11, 2008, pp. 19 y 20.

³¹ Glockner, Valentina *et al.*, *op. cit.*, p. 128.

En Metepec, esta clase de situaciones no llegó a presentarse, porque la estrategia que los NNA no acompañados encontraron, como ya se mencionó, fue escapar de la protección que les ofrecía el albergue. Empero, aquellos que viajaban acompañados y tuvieron que resistir el aislamiento social junto con sus familiares, aunque eran menos, también demostraban su hartazgo de maneras similares a los que se encontraban bajo la custodia de las religiosas: “Los niños pequeñitos aunque estaban con sus mamás lloraban mucho, hacían muchos berrinches y los adolescentes se enojaban con mucha facilidad, se peleaban entre ellos y todo el tiempo estaban como enojados” (Armando Vilchis, director del albergue de Metepec. Comunicación personal, febrero de 2021).

En el proceso biológico de la infancia y la adolescencia, siguiendo a Dowling y a Amigo:

La suma de diversos factores adversos (genéticos, históricos, procesos cognitivos, personalidad, formas de afrontamiento, oportunidades educativas o laborales, situación económica, estrés...) influye en el bienestar de [los NNA] como personas y puede desencadenarles trastornos somáticos, conductuales o dificultades de adaptación.³²

Por eso no resultan sorprendentes las reacciones de angustia, ira, impotencia o frustración manifestadas por los NNA en ambos albergues, sobre todo al tomar en cuenta, como apunta Abdi, que “Los niños migrantes y sus familias llegan a los países de acogida con un historial de exposición y pérdida traumática, que a menudo se ve exacerbado por los factores estresantes que enfrentan en el país de asentamiento. Estas experiencias podrían hacer que los jóvenes experimenten niveles más altos de problemas de salud mental”.³³

Pese a las experiencias negativas que dejó la principal crisis de la pandemia, también hubo grandes enseñanzas para el personal de los albergues y para los NNA en contexto de movilidad. Los primeros señalaron entre sus aprendizajes más significativos la importancia del trabajo en equipo, del autocuidado, del fomentar la capacidad de adaptación, y una muy importante: reconocer la capacidad de agencia de NNA, aprender a escucharlos, a

³² Dowling, 2005; Amigo, 2012, citados en Minera, Ana Luz y Carreón Guillén, Javier, “Niñeces y adolescencias migrantes ante contextos de violencia, políticas, neoliberales y dispositivos de regulación”, *Psicología Iberoamericana*, vol. 30, núm. 2, 2022, s. p.

³³ Abdi, Saida, “Mental Health of Migrant Children”, *Oxford Research Encyclopedia of Global Public Health*, 2018, disponible en: <https://oxfordre.com/publichealth/view/10.1093/acrefore/9780190632366.001.0001/acrefore-9780190632366-e-12>.

entenderlos y a respetar sus opiniones y decisiones, aunque no se esté siempre de acuerdo con ellos. Los segundos, en cambio, destacaron la necesidad de reflexionar en torno a las consecuencias de los actos y las decisiones que tomamos, valorar lo que tenemos y a quienes están a nuestro alrededor, así como la importancia de la solidaridad y el amor al prójimo.

Sólo Dios sabe lo que hay en el corazón de cada uno y las necesidades de cada uno... Gracias a él y a los albergues no nos faltó la comida y una cama dónde dormir, porque cuántos otros migrantes como nosotros tuvieron que aguantarse en la frontera norte en campamentos, en la calle, arriesgándose a de veras [sic] contagiarse y morir (Paulina, 10 años, venezolana. Comunicación personal, septiembre de 2020, albergue de Metepec).

Ojalá que esta pandemia nos sirva de ejemplo para tratar mejor a las personas y valorar la vida. Uno no se imagina todas las cosas malas que pueden pasar de un momento a otro o que de repente vamos a dejar de ver a nuestros seres queridos. Y la verdad, es bien feo sentirse solo, en un lugar desconocido, y si tienes que estar encerrado es peor. A mí me preocupa que algo malo le pase a mi familia y como no tengo dinero no puedo recargar mi celular para llamarlos cuando me siento solo y triste. Nadie merece vivir cosas así, por eso ojalá y ahora sí nos queramos todos como hermanos (Felipe, 12 años, haitiano. Comunicación personal, octubre de 2021, CAFEMIN).

Fue así como la pandemia de Covid-19 demostró a NNA y adultos en los albergues, que los seres humanos tenemos la posibilidad de reconstruirnos después de vivir experiencias complejas; pero esto resulta más fácil cuando se cuenta con vínculos interpersonales de apoyo y modelos asertivos. Es por ello por lo que para los NNA en condición migratoria, establecer contacto y generar amistades con quienes se encuentran en la misma situación puede convertirse en un elemento protector que torna más llevaderos los procesos de adaptación y de tolerancia al estrés permanente, siempre y cuando estas personas sean honestas y no se trate de delincuentes disfrazados que aprovechan la vulnerabilidad de los NNA con fines mercantiles.



Albergue Cafemin, mayo de 2021.

2. *Demostraciones de agencia ante el encierro*

Si bien podemos decir que la tendencia a la participación es una cualidad humana, en la actualidad no sólo hay una falta de reconocimiento a la participación que los niños tienen en la sociedad, sino una constante supresión de ésta. Los adolescentes y jóvenes viven una situación similar, pero cargada además con el temor del adulto a los cambios internos inherentes a esta edad y a su constante cuestionamiento que discrepa de los criterios establecidos. Tal como mencionan Corona y Morfín,³⁴ la seguridad que sentían los adultos mientras educaban a los niños se tambalea cuando esos niños desean construir sus propios códigos de relación social.

Las actuales condiciones de las sociedades exigen que los seres humanos desarrollemos actitudes reflexivas y destrezas para reconstruirnos constantemente y responder a las cambiantes circunstancias, como nos lo ha demostrado la pandemia de Covid-19. Ante estos nuevos escenarios, los NNA, a pesar de las incertidumbres, construyeron planes de vida, como el hecho de convertirse en protagonistas de sus propias trayectorias migratorias desde que decidieron dejar sus hogares y sus países de origen, pese a sus relaciones de interdependencia con adultos u otros actores sociales o a los riesgos y condiciones adversas, como en este caso la pandemia.

³⁴ Corona, Yolanda y Morfín, María, *Diálogo de saberes sobre participación infantil*, México, UAM-Xochimilco, Comexani, UNICEF, Ayuda en Acción México, 2001, p. 39.

Frente a las diferentes situaciones que se presentaron en ambos albergues, los NNA demostraron su agencia de muchas maneras: fueron capaces de expresar sus ideas; exigir sus derechos; manifestar sus preferencias sexuales; defender su identidad y autonomía; organizar redes vinculantes entre voluntarios, equipos coordinadores, familiares y usuarios de los albergues; reivindicar su participación, o bien solicitar respeto a su apatía y desinterés en las actividades o talleres cuando sus ánimos no les permitían interactuar, por citar algunos ejemplos. Esto comprueba la hipótesis planteada al inicio del texto: sin importar su corta edad ni su poca trayectoria de vida, los NNA visibilizan su capacidad de agencia al perseguir metas concretas, inclusive enfrentando una serie de amenazas, mientras transforman al contexto, a la vez que son transformados por éste.

Aunque los NNA migrantes están acostumbrados a manejarse en contextos dominados por adultos, de los que suelen ser excluidos con facilidad los asuntos que les interesan o que a ellos se refieren, no cesan de constituirse como los “nuevos actores” de la migración internacional, sobre todo los “NNA no acompañados”, quienes asumen diversos roles (como menores de edad, padres precoces, proveedores, contrabandistas, coyotes, víctimas de la delincuencia, entre otros). Por eso, para quienes tenían un objetivo definido, el encierro no representó un obstáculo que los convenciera de desistir de sus planes, e incluso hasta arriesgando su integridad o su vida eligieron una alternativa.

Otro tipo de elecciones se presentó en el albergue de Metepec entre los adolescentes no acompañados que pese a su minoría de edad —desde el punto de vista legal— ya eran padres. Ellos, pese a la pandemia, no dejaron de solicitar empleo o laborar, cuando ya contaban con una oportunidad, pues necesitaban cubrir determinadas necesidades cuando iban acompañados de sus hijos, o bien enviar remesas a sus países de origen intentando cubrir las responsabilidades de los hijos que dejaron al cuidado de otros familiares en sus comunidades.

Por su parte, quienes decidieron permanecer en los albergues bajo la atención y resguardo de las religiosas o de particulares tuvieron que construir alianzas y aprender a trabajar en equipo para obtener beneficios comunes, fortalecer su paciencia y tolerancia, echar mano de la imaginación para idear pasatiempos y actividades productivas, entre otras acciones que los ayudaron a resistir la clausura y la inmovilidad, pero también a crear y fortalecer distintos elementos protectores.

Así, los NNA migrantes, como actores sociales y sujetos de derecho, en ambos albergues demostraron ser personas con ideas propias con quienes se puede negociar, con capacidad de agencia, porque construyen relaciones de

poder con los demás, de acuerdo con sus propios capitales, así como por el género y la edad que los identifica, e integran una generación social específica capaz de tomar sus propias decisiones —ya sean positivas o negativas—, entre ellas, las relacionadas con su movilidad; como lo confirmaron quienes prefirieron escapar de los albergues, aunque estos representaran para ellos atención solidaria y humanitaria en la coyuntura de la pandemia.

V. CONCLUSIONES

La niñez y la adolescencia son etapas biológicas en las que como seres humanos nos desarrollamos física, cognitiva y psicológicamente, y por ello los contextos en los que NNA se desenvuelvan determinarán el bienestar o los daños que manifiesten en su vida cotidiana, e inclusive futura. Quienes se convierten en protagonistas de la migración —acompañada o no— indefectiblemente corren más riesgos que otro tipo de infancias o adolescencias no insertas en esta dinámica.

Las experiencias que conlleva un proceso migratorio se vinculan con las pérdidas, con personas y cosas a las que se tiene que renunciar, por lo cual distintos especialistas coinciden que se trata de un duelo. Pero el duelo migratorio implica adaptarse a escenarios desconocidos, afrontar riesgos y adversidades que no sólo dificultan poder recuperarse de la tristeza, sino que, además, constantemente suman nuevas causas de dolor, miedo y angustia, que llegan a convertirse en estrés crónico y a provocar síntomas físicos, como la fatiga o trastornos de salud mental, como la depresión, derivando muchas ocasiones en el conocido Síndrome de Ulises.

Esta situación se agrava cuando las personas afectadas son NNA, debido a que los factores biológicos los colocan en clara desventaja frente a los adultos. Desde la declaración de la pandemia de Covid-19 en marzo de 2020, la población mundial se vio afectada en distintos ámbitos, uno de ellos, el de la salud mental, y entre los grupos más vulnerados sobresalió la población en contexto de movilidad. Algunos de los NNA integrantes de estos flujos, por aquel entonces en tránsito por México, fueron canalizados a albergues como el de Metepec o la Cafemin, en los que se efectuó trabajo colaborativo durante los meses de aislamiento.

Gracias a éste se atestiguó cómo las políticas restrictivas favorecieron la organización de distintas redes vinculadas con la delincuencia, quienes no perdieron la oportunidad para lucrar con la desesperación de cientos de padres que deseaban reencontrarse con sus hijos más allá de las fronteras.

Esta situación puso en riesgo la vida de muchos NNA que fueron víctimas del tráfico y de la trata de personas, situación que impidió conocer el final de cada una de sus historias, pues los que prefirieron escapar del cobijo de los albergues son sólo un porcentaje entre los otros muchos que ni siquiera se acercaron a uno de estos espacios.

Pero entre aquellos que sí eligieron permanecer o no pudieron escapar de los albergues se manifestaron secuelas ligadas con las violencias de las que venían huyendo o que presenciaron en el camino, y que, al permanecer alejados de sus familiares y contextos conocidos, se potenciaron ante las restricciones de la pandemia, que les impidió salir de los albergues durante meses, dificultando el desarrollo de actividades de aprendizaje, esparcimiento y socialización. Estas condiciones provocaron en los NNA desde malestares físicos hasta padecimientos psíquicos, que desconcertaron y perturbaron su estado anímico; comúnmente se acompañaron de falta de apetito, dolores musculares o cefaleas, así como de una tristeza extrema, que los impulsaba a crear autoconceptos negativos, según se pudo registrar en los testimonios y en la convivencia cotidiana.

Ansiedad, estrés y depresión fueron los trastornos del estado de ánimo recurrentes en ambos albergues, y que demostraron vincularse, asimismo, con referentes y prácticas culturales, como los hábitos alimenticios, las creencias religiosas, la culpa, el miedo y los métodos de tratamiento y curación. Esto impidió que ciertos NNA que presentaban una secuencia clínica progresiva pudieran ser tratados adecuadamente en la Cafemin, donde sí se contaba con la presencia de profesionales y medicamentos, ya que en Metepec, desafortunadamente no se cuenta con médicos, psicólogos ni psiquiatras, lo cual conllevó a que en ese espacio el estado emocional y psicológico de algunos adolescentes escalara de la irritabilidad a la agresividad, y que el porcentaje de NNA que escaparan fuera mayor en comparación con el de las religiosas josefinas.

Los equipos coordinadores de ambos albergues resaltaron la necesidad que existe de promover intervenciones desde el ámbito de la salud pública que consideren las diferencias culturales, ya que éstas se vinculan estrechamente con los padecimientos físicos y emocionales de los NNA migrantes, dado que, a veces, sus costumbres y cosmovisiones se alejan mucho de los referentes identitarios que encuentran en el tránsito o destino migratorio, y esto provoca que se vean inmersos en un mundo de significaciones desconocidas que los remiten a difíciles procesos de aculturación. “No existen modelos de atención que incorporen a la diversidad cultural como uno de los pilares en la atención a enfermedades, técnicas diagnósticas o

criterios de curación”.³⁵ Por lo tanto, entre los retos a vencer, además de las barreras legales y administrativas, también nos enfrentamos a los obstáculos culturales.

Otra de las barreras que impiden que exista una homogeneidad en la atención hacia la niñez migrante radica en la ausencia de políticas y programas estatales adecuados, situación que conlleva a que las instituciones deleguen responsabilidades de su competencia a organizaciones de la sociedad civil con perfiles disímiles. Las casas de acogida en las que se colaboró presentan características muy distantes entre sí; mientras una está adscrita a una congregación religiosa, la otra es fruto del altruismo y buena voluntad de un solo ciudadano. Esto provoca que los servicios prestados y los beneficios para los usuarios sean también disímiles, pues independientemente de la buena voluntad, la organización, los recursos y la infraestructura juegan un papel muy importante.

Es así como los NNA que durante la pandemia viajaron en compañía de algún adulto y llegaron al albergue de Metepec pudieron permanecer allí hasta que lograron regularizar su condición migratoria con la ayuda del director de la sede, o bien, hasta que los adultos que los acompañaban decidieron continuar su camino. Pero aquellos que viajaron solos prefirieron escapar de la seguridad que el albergue —pese a sus limitaciones— les proporcionó, salvo el caso de los adolescentes padres de familia.

En cambio, los NNA acompañados y no acompañados que fueron remitidos por las autoridades a la Cafemin, si bien se vieron obligados a permanecer bajo las medidas de aislamiento y a seguir los protocolos de seguridad impuestos por las autoridades, al final pudieron reencontrarse con sus familiares en Estados Unidos, aunque en tiempos y bajo procesos diferentes, dependiendo de cada caso.

Dada la necesidad de atención humanitaria, cada vez son más organizaciones religiosas o de la sociedad civil las que deciden apoyar la causa migrante, y debido a esto, cada una opera de forma diferente y cuenta con distintos mecanismos de ayuda. Sin duda, todas son perfectibles, pero ante la orfandad del Estado, que no se responsabiliza ni administra adecuadamente la problemática de la migración internacional, pese a que sus leyes, estatutos o reformas puedan ser incluso de vanguardia, la labor que desempeñan los albergues sigue siendo valiosa e insustituible para la población migrante, desplazada y solicitante de refugio. En particular, para NNA; una más de las razones por las que como sociedad debemos apoyarlos no sólo con donativos, sino con trabajo voluntario o prestación de servicio social, ya

³⁵ Villaseñor Bayardo, Sergio Javier *et al.*, *Manual para la atención a la salud mental de indígenas migrantes*, México, Editorial Página Seis, 2016, p. 87.

que requieren de equipos interdisciplinarios (abogados, trabajadores sociales, enfermeros, médicos, antropólogos, sociólogos, administradores, contadores, entre otros).

Otro dato destacable es que no todos los NNA cuentan con redes de apoyo en sus países o en Estados Unidos. Algunos de los que participaron en este estudio las construyeron durante su estadía en los albergues, ya sea con algún integrante de los equipos coordinadores, voluntarios, servidores públicos u otros migrantes, quienes significaron un elemento protector que les permitió sentirse acompañados, escuchados y comprendidos. Esto, de acuerdo con sus narrativas, les permitió mejorar los estados de ánimo o fortalecer la confianza en momentos en los que la ansiedad se hacía presente.

Entre las solicitudes más recurrentes de apoyo de los NNA sobresalió la necesidad de contar con un celular y donativos para “tiempo aire” a través de los cuales ellos pudieran mantener contacto con sus familiares o amigos y realizar videollamadas, estrategia socorrida para acortar distancias, sentirse más cercanos a sus seres queridos y tranquilizarse. Puesto que las reacciones que los adolescentes manifestaron ante el encierro, sobre todo en la Cafemin, fueron motivadas además del contexto provocado por la pandemia, por la frustración que sentían al no poder decidir sobre sus propios cuerpos y vidas. La responsable del área de Contención y Disciplina del albergue opinó al respecto:

Muchos de nosotros siguiendo una lógica adultocéntrica creíamos que los NNA eran incapaces de tomar sus propias decisiones o que su grado de inmadurez o nivel de inexperiencia los condenaría al fracaso si les permitíamos hacerlo, pero en más de una ocasión ellos nos han demostrado que no es así (Comunicación personal, julio de 2021).

Quienes trabajamos con infancias en situaciones vulnerables como las migrantes sabemos que sus circunstancias de vida los llevan a madurar a edades más tempranas. Además, reconocemos que su libertad de acción como NNA no puede desligarse de las fuerzas históricas y sociales (condición de clase, edad, género, etnia) ni de las condiciones de vida impuestas por los modelos económicos de gobiernos e instituciones, entre ellas la familia (pobreza, mala alimentación, mala atención médica, carencia afectiva, deficiente acceso a la educación, violencia generalizada y naturalizada, etcétera). Sin embargo, estos factores no impiden a los NNA encontrar vías alternas que les ayudan a reforzar competencias personales, y si se encuentran en espacios seguros como los albergues, quienes allí colaboran también

se esfuerzan por crear circunstancias adecuadas que les permitan fortalecer actitudes resilientes.

Aunque la resiliencia no implica ausencia de sufrimiento, los NNA que no escaparon de los albergues de Metepec y de la Cafemin, al igual que los adultos integrantes de los equipos coordinadores de ambas sedes, enfrentaron y resolvieron juntos a partir del intercambio de bagajes culturales y sociales, el difícil panorama que la pandemia ofreció. Es decir, reconfiguraron su realidad, evolucionaron favorablemente a pesar de los distintos grados de dolor. Encontraron estrategias de adaptación, reforzaron capacidades individuales y descubrieron otras colectivas; al mismo tiempo, cultivaron vínculos afectivos y sociales que los ayudaron, tanto en esta misión como en alcanzar el objetivo de su reunificación familiar; espero que no sólo los que permanecieron en los albergues lo hayan conseguido, sino también quienes decidieron prescindir del apoyo de éstos. A la valentía de todos ellos dedico este trabajo, y confío en que hoy se encuentren alejados de peligros y al lado de las personas con quien deseaban estar.

VI. BIBLIOGRAFÍA

- ABDI, Saida, “Mental Health of Migrant Children”, *Oxford Research Encyclopedia of Global Public Health*, 2018, disponible en: <https://oxfordre.com/publichealth/view/10.1093/acrefore/9780190632366.001.0001/acrefore-9780190632366-e-12>.
- ACHUTEGUI, Joseba, “Duelo migratorio extremo: el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises)”, *Psicopatol. Salud Mental*, España, núm. 11, 2008.
- ACHUTEGUI, Joseba, “Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises)”, *¿erbitzuan*, España, diciembre de 2009.
- ACHUTEGUI, Joseba, *La depresión en los inmigrantes. Una perspectiva transcultural*, Barcelona, Editorial Mayo, 2002.
- ASOCIACIÓN PSIQUIÁTRICA DE AMÉRICA LATINA, *Guía Latinoamericana de Diagnóstico Psiquiátrico*, BERGANZA, Carlos E. y VILLASEÑOR BAYARDO, Sergio Javier (eds.), México, Organización Mundial de la Salud, 2004.
- BOJORQUEZ, Ietza *et al.*, “Epidemiología de la salud mental en niñas, niños y adolescentes en movilidad”, en RODRÍGUEZ-CRUZ, Marta (ed.), *Abordajes interdisciplinarios sobre la niñez y la adolescencia migrante. Contextos de Centro y Norteamérica*, México, UNAM-Boston, CEPE-UNAM, 2022.

- CONGRESO DE LOS ESTADOS UNIDOS MEXICANOS, Decreto por el que se reforman diversos artículos de la Ley de Migración y de la Ley sobre Refugiados, Protección Complementaria y Asilo Político, en materia de Infancia Migrante, *Diario Oficial de la Federación*, 11 de noviembre de 2020, disponible en: https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/ref/lmigra/LMigra_ref11_11nov20.pdf.
- CORONA, Yolanda y MORFÍN, María, *Diálogo de saberes sobre participación infantil*, México, UAM-Xochimilco, Comexani, UNICEF, Ayuda en Acción México, 2001.
- DEVEREUX, Georges, *Etnopsiconálisis complementarista*, España, Amorrortu Editores, 1985.
- GAITÁN, Lourdes, “La nueva sociología de la infancia. Aportaciones de una mirada distinta”, *Política y Sociedad*, España, vol. 43, núm. 1, 2006.
- GLOCKNER, Valentina *et al.*, “3. Región Centro”, en *Movilidad humana en confinamiento: contención, vulneración de derechos y desprotección en México. Informe 2020*, México, Redodem, 2022.
- HARRISON, Glynn *et al.*, “A Prospective Study of Severe Mental Disorder in Afro-Caribbean patients”, *Psychol Med*, Londres, núm. 18, 1988.
- HUTCHINSON, Gerardo y HAASEN, Christian, “Migration and Schizophrenia. The Challenges for European Psychiatry and Implications for the Future”, *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, núm. 39, 2004.
- KLEINMAN, Arthur, *Abordaje de la depresión según las culturas*, Boston, Departamento de Antropología-Universidad de Harvard, 1995.
- LEVI-STRAUSS, Claude, *El pensamiento salvaje*, México, Fondo de Cultura Económica, 2021.
- MINERA, Ana Luz y CARREÓN GULLÉN, Javier, “Niñeces y adolescencias migrantes ante contextos de violencia, políticas neoliberales y dispositivos de regulación”, *Psicología Iberoamericana*, México, vol. 30, núm. 2, 2022.
- MINISTERIO DE SALUD DE CHILE, “Guía práctica de bienestar emocional: cuarentena en tiempos de Covid-19”, *CODAJIC*, 2020, disponible en: <http://www.codajic.org/node/4365>.
- ODEGAARDS, Ornulv, “Emigration and Insanity: a Study of Mental Disease Among Norwegian Born Population in Minnesota”, *Acta Psychiatr et Neurol*, núm. 7, 1932.
- OMS, *Informe mundial sobre salud mental: transformar la salud mental para todos. Panorama general*, Ginebra, OMS, 2022, disponible en: <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240050860>.

- PÁVEZ SOTO, Iskra, “La niñez en las migraciones globales: perspectivas teóricas para analizar su participación”, *Tla-Melaua. Revista de Ciencias Sociales*, nueva época, México, año 10, núm. 41, 2017.
- PÁVEZ SOTO, Iskra, “Sociología de la infancia: las niñas y los niños como actores sociales”, *Revista de Sociología*, Chile, núm. 27, 2012.
- REDODEM, *Migrantes en México: recorriendo un camino de violencia. Informe 2016*, México, Redodem, 2017.
- RETAMAL, Pedro, *Depresión. Guías para el paciente y la familia*, Santiago de Chile, Editorial Universitaria, 1998.
- SALABERRIA IRISAR, Karmele y VALLE SÁNCHEZ HARO, Analía del, “Estrés migratorio y salud mental”, *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, España, vol. 25, núm. 2, 2017.
- TAYLOR, Richard *et al.*, “Suicide in Urban New South Wales, Australia 1984-1994: Socio-Economic and Migrant Interactions”, *Soc Sci Med*, núm. 47, 1999.
- TREVIZAN, Elena, *Resiliencia. Revisión bibliográfica* (curso virtual interdisciplinario a distancia. Salud mental, Psicología y psicopatología del niño, el adolescente y su familia. Director Héctor S. Basile), Argentina, 2008, disponible en: <http://www.psicoadolescencia.com.ar/docs/1/final119.pdf>.
- U. S. DEPARTMENT OF STATE, “Trafficking in Persons Report”, *U. S. Department of State*, 2014, disponible en: http://www.state.gov/j/tip/rls/tiprpt/2014/?utm_source=NEW+RESOURCE:+Trafficking+in+Persons+R.
- USAGOV, *Salud mental: cómo reconocer que hay un problema y dónde encontrar Ayuda*, USAGov, 2020, disponible en: <https://www.usa.gov/espanol/novedades/salud-mental-como-reconocer-que-hay-un-problema-y-donde-encontrar-ayuda>.
- VALES, Lisandro, “Psicobiología del estrés”, en LEIRA PERMUY, María Sol (coord.), *Manual de bases biológicas del comportamiento humano*, Uruguay, Universidad de la República, 2012, pp. 179-197.
- VILLASEÑOR BAYARDO, Sergio Javier *et al.*, *Manual para la atención a la salud mental de indígenas migrantes*, México, Editorial Página Seis, 2016.