



**LOS LIBERTADORES**  
FUNDACIÓN UNIVERSITARIA  
Acreditación Institucional en Alta Calidad



## **Impacto de la Migración en los Factores Psicosociales de los Migrantes Venezolanos en Relación con su Estatus Migratorio**

Laura Valentina Rodríguez Gómez  
Andrea Catalina Lara Camargo

Docente:  
Rocío Venegas Luque

Fundación Universitaria Los Libertadores  
Facultad de Psicología  
Bogotá D.C., Colombia  
Diciembre 2023

## **Agradecimientos**

A nuestros familiares, padres y hermanos porque con constancia, cuidados y amor nos han acompañado durante todo el proceso formativo.

A los docentes, por ser guías durante cada una de las etapas de esta investigación y por compartírnos sus conocimientos para culminar de manera exitosa esta investigación.

A los participantes de la investigación, que nos compartieron con amabilidad y apertura sus experiencias en medio del proceso migratorio y nos permitieron ampliar el conocimiento sobre este suceso histórico.

A nuestras compañeras de profesión, Daniela Cárdenas y Laura Rojas por sus aportes iniciales y la compañía en medio del proceso formativo

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo identificar las características psicosociales del proceso migratorio de los venezolanos a Colombia contemplando su estatus migratorio regular o irregular en el país. Se implementó un método cualitativo narrativo con una muestra de seis personas provenientes de Venezuela, mayores de edad y que habían migrado de su país desde el 2018 o años posteriores a este. Dichos participantes fueron contactados mediante una estrategia intencional de muestreo no probabilístico, donde se aplicó una entrevista semi estructurada. Los resultados muestran que los participantes tuvieron experiencias disímiles en las distintas etapas del proceso migratorio teniendo en cuenta el motivo de la migración, el proceso de legalización para poder migrar desde Venezuela a Colombia y como lo anterior afectó en menor o mayor medida los procesos psicosociales de adaptación en el nuevo país. Sin embargo, todos sufrieron algún tipo de malestar subjetivo asociado a sentimientos de tristeza, frustración, miedo, soledad y nostalgia.

**Palabras clave:** migración, implicaciones psicosociales, estatus migratorio, adaptación.

## ABSTRACT

The objective of this research was to identify the psychosocial characteristics of the migration process of Venezuelans to Colombia, considering their regular or irregular immigration status in the country. A qualitative narrative method was implemented with a sample of six people from Venezuela, of legal age and who had migrated from their country since 2018 or years after this. These participants were contacted through an intentional non-probabilistic sampling strategy, where a semi-structured interview was applied. The results show that the participants had dissimilar experiences in the different stages of the migration process taking into account the reason for migration, the legalization process to be able to migrate from Venezuela to Colombia and how the above affected to a lesser or greater extent the psychosocial processes of adaptation in the new country. However, all of them suffered some type of subjective discomfort associated with feelings of sadness, frustration, fear, loneliness and nostalgia.

**Key words:** migration, psychosocial implications, immigration status, adaptation.

## Tabla de contenido

<b>1. Introducción</b> .....	6
<b>2. Planteamiento del problema</b> .....	7
<b>2.1 Antecedentes</b> .....	11
<b>3. Justificación</b> .....	19
<b>4. Objetivos</b> .....	22
<b>4.1 Objetivo general</b> .....	22
<b>4.2 Objetivos específicos</b> .....	22
<b>5. Marco Teórico</b> .....	23
<b>5.1 Fenómeno Migratorio</b> .....	23
<b>5.2 Tipos de migración</b> .....	24
<b>5.3 Estatus Migratorio</b> .....	24
<b>5.4 Desplazamiento de la población venezolana a Colombia</b> .....	25
<b>5.5 Factores Psicosociales</b> .....	26
<i>5.5.1 Ciclo vital del Migrante</i> .....	26
<i>5.5.2 Factores emocionales</i> .....	27
<i>5.5.3 Adaptación cultural y social en Colombia</i> .....	29
<b>5.6 Mecanismos de abordaje de la salud mental</b> .....	30
<i>5.6.1 Migración Colombia:</i> .....	30
<i>5.6.2 ACNUR:</i> .....	31
<i>5.6.3 Cruz Roja Colombiana:</i> .....	32
<i>5.6.4 Organizaciones no Gubernamentales (ONG):</i> .....	33
<b>6. Metodología</b> .....	34
<b>6.1 Tipo de investigación</b> .....	34
<b>6.2 Diseño de Investigación</b> .....	34
<b>6.3 Criterios de Inclusión</b> .....	35
<b>6.4 Criterios de Exclusión</b> .....	35
<b>6.5 Muestra y Muestreo</b> .....	35
<b>6.6 Población</b> .....	36
<b>6.7 Instrumento Metodológico / Relatos de vida</b> .....	37
<b>6.8 Procedimiento</b> .....	37
<i>6.8.1 Etapa de recolección de datos:</i> .....	37
<i>6.8.2 Etapa de análisis e interpretación:</i> .....	37

<b>7. Resultados</b> .....	38
<b>7.1 Fenómeno Migratorio</b> .....	38
<b>7.2 Tipos de Migración</b> .....	39
<b>7.3 Factores Psicosociales</b> .....	40
<b>7.4 Determinantes de la migración en la población venezolana</b> .....	50
<b>7.5 Mecanismos de abordaje de la salud mental</b> .....	65
<b>8. Conclusión de resultados</b> .....	70
<b>9. Referencias</b> .....	75
<b>10. Anexos</b> .....	82
<b>10.1 Cuestionario</b> .....	82
<b>10.2 Consentimiento</b> .....	84
<b>10.3 Matrices de codificación</b> .....	87
<b>10.4 Derechos de proyecto</b> .....	87

## 1. Introducción

La migración desde Venezuela a Colombia y al resto de los países latinoamericanos es un fenómeno demográfico que ha tomado por sorpresa a todos los países de la región. De acuerdo con la Organización Internacional para las Migraciones (OIM), la agencia de la Organización de las Naciones Unidas (ONU), el Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR) y los países de América Latina y del Caribe, albergan aproximadamente de 2,4 millones de personas refugiadas y migrantes de Venezuela, mientras que otras regiones albergan a los restantes 600.000. El reto inicial para generar los planes de respuesta de los países receptores consistió en dimensionar, en tan poco tiempo, la cantidad de personas dentro de los flujos migratorios. Según Migración Colombia, durante el 2020 el país acogió a 1.488.373 venezolanos y más de 500.000 colombianos retornados desde Venezuela, así mismo fueron reportados al Ministerio de Salud y Protección Social 3.555.717 atenciones en salud a venezolanos dentro de la red pública (Ruíz y Rodríguez, 2020).

Cabe aclarar que el emigrar es algo más que trasladarse de un lugar a otro, es probable que las personas afectadas por este fenómeno dejen atrás a sus familias al buscar mejores condiciones de vida y se enfrenten al cambio, se sientan solas, tengan que adaptarse por completo a un lugar desconocido y vivan en la incertidumbre enfrentando así una nueva realidad (Jesuits, s.f.).

Ahora bien, en el proceso de migración existen dos formas de ingresar al país, de manera legal o ilegal, el primer modo probablemente, permite a la población venezolana tener mayor acceso a oportunidades laborales y mejores condiciones de vida, debido a los permisos especiales que este le concede, no obstante, otros individuos ingresan de una manera ilegal al país, en cualquiera de las dos situaciones, los migrantes podrían pasar por

condiciones precarias de vida como oportunidades de trabajo mal remunerados y situaciones que deriven en posibles riesgos psicosociales, lo cual afectaría aún más su experiencia en Colombia.

Esta investigación realizará un estudio que se centra en la evaluación del estado psicosocial debido al fenómeno migratorio en los ciudadanos venezolanos legales e ilegales en un rango de 20 a 60 años, que se encuentren en la ciudad de Bogotá o municipios aledaños a la capital colombiana como Zipaquirá, desde el año 2018 hasta la actualidad.

Para lo anterior, se llevó a cabo la entrevista narrativa como herramienta de recolección de datos y el relato de vida como método típico de investigación.

## **2. Planteamiento del problema**

La migración es significativa en varios países de América del Sur, especialmente en los países de América Central y del Caribe, donde se estima que casi cuatro de cada cinco migrantes residen en otro país de esta subregión de las américas (79%). (ONU DAES, 2020, como se citó en OIM 2022). La representación de la población migrante internacional fue de un 7,2% de la población total a mediados de 2020, lo que es el doble del problema mundial e indica la importancia de la migración en la región.

En Latinoamérica es un fenómeno de mucho tiempo atrás, y que, en el caso de Venezuela, surge poco a poco desde mediados de los años 90 y toma mucha más fuerza a partir del año 2013, sintiéndose los efectos de la administración con respecto a los precios del petróleo en la economía nacional de ese país (Salgado et al, 2018, como se citó en Montero-Medina y Delfino, 2021). Es así como la crisis venezolana no es únicamente política y económica, sino también migratoria, resultado del gran flujo de salida de ciudadanos venezolanos hacia otros países, principalmente latinoamericanos, provocando

que este tema sea incluido en las agendas políticas de muchos de los países receptores y a su vez de organismos como la Unión de Naciones Suramericanas (UNASUR) y el Mercado Común del Sur (MERCOSUR) (Salgado et al., 2018, citado por Montero-Medina y Delfino, 2021).

Teniendo en cuenta lo anterior y el enfoque sobre la población venezolana, según Asociación Profamilia y Oficina de los Estados Unidos de Asistencia para Desastres en el Extranjero (OFDA-USAID, 2020, p.47), en Colombia se encontraban para la fecha alojados 1.630.903 migrantes venezolanos, entre los cuales 719.189 tenían estado regular y 911.714 se encontraban como migrantes irregulares, en donde el 52% de la población eran hombres y el 48% mujeres.

Es así, como se comprende que, en la capital colombiana, Bogotá, se albergan más del 20% de la población migrante venezolana que corresponde a un aproximado de 500 mil ciudadanos (Cable News Network, 2022).

Así mismo, en el departamento de Cundinamarca, se reconoce que el municipio de Zipaquirá cuenta con 100.038 habitantes de acuerdo al reporte de la página de municipios colombianos (2023), del mismo modo según el Observatorio de dinámicas urbano-regionales (ODUR, 2022), se identifica que se alojan alrededor de 8.384 migrantes venezolanos.

Frente a lo anterior, la migración se ha constituido en una problemática compleja y de difícil abordaje pues, pese a tener un impacto colectivo, también tiene implicaciones en la subjetividad de los migrantes, teniendo consecuencias en su salud mental (Montero-Medina y Delfino, 2021).

Para Ruiz y Rodríguez (2020), las más importantes migraciones humanas han tenido su origen en situaciones caóticas que impulsaron a las personas a movilizarse en



masa de un lugar a otro, lo que, por un lado, habla de una gran angustia previa a la que los migrantes se enfrentan, y, por otro lado, muestra su empuje al movimiento y búsqueda de un cambio para mejorar sus condiciones de vida, situación que en sus países de origen resulta imposible. Estos elementos están asociados directamente con el estado de salud mental individual con el que cuenta el migrante, durante todo el proceso de su desplazamiento; pero también, y de manera preponderante, con la importancia que se le brinda a la salud mental como eje psicosocial transversal del estudio y abordaje de la migración forzada en las agendas institucionales, así como de su consideración en las políticas migratorias a nivel mundial.

Sin duda, la migración venezolana, es un proceso que conlleva a los migrantes a ciertas repercusiones a nivel psicosocial tal como la adaptación a una nueva cultura, la creación de nuevas redes de apoyo o establecer una fuente de sustento económico, entre otros factores. A su vez, estas situaciones generan un impacto en la salud mental de los migrantes que experimentan diferentes emociones como puede ser el estrés y la ansiedad.

Por otro lado, para la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), la salud mental se define como “un estado de bienestar en el cual la persona es consciente de sus propias capacidades puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad”. Cabe destacar que la salud mental no es “solamente la ausencia de una enfermedad mental detectable, sino un estado de bienestar en el cual el individuo desarrolla sus propias habilidades puede trabajar productiva y satisfactoriamente y es capaz de contribuir con su comunidad”

Una de las perspectivas centrales que relacionan las problemáticas de salud mental con la migración, se asocian al modelo de estrés de Pearlin de 1989, en el cual se considera

la migración como un evento estresante, que pone a prueba las herramientas psíquicas con las que cuentan los individuos (Bojórquez, 2015).

De acuerdo con lo anterior, se ha visto en algunas investigaciones basadas en la salud mental de migrantes venezolanos el incremento de afectaciones en su estado psicológico, tal como se evidencia en el estudio de Montero-Medina y Delfino (2021), *Salud Mental y Migración. Un estudio Cualitativo*, el cual sustenta entre las afectaciones de salud mental en la población venezolana que “... se exponen la relación entre la culpa, la tristeza y la vulnerabilidad en los migrantes, aspectos que se ven marcados por el rol de dirección de la familia. La culpa sirve como una manera de simbolizar la situación actual. Los migrantes dirigen toda su tristeza, culpa y aspectos vulnerables a sus familias e hijos, evitando reconocerlas como propias. Esto ha producido sentimientos de miedo, depresión y ansiedad, así como sintomatología relacionada con problemas del ánimo, insomnio y problemas para relacionarse socialmente en las comunidades de inserción.”

Según lo anterior, y con la llegada de la población migrante venezolana y sus necesidades en salud, incluyendo la salud mental; se ha exacerbado las dimensiones de los problemas previos del sector salud en Colombia, tales como la fragmentación de la atención en salud, los incentivos perversos a la atención de la enfermedad y sus complejidades, demoras en la asignación de citas médicas, descontento del recurso humano en cuanto a condiciones laborales, mal manejo de recursos para la atención de ciertos eventos de alto costo e inequidad en el acceso a la atención primaria en salud, de manera que la percepción de este está afectada por un contexto en crisis, que se suma a la crisis humanitaria de los flujos mixtos migratorios (Ruiz y Rodríguez, 2020).

Aunado a esto, debe comprenderse la carga en salud mental que conlleva el fenómeno de la migración en la vida de las personas; desde lo individual a lo colectivo:

-Afectando la vida social, relacional y emocional: acompañado de sentimientos de miedo, rabia e incertidumbre.

-Pérdidas en términos materiales y simbólicos.

-Ausencia de redes de apoyo, donde lo cotidiano obliga a resolver situaciones urgentes, tales como, necesidades básicas, la seguridad y la recuperación de la estabilidad, entre otras.

Como resultado, esto puede generar en la población pérdida del control sobre su propia vida, falta de proyección hacia el futuro, afectando su calidad de vida y su bienestar. En este sentido, se reconoce cómo la migración en Colombia ha generado una serie de situaciones de emergencia en salud pública, entre ellas en salud mental, la cual puede variar según su estatus migratorio, dado que su estado de legalización, surge en esta investigación como incógnita de una probable dificultad durante el proceso migratorio debido a las condiciones experimentadas, teniendo en cuenta que de manera presunta, los migrantes en condición de ilegalidad pueden atravesar por condiciones difíciles durante su proceso migratorio a comparación de los venezolanos en estado de legalidad.

Por lo tanto, el anterior planteamiento genera la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son los factores psicosociales que se encuentran involucrados en el impacto de la migración venezolana de acuerdo su estatus de legalidad?

## **2.1 Antecedentes**

La investigación en torno al tema de los efectos en la salud mental de las personas ha tenido gran relevancia en distintas investigaciones alrededor del mundo, sin embargo, los factores que conciernen a la misma son distintas y por tal motivo el desarrollo investigativo ha tenido que separar y especificar su foco de atención. Uno de estos factores y poblaciones investigadas hacen referencia a los migrantes venezolanos, donde los

estudios en general señalan las implicaciones que tiene el trabajo forzado, las precariedades en el sector salud y laboral, la discriminación, principalmente relacionadas con el fenómeno migratorio. A continuación, se presentan algunos de los estudios más representativos y de referencia para la presente investigación.

Ruiz y Rodríguez (2020), realizaron un estudio titulado *“Percepción de las necesidades en salud mental de población migrante venezolana en 13 departamentos de Colombia. Reflexiones y desafíos”*, la cual tenía como objetivo identificar las necesidades en salud mental de población migrante venezolana de los departamentos priorizados por la Organización Internacional para las Migraciones (OIM) en Colombia, donde se realizó una encuesta de preguntas abiertas a 59 profesionales en humanidades, ciencias sociales y de la salud, quienes trabajan con la OIM en los territorios priorizados.

Los resultados arrojan que las necesidades más significativas de la población migrante son el acceso a servicios (4%), seguida a la necesidad de vivienda digna (5%), la atención en salud mental (10%). Entre otras se encuentran, alimentación y empleo, rutas de atención, acompañamiento psicosocial y la construcción de un proyecto de vida. Los problemas en salud mental más comunes fueron el consumo de sustancias psicoactivas, así como distintas formas de violencia. Se reportan como principales trastornos mentales la ansiedad (9,8%), la depresión (8,8%), el consumo de sustancias psicoactivas (6,25) y en el estado de ánimo resaltaron, el estrés (2,1%) y llanto (1,0%). Se concluye así que la migración ha afectado la salud mental de miles de personas, principalmente en términos de bienestar y buen vivir, las afectaciones no se reducen exclusivamente a los problemas o los trastornos mentales, sino que corresponden a situaciones como en el sentido de vida, la posibilidad de autonomía, desarrollo y capacidad de agencia de los sujetos.

Benoit Mougenot et al., (2021) realizaron un estudio titulado *“Inmigración, discriminación percibida y salud mental: evidencia de población venezolana residente en Perú”* donde los objetivo evaluar la asociación entre discriminación auto percibida y problemas de salud mental en la población venezolana residente en Perú, en el que se llevó a cabo la realización de una encuesta llamada “Encuesta de población venezolana residente en Perú (ENPOVE-2018)”, diseñada por el instituto nacional de Estadística de Informática del Perú, la cual incluyo una muestra urbana representativa a nivel nacional de seis regiones peruanas(Tumbes, La Libertad, Arequipa, Cusco, Lima y Callao) las cuales fueron seleccionadas por presentar los mayores flujos de migración venezolana. La encuesta se aplicó a 3611 hogares y 9487 venezolanos residentes en Perú, incluyendo solo a la población en edad laboral (mayores de 14 años), y se recopilaron datos sobre varias dimensiones del bienestar de la población venezolana, como la demografía, el estatus socioeconómico, el estatus migratorio, la discriminación y las características de la violencia.

Los resultados del estudio indicaron que de la muestra final el 39% ha percibido discriminación por su condición migratoria, y el 6,3% reporto al menos un problema de salud mental relacionado con el miedo, la ira, la ansiedad o el estrés. Se encontró una asociación significativa entre los problemas de salud mental y la discriminación auto percibida, ya que, los venezolanos que perciben ser discriminados mostraron una mayor prevalencia de problemas de salud mental que sus contrapartes no discriminadas, además, encontraron una asociación significativa entre los problemas de salud mental y el sexo; las venezolanas reportaron una mayor prevalencia de problemas de salud mental que sus contrapartes masculinas.

La investigación “*Salud mental de la población inmigrantes en Cuenca*”, es un estudio transversal descriptivo y exploratorio realizado por Metellos (2019), donde se tenía como objetivo conocer el estado de salud mental de los inmigrantes de la ciudad de Cuenca. La muestra estaba constituida por 73 inmigrantes de 18 a 65 años que acudían a la Casa del Migrante, a quienes se les aplicaron una ficha socio demográfica y las escalas SWLS, PSS-14, PHQ. Los resultados reportan que la mayoría de los participantes presentan una buena salud mental. Se identificó que el 17,8% presentaron síntomas de ansiedad, 11% síntomas somáticos, 12,3% de depresión, 15.1% una alta tendencia de insatisfacción y un 5,5% de ellos mostraron niveles medios de estrés.

Los autores concluyen que el fenómeno migratorio se encuentra asociado con cambios socioculturales y el duelo migratorio, lo cual puede causar en sintomatología clínica o malestar psicológico, sin embargo, los resultados de esta investigación rechazan esta idea y son compatibles con otras investigaciones en las que encontraron tasas bajas de patología psiquiátrica, se tiene en cuenta entonces, que aquellas personas que han percibido algún tipo de discriminación tienen un mayor nivel de sintomatología depresiva en comparación a quienes no han sentido discriminación.

Montero-Medina y Delfino (2021), desarrollaron un estudio titulado “*Salud mental y migración. Un estudio cualitativo*”, cuyo objetivo era comprender el impacto de la migración en la salud mental de venezolanos residentes en Quito-Ecuador, a partir de sus historias de vida, tomando a seis participantes, mujeres y hombres mayores de edad. Se generaron categorías de estudio en torno a los elementos asociados con el impacto psíquico de la migración, para posteriormente realizar un análisis de discurso. Este análisis permitió realizar un proceso de codificación que tuvo como resultado las siguientes categorías principales: “rol materno y paterno”, “condiciones vulnerables”, “inserción comunitaria”,

“duelo”; y, “sentimientos de culpa y depresión”. Se concluyó entonces, que los elementos que han permitido a los migrantes simbolizar sus vivencias, se relacionan con sintomatología del estado de ánimo, insomnio y melancolía; lo que ha tenido consecuencias en la inserción de los participantes en el país de acogida y dificultades para relacionarse efectivamente con los miembros de la nueva cultura.

Cubillos et al., (2020) desarrollaron un estudio titulado “*Migración de venezolanos a Florida Central, Estados Unidos. Aspectos relacionados con la percepción de condiciones y necesidades de salud mental en 2019*”, donde se utilizó un enfoque fenomenológico cualitativo con inmigrantes venezolanos ubicados en Florida Central, Estados Unidos, para explorar las percepciones relacionadas con la salud mental. Se obtuvo información sobre las expectativas y experiencias relacionadas con su viaje, las relaciones sociales y familiares, y el contexto socioeconómico en el que se perciben a sí mismos, así como información relacionada con sus reacciones emocionales, físicas, y cognitivas antes, durante, y después de migrar. Cuatro de cada cinco personas migrantes indicaron estrés, y tres de cada cinco reportaron una tristeza o frustración significativa y manifestaron que no tienen control sobre su realidad actual, y cuatro de cada cinco participantes informaron sentimientos de aislamiento desde su llegada a Florida.

Los resultados de este estudio arrojaron que para el 56 % de los migrantes venezolanos que formaron parte de este estudio, los motivos familiares fueron el principal factor por el cual decidieron salir del país, dado que aspiran a mejorar las condiciones de vida de sus hijos, el poder enviar dinero a familiares y la necesidad de dar aportes a otros familiares (a través de alimentos y ropa), adicionalmente se encontró que 4/5 venezolanos participantes del estudio manifestaron haber sentido estrés, 3/5 manifestaron haber presentado estas sensaciones de tristeza, la ira y la frustración y por último 4/5

manifestaron tener sentimientos de soledad, concluyendo finalmente que la percepción y manifestación de estos sentimientos que expresaron los participantes en este estudio, pone en evidencia que ellos relacionan, identifican y verbalizan algunas de estas manifestaciones emocionales de problemas de estrés y problemas de salud mental con su proceso migratorio (Cubillos et al., 2020).

Arévalo (2021), realizó una investigación la cual tituló “*Perdón y salud mental en migrantes venezolanos*” donde su objetivo era establecer la relación entre perdón con satisfacción con la vida migrante, cogniciones irracionales postraumáticas y bienestar psicológico en migrantes venezolanos mayores de 18 años radicados en la ciudad de Riohacha. La investigación se desarrolló con un diseño no experimental de tipo transversal correlacional, donde a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia se seleccionaron 200 migrantes venezolanos en la ciudad de Riohacha, de los cuales el 81% son mujeres y el 19% hombres, el 40% está en edades entre los 26 y 40 años, y el 50% llevan entre 1 y 3 años de haber migrado; cabe anotar que de estos el 53% están en situación irregular en Colombia.

Los resultados de la investigación muestran que existen correlaciones significativas entre las dimensiones del perdón y bienestar psicológico, sin embargo, no existen con las demás variables de estudio, por lo que se afirma que estas últimas son independientes entre sí. Estos pueden aportar a la construcción de estrategias y programas de intervención que ayuden a dar respuesta a la crisis humanitaria en Colombia, concluye a su vez, que existe una correlación positiva entre las dimensiones del perdón con las dimensiones del bienestar psicológico y con la dimensión de cogniciones negativas sobre el mundo; sin embargo, no hubo correlación de las dimensiones de perdón propio y perdón a las circunstancias con satisfacción con la vida migrante, solo hubo una correlación muy baja con la dimensión de



perdón a otros; y dos de las dimensiones de cogniciones irracionales postraumáticas: cogniciones negativas sobre sí mismo y auto culpa.

La investigación “*Dimensiones para abordar la salud mental en el contexto de la migración. Revisión de literatura científica entre 2016 y 2019*” realizada por Rubio (2020), tiene como objetivo revisar la literatura científica reciente sobre la articulación de las categorías de salud mental y migración, donde se revisaron 36 artículos científicos publicados entre 2016 y 2019. Las publicaciones fueron seleccionadas mediante un proceso sistemático de búsqueda de literatura científica en las bases de datos Pubmed, Ebsco, Science Direct y Scielo. Se realizó un análisis cualitativo para caracterizar e identificar tendencias y particularidades en la investigación.

Como resultado se obtiene que la salud mental es abordada a partir de problemas, síntomas y enfermedades mentales, observando efectos diferenciales entre las situaciones previas a la migración y las posteriores, así como entre hombres y mujeres migrantes. Otros artículos hacen énfasis en las afectaciones particulares en la niñez y la adolescencia, o en el rol de los determinantes sociales en la migración. Finalmente, concluye que el fenómeno migratorio amerita una revisión crítica de la categoría de salud mental centrada exclusivamente en los problemas y trastornos mentales.

Brito y Gómez (2020), desarrollaron un estudio titulado “*Aspectos psicosociales que afectan los estados emocionales de los adolescentes migrantes venezolanos, del barrio villa del sur del Distrito Especial, Turístico y Cultural de Riohacha*”. Esta investigación busca analizar cuáles son los principales aspectos psicosociales que repercuten en las emociones de los adolescentes migrantes de nacionalidad venezolana que actualmente habitan en el barrio Villa del Sur del Distrito Especial, Turístico y Cultural de Riohacha y a su vez, diseñar estrategias que permitan mitigar los impactos generados por el proceso

migratorio. Los aspectos metodológicos implementados en esta investigación fueron de tipo cuantitativo, se aplicó un instrumento que fue medido a través de la escala tipo Likert.

Dentro de los resultados se encuentra que en cuanto a las emociones como el miedo, el 33% de la población estudiada casi siempre siente miedo al estar en un país totalmente desconocido para ellos, el 16% siempre experimenta temor por estar en Colombia debido a la migración a la que se vieron forzados, para la ansiedad el 31% de ellos algunas veces experimentan sudoración excesiva cuando comparten espacio con otras personas, por otro lado, el 50% de la población nunca ha sentido que su inseguridad se debe a las experiencias traumáticas que han vivenciado por su proceso migratorio, se concluye entonces que existen diversas consecuencias sociales, familiares culturales, educativas, que redundan en alteraciones psicológicas que generan un importante sufrimiento, el cual no es experimentado de la misma forma por todos, si no que varía según la historia personal de cada individuo, su acervo cultural, su personalidad, de las causas mismas que generaron el movimiento migratorio, de la percepción individual de las mismas, de la actitud del nuevo entorno y de las experiencias que se generen en éste.

El estudio *“El viaje migratorio y la salud mental: Evidencias de la migración forzada venezolana”* (Carroll, H., et.al, 2020), tiene como objetivo comprender sus decisiones, experiencias y viaje de migración, aplicando una encuesta a una muestra compuesta por 799 participantes entre hombres y mujeres. Obteniendo como resultado niveles elevados de depresión y ansiedad en los venezolanos que emigran a Perú. Por un lado, la prevalencia de depresión fue del 19 % y la de ansiedad del 23 %, que son tasas más altas que las encontradas en los estudios de prevalencia de la población mundial.

Se llega a la conclusión, que, aunque encontraron pocos factores relacionados con la pre-migración asociados con la incidencia de trastornos de salud mental, sí encontraron

varios factores del viaje migratorio relacionados con la salud mental. En consecuencia, en el contexto del desplazamiento forzado, las relaciones más complejas entre salud mental y migración parecen centrarse en torno a la experiencia del propio viaje migratorio.

### **3. Justificación**

Según la Comisión económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, s.f.), sostienen como definición de la ONU que “La migración es el cambio de residencia que implica el traspaso de algún límite geográfico y administrativo debidamente definido”. Si el límite que se cruza es de carácter internacional (frontera entre países), la migración pasa a denominarse “migración internacional”. Si el límite que se atraviesa corresponde a algún tipo de demarcación debidamente reconocida dentro de un país (entre divisiones administrativas, entre área urbana y rural, etc.), la migración pasa a denominarse “migración interna”.

Ahora bien, tal como indica la Organización Panamericana de la Salud (OMS-OPS, 2020), “El Instituto Nacional de Salud, en Reporte No 24 del Boletín del Fenómeno Migratorio, corte a 10 de noviembre/19 reporta 2 eventos de interés público en salud mental: I) intento de suicidio, con un total de 63 casos entre 2017 - 2019, indicando un incremento por encima del 100% de casos entre 2018 y 2019. II) violencia de género e intrafamiliar, con un total de 1172 casos reportados por el INS entre 2017 – 2019. Las tasas más altas en estas violencias están en Arauca, Norte de Santander y La Guajira.”

La migración interregional entre países de América Latina y El Caribe ha presentado un incremento alrededor de un 17% en forma general, a juicio de Castro-Escobar (2016). Algunas de las migraciones más importantes históricamente han sido la de paraguayos, bolivianos y peruanos hacia Argentina, y la de colombianos hacia Ecuador y

Venezuela (Organización Internacional para las Migraciones, OIM, 2012). A partir del año 2015, se empezó a documentar un flujo migratorio elevado de venezolanos en todo el territorio latinoamericano, y a nivel mundial. Según la Organización Internacional para las Migraciones (OIM), para el 2015 habían salido de Venezuela 606.281 personas, mientras que “el Banco Mundial sitúa esta cifra en 655.400 a través de su iniciativa Knomad” (Herrera et al., 2017, p.12, como se citó en Montero-Medina y Delfino, 2021)

En Colombia, según la Gran Encuesta Integrada de Hogares (GEIH), entre 2014 y 2020 se ha registrado un crecimiento sostenido del total de migrantes de Venezuela: la variación anual promedio de esta población ha sido de 80,6% y el mayor crecimiento se registra entre 2017 y 2018, donde la variación fue de 167,5%. De esta forma, para 2020 el total de migrantes de Venezuela alcanzará los 2,26 millones de personas. (DANE., 2021)

Dicho esto, cabe reconocer que la migración afecta la provisión de atención médica y plantea varios desafíos políticos y éticos. Cada sistema de salud de los países receptores de las américas enfrenta diversos desafíos relacionados con el fenómeno migratorio, el cual es dinámico y cambiante en cortos periodos de tiempo. En este marco, los países asumen posturas políticas de inclusión o cierre de servicios. Esto lleva a la población migrante a tomar decisiones sobre el destino a tomar, las formas de tránsito, las condiciones de partida y asentamiento. Del mismo modo, se asumen dimensiones éticas relacionadas con el bienestar de los sujetos migrantes, y se plantean preguntas sobre la distribución justa de recursos. (Ruíz y Rodríguez, 2020)

En Colombia, el sector salud reconoce una crisis previa a la migración, la cual incluye problemáticas como: la fragmentación de la atención en salud, los incentivos perversos a la atención de la enfermedad y sus complejidades, demoras en la asignación de citas médicas, descontento del recurso humano en cuanto a condiciones laborales, mal

manejo de recursos para la atención de ciertos eventos de alto costo e inequidad en el acceso a la atención primaria en salud. Sumado a esto, todos los actores del sistema reconocían la falta de recursos financieros para su sostenimiento. (Ruíz y Rodríguez, 2020)

Por lo anterior, se considera de gran importancia investigar sobre los efectos en la salud mental en el contexto de la migración Venezolana ilegal que ha surgido en los últimos 5 años, teniendo en cuenta que se considera que este grupo este posiblemente más vulnerable a impactos psicológicos como consecuencia de este fenómeno, debido a que su forma de migrar implicó más esfuerzos tanto físicos como emocionales y esto pudo generar secuelas más graves tales como síntomas de ansiedad, estrés, depresión, entre otros, a comparación de los migrantes Venezolanos legales, puesto que su llegada al país pudo ser una experiencia menos traumática tanto para ellos como para sus familias en caso de que hubieran migrado juntos.

Ahora bien, las afectaciones psicosociales presentes durante el proceso migratorio pueden llegar a ser experiencias complejas y constantes, las cuales llevaran a los individuos a hacer uso de todas las estrategias de afrontamiento que conozcan o tengan a su disposición. Por ello, se comprenden cuatro subcategorías que pueden verse afectadas, la identidad, la autonomía, la seguridad vital y la seguridad existencial, estas, se encuentran implicadas en las fases de preparación, del acto migratorio, del asentamiento y de su integración social. Redif (2007) citado por Castaño & Erazo (2008), menciona al respecto qué:

Al vulnerarse negativamente aspectos esenciales de la vida humana como la identidad, la autonomía, la estabilidad, la seguridad vital (vivienda, trabajo, alimentación) y la seguridad existencial, se provocan vivencias y sentimientos profundos de indefensión, miedo, angustia, sinsentido, rabia e impotencia (p. 7).

Cabe resaltar que, dentro de las revisiones realizadas en este estudio no se ha evidenciado un ejercicio comparativo entre la migración legal e ilegal junto a los efectos psicosociales que esta conlleva. Es así, que se espera de esta investigación, junto con los resultados lograr reconocer las características psicosociales que se pudieron ver afectadas, lo cual nos permitirá realizar una comparación entre los migrantes de acuerdo a su estatus y con ello, será posible promocionar y visibilizar las ayudas humanitarias que brindan las organizaciones de apoyo a los migrantes, siempre y cuando la comparación arroje diferencias significativas en sus áreas psicosociales.

## **4. Objetivos**

### **4.1 Objetivo general**

Comprender el impacto de la migración en los factores psicosociales de los migrantes venezolanos de acuerdo a su estatus migratorio.

### **4.2 Objetivos específicos**

1. Reconocer las características psicosociales de la población migrante venezolana.
2. Comparar el impacto en los factores psicosociales de la población migratoria venezolana según su estatus migratorio.
3. Visibilizar y promocionar los recursos de apoyo para el afrontamiento psicosocial que brindan las organizaciones, atendiendo las posibles afectaciones.

## **5. Marco Teórico**

Según Tizón García, San José y Salamero (1993), citados en Micolta (2005), las migraciones son el movimiento de personas a otro lugar de manera relativamente permanente o con la esperanza de establecerse en un nuevo territorio por un período de tiempo suficiente para continuar con las actividades diarias; usualmente, la ubicación suele ser en otro estado o país. Micolta (2005), agrega que trasladar o reubicar a una persona o grupo de personas está relacionado con la intención de satisfacer una necesidad o lograr mejoras en un nuevo destino.

La migración es un proceso multifactorial. Ciertos problemas como la falta de empleo, la falta de oportunidades, la pobreza, la persecución, la inseguridad, las crisis políticas o ideológicas y los estados con sistemas democráticos frágiles, son factores que crean las condiciones ideales para que se desencadene un proceso migratorio (Aruj, 2008a; García y Restrepo, 2019b).

### **5.1 Fenómeno Migratorio**

La migración, es un factor histórico y perdurable a través del tiempo y hasta la actualidad, se reconoce como un accionar mundial y su abordaje debe ser transdisciplinario para entender sus múltiples causas y efectos, incluyendo aquellos que pueden provocar cambios sociales significativos.

Aunque la migración ha existido desde tiempos prehistóricos, actualmente se ha convertido en un fenómeno complejo y desafiante debido a los cambios políticos, económicos, sociales y geográficos que han ocurrido en muchos países. De hecho, los procesos migratorios actuales son frecuentemente el resultado de diversas situaciones internas que enfrentan las naciones, tales como cambios en políticas gubernamentales, crisis de seguridad, guerras civiles, persecuciones políticas, recesión económica, entre otros. Por lo tanto, los problemas generados por estructuras políticas, sociales y económicas

débiles o cambiantes en los países de origen pueden restringir el crecimiento de los ciudadanos y afectar su bienestar y calidad de vida.

El fenómeno migratorio de ciudadanos venezolanos en los últimos años se ha caracterizado por la movilización masiva de personas, incluyendo ancianos, jóvenes, niños y familias enteras que han emigrado hacia diversas regiones y países alrededor del mundo. De acuerdo con el Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR), para finales del 2019, más de 4,5 millones de venezolanos habían abandonado su país y viajado principalmente hacia América Latina y el Caribe, ante lo cual, se reportó que, al finalizar este mismo año, más del 50% de los refugiados y migrantes venezolanos en Colombia se encontraban en situación irregular (ACNUR, 2020).

## **5.2 Tipos de migración**

La Organización Internacional para las Migraciones (OIM) ha establecido tres tipos de migración, basados en las tendencias globales actuales (2020). El primer tipo es la migración forzada, que se refiere a la situación en que las personas son forzadas a abandonar su lugar de origen debido a desastres naturales, violencia, conflictos, persecución en la que sus vidas corren peligro, hambruna, desastres químicos y otros casos similares. El segundo tipo es la migración voluntaria, que se refiere a las personas que se trasladan a otros lugares por motivos como turismo, trabajo o estudio. El tercer tipo es la migración temporal, que implica la mudanza a otro lugar por un período de tiempo limitado, con la intención de regresar a su lugar de origen en el futuro. Por último, está la migración permanente, que se produce cuando el migrante se establece de manera definitiva en el lugar de destino.

## **5.3 Estatus Migratorio**

El Ministerio de Salud y Protección Social (MINSALUD, s.f.b), describe en su Plan de Respuesta al fenómeno migratorio que hay seis categorías de estatus migratorio. El



primer grupo incluye a los colombianos que han regresado al país con sus familias debido a la situación social y política en Venezuela. El segundo grupo son los ciudadanos venezolanos que han ingresado de manera regular a Colombia por los puestos de control fronterizo. El tercer grupo incluye a los inmigrantes con Permiso Especial de Permanencia (PEP), quienes solicitan una extensión después de haber ingresado de manera regular. El cuarto grupo son los venezolanos en tránsito que portan la Tarjeta de Movilidad Fronteriza (TMF) y cruzan la frontera para comprar alimentos o visitar familiares. Sin embargo, esta tarjeta ya no se vence desde febrero de 2018, por lo que los venezolanos en esta situación deben registrarse nuevamente. El quinto grupo está compuesto por migrantes irregulares, que son venezolanos que ingresan al país sin cumplir con los requisitos de identificación y trámites migratorios exigidos por las autoridades.

Por último, el sexto grupo son los Pueblos Indígenas en territorios de frontera con Venezuela, que habitan más allá de las fronteras políticas y administrativas establecidas por los países, estas poblaciones requieren un enfoque diferencial en la atención que se les brinda, debido a que son venezolanos que ingresan al país sin cumplir con los requisitos de identificación y trámites migratorios exigidos por las autoridades y por dicha razón enfrentan mayores dificultades para acceder a servicios de salud y otros derechos. Se estima que hay alrededor de 140.000 personas en esta categoría. (MINSALUD, s.f. b)

#### **5.4 Desplazamiento de la población venezolana a Colombia**

De acuerdo al portal Bethany (s.f.), reconocida como organización humanitaria que trabaja en la protección y bienestar de niños, niñas y adolescentes en situaciones de vulnerabilidad, refiere que la grave crisis económica, social y política que experimenta Venezuela ha llevado a que millones de personas huyan del país con la esperanza de

encontrar un futuro mejor en otros destinos. El saldo de esta crisis es el mayor flujo migratorio del que se tenga registro en el hemisferio occidental en décadas.

El proceso de migración refiere un momento de transición desde el punto de partida hasta la llegada a su destino final. Es posible que algunos migrantes, tengan la idea inicial de que el traslado es temporal y que lograrán regresar a su lugar de origen lo más pronto posible, lo cual, puede ser un factor importante para la toma de decisión de partida. Es así, como se entiende que la duración del traslado varía dependiendo del medio de transporte con el que migren, ya sea terrestre, marítimo o aéreo, los cuales pueden ocurrir de forma directa o por etapas de traslado o combinación de los mismos.

Teniendo en cuenta lo anterior, se comprende que entre la migración directa y por etapas, la última pueda ser una experiencia más severa emocionalmente ya que se puede estar expuesto a eventos traumáticos y a condiciones de viaje no óptimas de manera física y psicológica.

## **5.5 Factores Psicosociales**

### ***5.5.1 Ciclo vital del Migrante***

A partir de los datos que Migración Colombia ha puesto a disposición del público, hemos podido ver que la migración de ciudadanos venezolanos hacia Colombia es un fenómeno que se da en gran medida entre los jóvenes mayores de edad. Así se observa que los venezolanos entre los 18 y los 30 años que viven actualmente en Colombia conforman el 36.25% (633.881) del total de los migrantes venezolanos residentes en el país.

Otras de las cifras ofrecidas por esta entidad indican que el 7% (134.839) son menores de cuatro años, el 16.24% (284.000) son niños y adolescentes (menores de 18 años y mayores de cuatro años), el 21%, 379.764 personas, son adultos jóvenes (de entre 30 y cuarenta años), el 15.5%, 270.994, son adultos de la mediana edad (de entre 40 y 60 años),

el 1.82% son personas entre los 60 y los 70 años, y un 0.76%, 13,265 personas, corresponde a población de la tercera edad, mayores de setenta años (Bethany, s.f.)

Los datos demográficos recogidos hasta la fecha indican que la necesidad de migrar ha afectado de manera muy similar a hombres y mujeres, con 863.610 mujeres venezolanas residentes en Colombia, siendo estas el 49,4 % del total de los migrantes y con 885106 hombres venezolanos residentes en el país, siendo ellos el 50,6% del total (Bethany, s.f.).

### ***5.5.2 Factores emocionales***

Es importante señalar que en este trabajo se considera que la migración debe estudiarse desde la mirada psicosocial, la cual se trata de asumir que la dimensión psicológica no se puede desligar del mundo social en el que viven los sujetos, de manera que los comportamientos y emociones de las personas se deben entender desde sus contextos. Por tal motivo, es necesario abordar los factores psicosociales presentes en la migración, es decir, investigar cómo el proceso de adaptación a la cultura e integración social en el país receptor incide en el bienestar psicológico de los migrantes.

Los factores emocionales y psicosociales según Gil-Monte (2009) son un conjunto de reacciones emocionales, cognitivas, fisiológicas y del comportamiento a ciertos aspectos negativos del contenido, la organización o del entorno de trabajo, Estos factores pueden, o bien facilitar la actividad, la calidad de vida laboral y el desarrollo personal o, por el contrario, pueden ser un obstáculo e interferir negativamente perjudicando la salud y el bienestar laboral. Cuando esto ocurre, se denominan factores de riesgo psicosocial porque tienen potencial para dañar la salud

La salud mental es un tema fundamental en la sociedad actual, y es importante para el bienestar emocional, psicológico y social de los individuos. La buena salud mental no solo se trata de la ausencia de trastornos mentales, sino que también implica un equilibrio

emocional, una capacidad para afrontar el estrés, relaciones sociales saludables y una sensación de bienestar y satisfacción general (Organización Mundial de la Salud, 2014a; Asociación Americana de Psiquiatría, 2020b).

En este contexto, la migración es un tema relevante que puede afectar la salud mental de los migrantes. La migración venezolana es un ejemplo de ello, ya que se trata de uno de los movimientos migratorios más grandes y complejos de los últimos años. Los migrantes venezolanos a menudo enfrentan una serie de desafíos que pueden afectar su bienestar emocional y psicológico, incluyendo la adaptación a una nueva cultura, la barrera del idioma, la discriminación, la incertidumbre en cuanto a su estatus migratorio y la falta de apoyo social y emotivo.

Frente a lo anterior, se traen a consideración algunos modelos y/o teorías de la salud mental que permiten comprender la influencia que puede tener la migración como proceso social en la salud mental.

Se comprende entonces para la migración al Modelo Ecológico de la salud mental cuando la misma se encuentra influenciada y afectada en diversos factores como el individual, lo interpersonal, lo comunitario y lo socioeconómico. (Bronfenbrenner, 1979)

Por otro lado, según el Ministerio de salud y de protección social de Colombia (MINSALUD, s.f.), el Modelo de determinantes sociales de la salud, desde el ámbito migratorio, sostiene que la salud de los individuos está influenciada por factores sociales, económicos y políticos que están fuera de su control, determinante que influye de gran manera en la salud mental y su capacidad de integrarse a la sociedad

A su vez, encontramos que la falta de apoyo social, la discriminación, la barrera del idioma, la incertidumbre y el aislamiento, son algunas experiencias estresantes que pueden afectar el bienestar psicológico de los migrantes, alterando así su salud mental, tomando

esto como el proceso de estrés aculturativo que implica ciertos desafíos para los individuos en el nuevo país (Vicario, 2013).

Por tanto, frente a la teoría anterior, se entiende que, en el proceso adaptativo, los migrantes pasan por un proceso de ajuste hacia la cultura y el entorno del país de destino, ante lo cual la adaptación migratoria puede ser un proceso difícil y puede estar influenciada por factores como la edad, el género, el nivel educativo y el estatus migratorio, ante esto la teoría de la adaptación migratoria sostiene que la salud mental puede verse afectada de gran manera (Bhugra, 2004).

En consecuencia, la teoría de la identidad migrante indicó que los migrantes pueden experimentar una pérdida de la identidad desde lo cultural, buscando entonces la manera de mantener su identidad étnica en su nuevo entorno (Schwartz et al., 2010).

### ***5.5.3 Adaptación cultural y social en Colombia***

Cuando un migrante se traslada a un nuevo territorio, experimenta cambios a nivel psicológico y social, que pueden generar niveles de estrés debido al proceso de adaptación al nuevo espacio social y cultural en el que se encuentra. Según Kerivan y Conn (2012), citados por Urzúa et al. (2017), este proceso puede afectar el bienestar psicológico, subjetivo y social de los migrantes venezolanos, ya que deben adaptarse a una nueva cultura y preocuparse por encontrar trabajo, vivienda y alimentos en poco tiempo, tanto para ellos como para sus familias. Al dejar atrás su familia, amigos, cultura, costumbres y formas de concebir el mundo, es probable que los migrantes venezolanos experimenten alteraciones en su bienestar psicológico y social.

Del mismo modo, al referirse a la integración o adaptación social es necesario tener en cuenta el concepto de redes de apoyo debido a su relación con la adaptación en el contexto del lugar receptor. Según Lin, Dean y Ensel (1986) citados en García-Cid et al

(2017), las redes de apoyo se definen como el conjunto de personas con las que un individuo tiene contacto y que le brindan ayuda se instrumental y/o expresivo, ya sea percibido o real, que proviene en su mayoría de la familia, amigos, comunidad y redes sociales más extensas.

García et al (2017), refiere que algunos estudios señalan la importancia de establecer y mantener buenas redes de apoyo para compartir las vivencias y los problemas personales característicos del proceso de adaptación a un nuevo lugar. Así mismo, se hace necesario que estas redes de apoyo tengan la capacidad de procurar la ayuda requerida para generar efectos positivos en la salud y en la valoración del bienestar global.

Además, el estatus migratorio de los migrantes venezolanos también puede influir en su salud mental, los que tienen un estatus migratorio incierto o que enfrentan dificultades para obtener el estatus legal pueden sentirse inseguros y vulnerables. También pueden tener dificultades para acceder a los servicios de salud mental y otros servicios básicos.

## **5.6 Mecanismos de abordaje de la salud mental**

En Colombia, existen varios programas y organizaciones que brindan ayuda psicológica a los migrantes venezolanos. Algunas opciones que podrían ser de utilidad son:

### ***5.6.1 Migración Colombia:***

Migración Colombia es la autoridad encargada de la gestión migratoria en el país. Si bien no brindan atención psicológica directa, a través de su programa "Atención Integral al Migrante", ofrecen asistencia en temas relacionados con el bienestar psicosocial de los migrantes. (Migración Colombia, 2023)

El objetivo principal del Programa de Atención Integral al Migrante (PAIM) es ofrecer una respuesta integral y coordinada a las necesidades de los migrantes, abordando

aspectos como la regularización migratoria, el acceso a servicios básicos, la asesoría legal, la atención en salud y la inclusión social. El programa está orientado a brindar apoyo tanto a migrantes en situación regular como a aquellos en situación irregular. (Migración Colombia, 2023)

En términos de atención psicosocial, el programa busca abordar las necesidades emocionales y psicológicas de los migrantes, teniendo en cuenta los desafíos y situaciones difíciles que puedan estar enfrentando. A través de actividades de orientación y apoyo, se busca fortalecer la resiliencia de los migrantes y promover su bienestar mental. (Migración Colombia, 2020)

#### **5.6.2 ACNUR:**

El Alto Comisionado de las Naciones Unidas para Refugiados (ACNUR, s.f.), es una agencia de las Naciones Unidas que trabaja para proteger y asistir a los refugiados y solicitantes de asilo en todo el mundo. En Colombia, esta agencia tiene una presencia significativa y brinda apoyo psicosocial a los migrantes venezolanos.

Allí se pueden encontrar los siguientes servicios:

*Evaluación y asesoramiento:* ACNUR suele contar con profesionales capacitados en salud mental y apoyo psicosocial que evalúan las necesidades emocionales y psicológicas de los migrantes venezolanos. Realizan entrevistas y evaluaciones para comprender los desafíos y las dificultades a las que se enfrentan, y proporcionan orientación y asesoramiento individualizado (UNHCR, 2021).

*Apoyo emocional:* Los equipos de ACNUR brindan apoyo emocional a los migrantes, creando espacios seguros y confidenciales donde pueden expresar sus preocupaciones, miedos o traumas. Esto puede incluir escuchas activas, validación de sus

experiencias y proporcionarles herramientas para afrontar el estrés y la ansiedad (UNHCR, 2021).

*Grupos de apoyo:* ACNUR puede facilitar la formación de grupos de apoyo, donde los migrantes venezolanos pueden conectarse con otros en situaciones similares. Estos grupos proporcionan un entorno de apoyo mutuo, donde pueden compartir experiencias, aprender estrategias de afrontamiento y fortalecer su resiliencia (UNHCR, 2021).

*Actividades recreativas y culturales:* ACNUR también puede organizar actividades recreativas, culturales y comunitarias que promueven la participación y el bienestar de los migrantes. Estas actividades pueden incluir talleres de arte, música, danza u otras formas de expresión creativa que ayudan a aliviar el estrés y fomentan la integración social (UNHCR, 2021).

### **5.6.3 Cruz Roja Colombiana:**

La Cruz Roja Colombiana es una organización humanitaria que brinda asistencia en diversas áreas, incluyendo la salud mental y el apoyo psicosocial. A través de sus programas, proporcionan atención psicológica a personas afectadas por la migración, estos pueden incluir:

*Evaluación y apoyo individualizado:* Los profesionales de la Cruz Roja pueden realizar evaluaciones psicológicas y brindar apoyo individualizado a los migrantes, ayudándoles a enfrentar los desafíos emocionales y psicosociales relacionados con la migración (Cruz Roja Colombiana, 2020).

*Grupos de apoyo:* La organización puede establecer grupos de apoyo donde los migrantes venezolanos pueden compartir experiencias, recibir apoyo mutuo y aprender estrategias para afrontar el estrés y la adaptación a su nueva situación (Cruz Roja Colombiana, 2020).



*Talleres y capacitaciones:* La Cruz Roja Colombiana puede ofrecer talleres y capacitaciones relacionadas con la salud mental, el manejo del estrés y la promoción del bienestar emocional. Estos talleres brindan herramientas y recursos prácticos para ayudar a los migrantes a cuidar su salud mental (Cruz Roja Colombiana, 2020).

#### **5.6.4 Organizaciones no Gubernamentales (ONG):**

Existen varias ONG en Colombia que se dedican a brindar apoyo a los migrantes venezolanos. Algunas de ellas son la Fundación Renacer, quien implementa programas y servicios que abordan las necesidades psicológicas y emocionales de los migrantes venezolanos. Estos programas pueden incluir:

*Evaluación y asesoramiento individualizado:* La Fundación Renacer cuenta con profesionales capacitados en salud mental que brindan evaluaciones psicológicas y asesoramiento individualizado a los migrantes venezolanos. Estas evaluaciones ayudan a identificar las necesidades emocionales y psicológicas específicas de cada persona y proporcionan orientación personalizada (Fundación Renacer, 2019).

*Terapia individual y grupal:* La organización puede ofrecer terapia individual y grupal a los migrantes venezolanos, brindando un espacio seguro para que expresen sus preocupaciones, traumas y desafíos emocionales. La terapia individual se enfoca en atender las necesidades personales, mientras que la terapia grupal fomenta el apoyo mutuo y el intercambio de experiencias entre los participantes (Fundación Renacer, 2019).

*Talleres y capacitaciones:* La Fundación Renacer puede organizar talleres y capacitaciones sobre temas relacionados con la salud mental, el manejo del estrés, la resiliencia y otras habilidades psicosociales. Estos talleres brindan herramientas prácticas para ayudar a los migrantes a enfrentar los desafíos emocionales y adaptarse a su nueva realidad (Fundación Renacer, 2019).

*Acompañamiento psicosocial:* La organización puede brindar un acompañamiento psicosocial continuo a los migrantes venezolanos, proporcionando apoyo emocional, seguimiento y orientación en su proceso de adaptación y resiliencia (Fundación Renacer, 2019).

## **6. Metodología**

### **6.1 Tipo de investigación**

De acuerdo a los factores que se pretenden analizar en el presente estudio, se considera la misma como una investigación cualitativa. Tal como indica Cook y Reichardt (1982), el paradigma cualitativo permite comprender vivencias desde la perspectiva de los participantes en cada ámbito humano, usando técnicas que incluyen la etnografía, el estudio de caso, las entrevistas en profundidad y la observación participante, entre otros. Su relevancia se da en cuanto este paradigma cualitativo incluye la perspectiva de los participantes en la investigación, permitiendo una mejor comprensión de sus necesidades y preocupaciones. Esto puede ayudar a identificar de mejor manera las consecuencias en la salud mental de los migrantes en diferentes situaciones del estatus migratorio.

### **6.2 Diseño de Investigación**

Teniendo en cuenta lo descrito por Buitrago y Arias (2018) esta investigación es de tipo descriptiva y con un enfoque narrativo tópico, la cual se orienta a documentar un acontecimiento o una situación social determinada, haciendo inteligible el lado personal de la experiencia social, mediante la incorporación protagónica de la voz de los participantes.

Ahora bien, este método es el más pertinente debido a que permite orientar y centrar la entrevista en un momento determinado de la vida de los participantes en este caso, cómo

ha sido su proceso migratorio y las repercusiones del mismo en cuanto a su salud mental, aislando a su vez, otras historias o acontecimientos que pueden interferir con el objetivo de esta investigación, dándole confiabilidad y validez a los resultados de la misma.

### **6.3 Criterios de Inclusión**

- Personas en condición migratoria venezolana, cuyo ingreso esté entre el año 2018 a 2022.
- Venezolanos migrantes mayores de edad.
- Tres personas de origen venezolano en condición de Migración regular y tres en condición irregular.
- Participantes con aceptación voluntaria en el estudio y las condiciones del consentimiento informado.

### **6.4 Criterios de Exclusión**

- Extranjeros que no sean de ciudadanía venezolana.
- Ser migrantes venezolanos menores de edad
- Población venezolana que haya migrado antes del año 2018 o después del año 2022.
- Participantes que deseen salir del estudio de manera intencional (En tal caso se debe reemplazar para igualar la muestra).

### **6.5 Muestra y Muestreo**

Para esta investigación, la muestra estará conformada por seis Migrantes venezolanos cuya edad se encuentra en un rango de 20 a 60 años, los cuales se dividirá en dos subgrupos de acuerdo a su estatus migratorio, denominando tres individuos en condición regular y tres en irregular, que acepten voluntariamente su participación en el estudio y las condiciones del consentimiento informado.

Esta investigación, incluirá un muestreo deliberativo, donde la selección de los participantes cumple con ciertos criterios específicos. Este tipo de muestra se utiliza para garantizar que los participantes elegidos sean relevantes y representativos del grupo o población de interés y puedan proporcionar información valiosa sobre el tema en cuestión. (Patton, 2015, p. 236)

## 6.6 Población

Personas de nacionalidad venezolana en condición migratoria de 20 a 60 años que vivan en Colombia, participantes de la ciudad de Bogotá y Zipaquirá, Cundinamarca que acepten voluntariamente su participación en el estudio y acepten las condiciones del consentimiento informado. Finalmente, se presenta a continuación algunos datos sociodemográficos de los participantes:

**Tabla 1**

*Datos de identificación de los participantes*

	<b>Abreviatura de los Participantes</b>	<b>Sexo</b>	<b>Edad</b>	<b>Ocupación actual</b>	<b>Año de migración</b>	<b>Estatus migratorio</b>
<b>1</b>	Re	Femenino	35	Trabajo informal	2018	Ilegal
<b>2</b>	Al	Masculino	22	Trabajo informal	2019	Ilegal
<b>3</b>	Se	Masculino	25	Trabajo informal	2019	Ilegal
<b>4</b>	Da	Femenino	21	Empleada de Restaurante	2018	Legal
<b>5</b>	Lu	Femenino	56	Vendedora independiente	2018	Legal
<b>6</b>	Pa	Masculino	59	Vendedor independiente	2018	Legal

## **6.7 Instrumento Metodológico / Relatos de vida**

Es una técnica de investigación cualitativa que tiene como objetivo recopilar y analizar la información que se puede obtener de las historias de vida de las personas. Este método permite una comprensión profunda y detallada de la experiencia y la perspectiva de una persona en relación con un fenómeno específico.

En el análisis de los relatos de vida, se buscan patrones temáticos y se identifican momentos clave en la vida de la persona que pueden estar relacionados con el fenómeno que se está investigando. A través de esta técnica, se pueden obtener datos detallados sobre las experiencias, sentimientos y percepciones de los participantes en relación con el fenómeno estudiado. (Rosenthal, 2004)

## **6.8 Procedimiento**

### ***6.8.1 Etapa de recolección de datos:***

Se llevaron a cabo seis entrevistas semiestructuradas con los participantes que decidieron de forma voluntaria entrar a la investigación. Para esto, se programó una cita online, la cual fue agendada de forma individual por meet y teams para poder brindarles a los participantes la privacidad y confidencialidad. Antes de iniciar las entrevistas, se brindó a los participantes un consentimiento informado que incluyó la explicación de la investigación y la autorización para realizar grabaciones y todos los procedimientos necesarios para garantizar los derechos de las participantes (ver Anexo 10.2).

### ***6.8.2 Etapa de análisis e interpretación:***

Una vez realizadas las entrevistas, se llevaron a cabo las transcripciones de las mismas a una matriz de análisis, para lograr codificar y categorizar la información por variables psicosociales y según el estatus migratorio de cada participante.

## 7. Resultados

A continuación, se presentan los resultados obtenidos a través de las entrevistas realizadas a los seis participantes venezolanos. De acuerdo con los objetivos del estudio, se analizaron ocho categorías, entre las cuales se encuentran: fenómeno migratorio, tipos de migración, estatus migratorio, medios de traslado a Colombia, momento del ciclo vital, factores psicosociales, consecuencias de la migración en la población venezolana y mecanismos de abordaje en la salud mental. Los resultados se presentan teniendo en cuenta cada grupo y las subcategorías que nacieron de estos en medio de la investigación.

### 7.1 Fenómeno Migratorio

En esta categoría, se buscó indagar sobre su contexto de vida antes de la crisis económica y durante la misma, a su vez, se buscó reconocer el momento en la toma de la decisión del proceso migratorio.

De acuerdo a lo anterior, entre los tres participantes ilegales, se puede identificar que antes de la crisis económica del país Venezolano, cada participante tenía un sustento económico fijo para su manutención y la de su familia, todo esto debido a las carreras profesionales o conocimientos adicionales que les permitía tener un trabajo estable, por ejemplo la participante RE (1) tiene su carrera profesional y se desempeñaba en un colegio como profesora de planta y el participante SE (3) tiene conocimientos culinarios que le permitieron construir un puesto de comidas, sin embargo, una vez llegó la crisis en Venezuela, fue decayendo cada vez la situación de cada uno, a tal punto que el desabastecimiento de la canasta familiar, junto a otros productos básicos y la falta de oportunidades laborales, actuaron como punto de quiebre para que los participantes tomaran la decisión de migrar a otro país en busca de una mejor calidad de vida para ellos y

sus familiares, teniendo en cuenta que en muchos casos algunos integrantes quedaron en Venezuela y solo uno de los integrantes migró para ser un sustento económico o de ayuda desde Colombia.

Entre los participantes del estado migratorio legal, se puede identificar que antes de la crisis migratoria los tres participantes contaban con formas de vida estables en su economía y su parte laboral en el país vecino. Durante la crisis, en relación a las experiencias de los participantes LU (5) y PA (6), quienes eran adultos y tuvieron experiencias de pérdida de propiedades, de trabajo y de estabilidad socioeconómica, situación que la participante DA (4) no tuvo a cargo ya que era menor de edad en tal momento de la crisis. Durante el momento migratorio, se reconoce en los tres participantes, el año 2018 como año en el que se toma la decisión migratoria.

Frente a lo anterior, se identifica que el proceso migratorio en ambos grupos tiene gran similitud, dado que todos los participantes contaban con una situación económica y de trabajo relativamente estable en su país natal, no obstante cuando inicio la crisis socioeconómica en Venezuela, los participantes se vieron obligados a despojarse de sus propiedades y demás aspectos que les daban estabilidad en su país, por lo cual optaron por buscar nuevas alternativas económicas fuera del país con el fin de mejorar su calidad de vida y la de sus familiares.

## **7.2 Tipos de Migración**

Desde una mirada jurídica, se identificó que, en el grupo de los participantes legales e ilegales, comparten la migración voluntaria, debido a que todos tomaron la decisión de forma voluntaria e independiente para irse de su país hacia un territorio totalmente desconocido para ellos, así como el tiempo que tomaron para planear cada detalle teniendo

en cuenta las consecuencias que esto podría tener debido a la inseguridad que presentaba el país venezolano. Es así, como se reconoce la precariedad que atravesaba dicho país como motivación pulsora de la decisión migratoria, se descarta entonces, la migración forzada y temporal de los participantes debido a que ninguno de ellos se vio forzado por guerras o violencia física ni planeo su estadía de forma temporal.

Sin embargo, desde una postura psicológica, se considera que la migración por la que tuvieron que pasar los participantes, a pesar de que fue voluntaria, se sostiene desde una posición forzada debido a las situaciones que les llevaron a tomar la decisión del viaje de salida de su país, se reconoce entonces que a pesar de que no experimentaron la obligación forzada y violenta como eje para su partida, si experimentaron situaciones de precariedad en los alimentos, la seguridad, los servicios de salud y la economía, lo cual empujó a los migrantes a alejarse de sus familiares de manera espontánea bajo la presión de las condiciones socioeconómicas por la que pasaba el país.

### **7.3 Factores Psicosociales**

Durante la entrevista se indaga sobre los factores emocionales y motivacionales que posiblemente pudieron experimentar cada uno de los participantes al momento de migrar y ya estando radicados en sus puntos de destino, en primer lugar, se pudo observar que la participante RE (1) experimento tristeza y nostalgia por dejar sus seres queridos y miedo por salir de su zona de confort para enfrentarse a una nueva realidad, ante esto refirió:

“Me afecto mucho psicológicamente el proceso migratorio por la incertidumbre y el miedo de ser ilegal al llegar a Colombia y pensar cómo iba a conseguir algo estable para sustentarme económicamente”



Así mismo, se pudo identificar que su motivación más grande para realizar tantos esfuerzos y enfrentarse a una nueva realidad era poder brindarle una mejor calidad de vida a su familia y en especial a sus hijos.

Por otro lado, el participante AL (2) manifestó que le afectó el distanciarse de su familia, de sus amistades y de su vida en general en Venezuela, sin embargo, decidió iniciar su proyecto de migrar con el fin de conseguir dinero para terminar sus estudios y con el fin de ayudar al sustento económico de sus padres.

Ahora bien, el último participante SE (3) presentó situaciones de mayor dificultad, debido a que contaba con muy poco dinero para realizar su proceso migratorio en Venezuela, teniendo en consideración que debía dejar dinero a su familia para sustentarse mientras él lograba el proceso de radicación en Colombia, durante la entrevista refiere que:

“Sentí tristeza y soledad al llegar a un nuevo país completamente solo, haber dejado a mi esposa, mis hijos y a mis padres en Venezuela con la situación de precariedad me preocupaba mucho”

Teniendo en cuenta esto, su motivación más grande para mantenerse a pesar de la situación por la que estaba pasando, era reconocer que el dinero que lograba enviar a su familia actuaba como parte importante del sustento para lograr alimentarse y sostenerse en medio de la crisis, aun así, y de forma paralela a su trabajo en Colombia, buscaba mejores oportunidades con el fin de poder trasladar su familia a Colombia, con el fin de mejorar las condiciones de sus familiares.

Tal como se identificó anteriormente, se tienen en cuenta la salud mental y las motivaciones que tuvieron implicancia en la variedad de factores psicosociales que vivenció cada uno de los participantes.

Se considera entonces, por parte de DA (4), como factor de salud mental el hecho de ser diagnosticada con trastorno de ansiedad generalizada y ataques de pánico desde hace dos años debido a ciertos episodios de crisis de ansiedad que empezaron en Colombia, posiblemente como consecuencia del proceso migratorio y la adaptación a una nueva cultura. En su parte emocional la participante expresó la dificultad del manejo emocional debido a que la carga de sentimientos y emociones era alta para la edad en la que tuvo que enfrentar la vivencia, ante lo cual indica:

"Cuando mis papás me dijeron que nos íbamos a ir creo que tuve fue miedo y tristeza, y cuando llegamos a Cúcuta mi mamá empezó a llorar, creo que emocionalmente me apague, para toda mi familia fue algo muy fuerte emocionalmente, yo solo pensaba tengo que ser fuerte", "A veces ya en Colombia sentía mucha tristeza, extrañaba mi país y tenía ganas de querer devolverme por el Bulliyng, no fue fácil"

Se considera entonces, por parte de DA (4), como factor de motivación, las metas que tiene hoy en día, ante lo cual resalta:

"Yo detuve la carrera de psicología en la universidad, quede en sexto semestre ya que tengo intenciones de salir del país para EEUU con una agencia de Au pair, creo que va a ser más fácil para mí ya que pase por la situación de tener que adaptarme

en un nuevo país, me siento fuerte y sé que puedo, es solo cuestión del idioma que es diferente"

Por parte de LU (5), no evidencia haber presentado antes, durante o después de la migración algún diagnóstico de afectación mental. Sin embargo, en el factor emocional, expresó sentir tristeza al verse obligada al dejar sus amistades en Venezuela, En la actualidad se reconocen buenos hábitos de cuidado personal tal como el ejercicio, la alimentación y la meditación, aun así, considera tener preocupaciones constantes sobre su sustento y la estabilidad económica que tiene, frente a lo cual refiere sentir miedo y frustración, ante lo cual manifiesta:

“A veces siento carencia de abrazar” y “No estoy estable económicamente, quisiera ser más atrevida comercialmente y empezar mis proyectos, pero no tengo el capital para emprender haciendo las apamalas que sé hacer, entonces dudo y no entiendo porque me freno tanto"

Se identifica la resiliencia como característica de LU (5), ya que logra ver el rechazo como una oportunidad, ante lo cual sostiene que, a pesar de los momentos de tristeza, generalmente suele sentirse bien, y logra admirar sus procesos desde la juventud

Entre sus motivaciones se identifica la supervivencia, la participante refirió:

"Yo guarde una foto para recordar porque me vine, estaba tan delgada y tan diferente, para mí venirme fue la salvación", “Sé que para mí fue más fácil migrar ya que no tengo hijos ni una pareja o alguien que me detuviera, por lo cual creo que viaje con muchas esperanzas a Colombia”

Para finalizar, en el participante PA (6), no se identificaron diagnósticos mentales antes, durante o después de la migración. Al indagar sobre sus emociones, indica sentir nostalgia por sus hermanos en especial por los mayores con quien mejor se relaciona, a su vez resalta tristeza por todo lo que tuvo que dejar atrás en Venezuela. El hermano que tenía a su cuidado murió tres meses después de que PA (6) migró a Colombia, por lo cual, el participante considera que han sido muchos duelos los que ha vivido y los cuales le han permitido crecer como persona, destaca la fortaleza que tuvo para tener que dejar las cosas materiales, el legado familiar, la finca que había construido su abuela, entre otras cosas, por lo cual expresa que esta experiencia le ha enseñado a desapegarse de las cosas, resumiendo su vida en una sola maleta. Ante lo anterior refiere:

"Me he sentido muy afortunado con la vida por volver a enamorarme y haber contado con el respaldo de ella y sus hijos en el momento, eso fue de gran ayuda para mí, por eso procuré nunca ser una carga para ella y trabajar"

Entre sus motivaciones para migrar se identificó la necesidad de seguridad para su vida y la de su hermano, y a su vez el aliciente de contar con el apoyo de alguien para empezar una nueva vida en otro país, vida en la cual dedicaría tiempo para él, ante esto el participante indica:

"Ahora creo que fue dura la situación de separarme de mi esposa, pero estoy con lo que me toca, quiero montar un galpón, hacer una casa prefabricada o una finca pequeña y hacer mi auto economía con huertas para vivir modestamente en un pueblito"

Al indagar sobre estos factores psicosociales, se encontró que los seis participantes tuvieron afectaciones en su salud mental, presentando situaciones de diversos cambios

emocionales, pasando por tristeza, nostalgia, frustración, soledad, culpa, miedo e incertidumbre, reconocidas estas como emociones que se fundamentan en la obligación de irse de su país natal, cambio de ambiente, enfrentarse a una nueva cultura y a procesos de socialización en medio de un país nuevo, lo cual les forzó a construir nuevas realidades para ellos y sus familiares en Colombia, se considera posible, que estas emociones sean el fundamento de posibles episodios de ansiedad o depresión en sus estadías, ante lo cual se identificó una de las participantes con diagnóstico de ansiedad debido a sus episodios de pánico, los cuales se desencadenaron una vez llegó a Colombia y se vio obligada a enfrentar la vida escolar en una nueva cultura.

De acuerdo a lo anterior, las motivaciones de cada uno de los participantes varían, se determina entonces mejorar la calidad de vida propia y de sus familiares como uno de los motivos principales en la mayoría de los participantes, debido a que su decisión de migrar a Colombia se centró en optar por conseguir un trabajo que les permitiera empezar una nueva vida con mayor estabilidad, dejando la supervivencia y la necesidad de seguridad como una de las razones que impulso tal motivación, uno de los participantes refiere poder terminar sus estudios como motivo adicional del cambio de país, aun así se reconoce la dificultad para poder continuar con sus estudios en Venezuela o Colombia.

Por otro lado, se tiene en cuenta como factor psicosocial el medio de traslado que usaron los participantes a la hora de migrar, en primer lugar se identifica que a causa de la falta de documentación y de recursos económicos de los primeros tres participantes para iniciar el proceso de migración de una manera rápida y segura, los participantes RE (1) y AL (2) viajaron en bus todo el trayecto desde Venezuela hasta sus lugares de destino que en estos casos era Zipaquirá – Cundinamarca, sin embargo la situación para el participante SE

(3) fue diferente, debido a que por falta de dinero tuvo que viajar la mayor parte del tiempo a pie por distintos atajos y en algunas ocasiones tomo un bus para agilizar el trayecto, exponiéndose a frio, hambre, inseguridad e incertidumbre de que se podría encontrar más adelante o donde iba a pasar la noche para continuar el viaje.

Entre los primeros participantes legales, se identifica que DA (4) y LU (5) se trasladaron en autobús, por parte de DA (4), se reconoce que como menor de edad, junto a su hermano menor y sus dos progenitores, toman un autobús desde el estado de Carabobo en Venezuela hasta la frontera de Cúcuta, Colombia, un día después de llegar a la ciudad limítrofe de Santander, toma con su familia un autobús directo hacia Bogotá como destino final. De modo similar, LU (5), tomó un autobús desde Caracas a Guasdalito (Ciudad del estado de Apure, Venezuela), la cual estaba a once horas aproximadamente, de ahí toma otro autobús hacia Arauca, Colombia, lugar donde cruzo la frontera y en la cual tomó un autobús directo a Bogotá, Colombia, el viaje lo realiza sola ya que no tiene hijos, pareja o algún familiar o cercano a cargo. El participante masculino PA (6), viaja en avión directamente a Bogotá, de manera individual ya que no tiene hijos, pareja o algún familiar o cercano con quien haya decidido migrar.

Ahora bien, teniendo en cuenta el panorama de los participantes legales e ilegales, se identifica que los participantes con estatus legal en Colombia, tuvieron menos inconvenientes a la hora de migrar a otro país debido a que sus traslados se accionaron de forma directa y programada, sin tener que exponerse en medio de rutas peligrosas como atajos, siendo estos zonas no pavimentadas, lo cual fomenta la lejanía y el peligro de las experiencias migratorias, tal como lo vivieron los migrantes ilegales, los cuales tuvieron que realizar caminatas extensas aunque también hayan usado los servicios de autobús, aun

así, se resalta que tuvieron que realizar más esfuerzos para lograr llegar a sus ciudades de destino, lo cual expuso sus vidas a diferentes peligros y a posibles situaciones traumáticas como la incertidumbre de si lograrían conseguir o no alimentos y un espacio para descansar en medio de la migración o algún apoyo.

A raíz de esto, los primeros tres participantes de la investigación tienen un estado ilegal, debido a que, en el momento de migrar y entrar a Colombia, no cuentan con los documentos en regla para permanecer y hacer su reconocimiento al entrar al país, específicamente el pasaporte. La participante RE (1) presentó dificultades debido a la falta de tiempo y de dinero, al igual que el participante AL (2), ambos no lograron realizar los trámites para obtener el pasaporte como documento para el proceso migratorio, dado que al momento de la crisis económica, los valores de este se incrementaron al igual que su tiempo de solicitud y de entrega, por ello decidieron migrar de forma ilegal, reconociendo que al llegar a Colombia no podrían iniciar el proceso para adquirir el permiso especial de permanencia (PEP) o el permiso de trabajo, los cuales podrían garantizar el ingreso a un trabajo en Colombia con mejores condiciones laborales, pese a ello tuvieron que acceder a trabajos informales.

Por otro lado, el proceso para adquirir el pasaporte del participante SE (3), se vio troncado al momento de presentar la documentación requerida en Venezuela para adquirir el pasaporte, dado que los empleados de la institución, le solicitaron demasiados documentos tales como cartas, soportes, identificaciones, entre otros, a los cuales él no tenía acceso o por lo menos no de manera inmediata, por otro lado, el tiempo de entrega del documento variaba entre los siete meses a un año aproximadamente, por lo cual desistió del

trámite y migró hacia Colombia de manera inmediata ya que su familia pasaba por situaciones de gran carencia, lo cual no daba espera.

De los tres participantes en estado migratorio legal, se identifica que dos de ellas, DA (4) y LU (5), deciden Colombia como destino de asentamiento debido a que alguno de sus progenitores es ciudadano colombiano, lo cual visualizaba en ellas la facilidad de poder tramitar la nacionalidad colombiana. Sin embargo, se reconoce que los tres participantes, salieron de Venezuela con su pasaporte sellado, una vez llegaron a Colombia, contaron con los tres meses de legalidad como turistas, tiempo en el que DA (4) y LU (5) gestionaron el permiso especial de permanencia (PEP) mientras tramitaban su nacionalidad, permiso que les daba la oportunidad de trabajar, estudiar y de contar con el SISBEN (Sistema de Identificación de Potenciales Beneficiarios de Programas Sociales) para el uso de EPS (Entidad Promotora de Salud) como sistemas de salud, por parte de PA (6), se identifica que luego de los tres meses legales de turista, contrae matrimonio con una ciudadana Colombiana, la cual conoce desde Venezuela años atrás, por lo cual obtiene la visa de migrante, documento con el cual queda legalizado en Colombia siempre y cuando demuestre la continuación de la relación matrimonial y los buenos términos de esta. Para la actualidad de la entrevista, se identifica que DA (4) y LU (5), cuentan con la nacionalidad Colombiana, resaltando que DA (4) logra obtener el pasaporte Colombiano, sin embargo, por parte de PA (6), se reconoce que la relación matrimonial ha llegado a su fin y en la actualidad se encuentra divorciado, sin embargo, su visa de migrante vence en el 2024, por lo cual, se identifica en el momento de la recolección de datos como migrante legal en busca de una solución oportuna para su estatus legal con el fin de poder continuar en Colombia, considera la opción de aplicar para la visa de residente, aun así, ha encontrado muchas dificultades para poder acceder a la misma, como tener que demostrar su propio



sustento económico en Colombia, lo cual se dificulta con la inestabilidad laboral que presenta ya que es vendedor independiente.

Así mismo, es importante resaltar como factor psicosocial el momento del ciclo vital de cada uno de los participantes, en primer lugar dos de los tres participantes en estado ilegal, comparten el mismo ciclo vital familiar de familia con hijos en edad escolar y/o adolescentes, esto en el momento en que tomaron la decisión de migrar, por un lado la participante RE (1) con 35 años actualmente, es madre de dos hijos de 14 y 16 años de edad, SE (3) con 25 años actualmente, es padre de dos niños de 6 y 8 años de edad, por otro lado el participante AL (3) se encontraba en un ciclo vital de adulto joven a sus 19 años cuando tomó la decisión de irse del país, en la actualidad tiene 22 años, pero teniendo aún al ciclo vital de adulto joven.

Continuando con los migrantes en estado legal, se reconoce que DA (4) pertenecía al ciclo de vida adolescente en el momento en que sus padres tomaron la decisión de migrar, ya que tenía 16 años, en el momento actual de la entrevista, se identifica a la participante en un ciclo de vida de adulta joven a sus 21 años. Por parte de LU (5), en el momento de toma de decisión de la migración, contaba con 50 años de edad, ante lo cual se identificaba con un ciclo de adulta de la mediana edad, en la actualidad, la participante continúa en un ciclo de adulta de la mediana edad ya que a la fecha cuenta con 56 años de edad, y para finalizar, se determina, que el participante PA (6), tomó la decisión a sus 54 años, siendo un adulto de la mediana edad, en la actualidad, aun pertenece al mismo ciclo vital ya que cuenta con 59 años de edad.

Teniendo el cuento lo anterior, así como los resultados de las entrevistas, no se identifica de forma significativa un rango de ciclo vital específico de los participantes al

momento de migrar y en la actualidad de la entrevista, sin embargo, se considera que durante el proceso migratorio cinco de seis participantes tomaron la decisión en un ciclo de adultez, donde contaban con las herramientas suficientes para dar paso a esa decisión, es decir, que una de las participantes que migró como menor de edad, se vio enfrentada a una situación donde su capacidad de toma de decisiones estaba limitada, ante esto ella suele referir sentirse algo sorprendida, dado que no tuvo tiempo de asimilarlo, dificultando así su despedida de las amistades más cercanas.

En la actualidad, los participantes que sobrepasan los cincuenta años consideran tener menores oportunidades en Colombia en el ámbito laboral, lo cual les genera sensación de angustia e incertidumbre, así mismo, manifiestan que, a pesar de ello, suelen sentirse agradecidos con las oportunidades que encuentran en el país a pesar de su edad. A su vez, los demás participantes, se encuentran en una edad en la que la motivación principal en su ciclo de vida y su ciclo familiar se relaciona con la constancia laboral para buscar los medios necesarios para salir adelante tal como un colombiano promedio.

#### **7.4 Determinantes de la migración en la población venezolana**

Para esta categoría, se identificaron como factores psicosociales durante el desarrollo personal el tiempo de esparcimiento, las redes de apoyo, la adaptación a la cultura colombiana, el sustento económico y las posibles experiencias significativas o de afectación como la posible xenofobia en cada participante.

Como primer factor social, se destaca el estatus de regularidad de cada participante y de acuerdo a los permisos que se requieren para lograr trabajar en Colombia, se reconoce que en cuanto al sustento económico, por parte de los participantes en estado ilegal y debido a la falta de documentación como el pasaporte, el permiso especial de permanencia

(PEP) o el permiso de trabajo, al inicio del proceso migratorio, presentaron dificultad en lograr conseguir trabajos bien remunerados, por lo cual en la actualidad, continúan con trabajos informales que permiten cubrir sus gastos para sustentación económica de su familia y de algunos familiares en Venezuela, aun así indican que el estado de ilegalidad en el país ha dificultado el acceso a trabajos mejor remunerados o con un horario laboral conveniente a sus necesidades.

En cuanto a los residentes legales, se reconoce que dos de ellos, contaban con progenitores de ciudadanía colombiana, lo cual permitió que el formalizar su estatus de legalidad en Colombia fuera un poco más fácil, aun así, los tres participantes indican que, al ingresar al país, lograron sellar su pasaporte desde el inicio, lo que les permitió contar con los tres meses como turistas, tiempo en el que legalizaron sus documentos para poder buscar trabajos estables. Una de las participantes era menor de edad, sin embargo, al revisar el proceso de sus padres como sustento económico del hogar, se reconoce facilidad en poder conseguir un trabajo formal. Por parte de los dos adultos legales que migraron, aunque se encontraban con documentación legal, se identifica que lograron conseguir trabajos no formales pero estables ya que fueron recomendados por sus redes de apoyo.

En primer lugar los participantes ilegales experimentaron diferentes situaciones a lo largo de su proceso migratorio, la participante RE (1) manifiesta que al llegar al municipio de destino Zipaquirá, Colombia, su sustento económico eran trabajos informales a las que pudo acceder teniendo en cuenta su situación legal, los trabajos variaban entre auxiliar de cocina, vendedora de ropa o empleada de servicios generales, empleos que le brindaron la oportunidad de suplir las necesidades básicas de su hogar y que a su vez, le permitía enviar un poco de dinero a sus padres en Venezuela, sin embargo, en estos lugares experimentó

situaciones traumáticas como malos tratos por parte de sus jefes que incluían malos pagos, humillaciones, lesiones físicas, actos de discriminación, a los cuales se tuvo que someter por cumplir sus objetivos, sin importar todas las consecuencias que esto le podía generar en su salud mental.

Por otro lado, la explotación laboral a la que muchas veces fue sometida no le permitió tener un espacio de esparcimiento donde pudiera exteriorizar sus sentimientos a pesar de que estaba con parte de su familia en Colombia, debido a que por su situación económica y laboral tenía que trabajar de domingo a domingo, se reconoce que no contaba con el tiempo suficiente para compartir en familia, lo cual intervenía en poder fortalecer las relaciones familiares en medio de una nueva cultura.

En relación con esto, la participante RE (1) expresa que tanto ella como sus hijos sufrieron de xenofobia por su nacionalidad y esto los afectó física y psicológicamente en diferentes áreas de su vida (escolar, laboral, etc.), sus hijos pasaron por situaciones de Bullying por su acento y por su aspecto físico, centrando la exclusión debido a su nacionalidad, al igual que la participante en su ámbito laboral.

A raíz de esto, la adaptación a la cultura colombiana no fue un proceso fácil de asumir tanto para ella como para sus hijos, la participante refiere que lo que más le costó fue adaptarse a los horarios de trabajo que implementan los colombianos y las diferentes expresiones que utilizan para referirse a objetos o situaciones en particular, por parte de sus hijos asimilar los comentarios xenofóbicos de sus compañeros y la forma de educación en Colombia no fue un cambio fácil para ellos.

Por otro lado, el segundo participante AL (2), experimento durante su proceso de migración y adaptación a un nuevo país, una gran tristeza y frustración al tener que alejarse de su familia y de sus padres para enfrentarse a una nueva realidad donde su único sustento económico era trabajar en un negocio de películas y uno que otro trabajo que realizaba de electricista y de manera independiente, debido a que desde Venezuela traía ciertos conocimientos que jugaron como ventaja para obtener un ingreso adicional.

Debido a que este participante no tuvo muchos trabajos informales, refiere que a lo largo de su estadía en Colombia no ha sufrido de grandes afectaciones que lo impacten de manera fuerte, aunque manifiesta que ha recibido pocos comentarios o apodosos malintencionados por su nacionalidad, considera que esto no es de gran importancia o relevancia para su definición como persona, por ello no se consideran tales comentarios xenofóbicos como afectaciones relevantes, en cuanto a su adaptación a la cultura Colombiana, se reconoce que el proceso fue un poco más fácil de afrontar ya que contaba con el apoyo de su hermana, quien ya lo había contextualizado sobre las pautas de su estadía en Zipaquirá.

Por otro lado, y al igual que la participante RE (1) manifiesta que a causa de la jornada laboral tan extensa a la que está sometido no le permite tener espacios libres donde pueda conocer más personas para entablar diferentes relaciones ya sean de amistad o sentimentales, por ello su única red de apoyo en una situación difícil es su hermana con la que convive diariamente en su lugar de residencia.

Por último, el participante SE (3) en relación con el punto anterior manifiesta que debido a la situación y al momento en que tomó la decisión de migrar solo, no logro entablar relaciones de amistad que puedan ser redes de apoyo cercanas para cualquier

emergencia, solamente conoce un compañero del trabajo donde está actualmente y al que conoció hace menos de 5 meses, por lo tanto, la única persona a la que le puede contar sus cosas es su esposa, la cual actualmente se encuentra en Venezuela y su única forma de comunicación es por llamada.

En relación con las afectaciones o experiencias traumáticas que ha tenido desde que llegó a destino manifiesta que:

“La primera semana en Colombia tuve que pasar hambre y frío, dado que no conocía a nadie que me brindara apoyo para conseguir comida y un trabajo digno. “

Así mismo, en relación a la xenofobia y al ámbito laboral, refiere que ha sufrido de muchos abusos laborales y explotación en cuanto a los horarios extremadamente largos a los que se ha tenido que someter por ganar un poco de dinero, además recibe diariamente insultos por su nacionalidad, sin embargo, al igual que en Venezuela actualmente tiene un negocio de arepas con un joven, al cual conoció en su primer trabajo como limpiador de baños en un bar de Bogotá, no obstante, manifiesta que su negocio como independiente le ha permitido administrar su dinero de tal forma que logra ayudar a toda su familia en Venezuela.

Ahora bien, al igual que los otros dos participantes no suele realizar ninguna actividad fuera de su trabajo que le permita crear relaciones interpersonales como un apoyo en caso de una situación difícil.

En los participantes legales, se reconocen diversas experiencias.

Por parte de DA (4), se identifica varios factores de afectación desde el proceso de migración, uno de estos fue la respuesta corporal que tuvieron todos los integrantes de su familia con el bajo peso debido a la precariedad de alimentos en Venezuela, por lo cual manifiesta que al llegar al colegio público en Bogotá, fue pesada en su clase de educación física, donde su docente le manifestó estar en estado de desnutrición, pesando 45 kilos y midiendo 1,68 metros, indica que no se dieron cuenta de su delgadez hasta que empezaron a subir peso ya estando en Colombia.

En cuanto a Xenofobia la participante manifiesta que, al llegar, en muchas viviendas, fue difícil ser aceptados como arrendatarios debido a su nacionalidad, aun cuando su padre es colombiano. Debido a que migró a sus dieciséis años, en el colegio también tuvo experiencias significativas de exclusión y discriminación, refiere que para el año de migración (2018), la cantidad de migrantes venezolanos eran pocos, por lo cual inicialmente fue muy difícil al no contar con la compañía de más compatriotas en bachillerato, refiere que el tema del Bullying fue muy pesado hacia ella, ya que venía muy delgada, con un tono de piel diferente y con el acento muy marcado por lo cual recibía comentarios como "veneca" y demás referencias despectivas constantemente, recuerda un comentario que algún compañero del colegio le expuso a otro alumno que la defendía, manifestando: "¿Te vas a preocupar por una simple veneca?". A su vez, resalta que al pertenecer a un colegio público, el mismo tenía convenio con el SENA para formación de técnicos, la participante indica que al estar en la segunda clase, la profesora le pidió que se saliera del aula delante de todos, ya que al no ser de nacionalidad Colombiana no podría tomar el curso en alianza, ante esto, indica que sintió impotencia frustración, ya que no se tuvo en consideración su permiso de permanencia, ni que fuera estudiante, o algo más, con

sus progenitores pasaron un derecho de petición pero la respuesta siguió siendo negativa, por lo cual nunca pudo realizar este taller.

En cuanto a sus redes de apoyo, indica que, al llegar a Colombia, contaron con apoyo de familiares en Cúcuta que los recibieron la primera noche después de la migración, sin embargo, resalta que los familiares que les recibieron en Bogotá, aunque en el momento fue de ayuda, posterior a su llegada, empezaron a recibir tratos de humillación con la comida, la limpieza y demás comentarios despectivos, ante lo cual los sacaron de la casa. Ante esto, la participante DA (4), resalta sentimientos de dolor e impotencia debido a que reconoce que no hubo empatía por parte de tales familiares para con ella y su familia nuclear, a pesar de que tales anfitriones habían pasado anteriormente por un proceso migratorio.

Pese a lo anterior, indica que en la actualidad considera como red de apoyo a su familia nuclear y a ciertas personas como una expareja, la familia de su jefe y nuevas amistades, las cuales le han brindado apoyo en varias circunstancias.

Considera que la adaptación a la cultura colombiana al inicio fue difícil, por los temas anteriormente nombrados de xenofobia y debido a que luchaba con la idea de impregnar a los demás de su cultura en pequeños detalles, como por ejemplo en palabras diferentes de mismo significado, palabras de la cultura como los dichos, las groserías, entre otros. Sin embargo, pese a lo difícil que fue el inicio del proceso de adaptación, considera que, con el tiempo, logró acogerse a la cultura colombiana con agrado. Se identifica en la participante DA (4), un acento muy neutro en el cual no se identifica su nacionalidad, ante esto expresa qué:



"Creo que es una forma de adaptación, las personas venezolanas se burlan de mi acento, me dicen que recuerde de dónde vengo, pero a mí me da igual, prefiero ignorarlos"

Frente a lo anterior, se reconoce que la participante puede haber desarrollado cierta Xenofobia por sus compatriotas venezolanos, debido a que expresó:

"Así como muchos venimos a salir adelante y no hacerle daño a nadie, hay muchos que no, y vienen a hacer cosas que afectan a todos los venezolanos acá, me fastidia mucho que venga alguien con su bulla y su desorden creyendo que las cosas funcionan como era en su país, eso me fastidia, o sea adaptesen ya, se la pasan diciendo que "Venezuela es lo mejor", con todos sus gritos, eso no me gusta, no me siento cómoda con eso"

Debido a esto, se considera que, por ello, es posible que, a la participante, se le facilite entablar amistades con ciudadanos colombianos, más que con los propios venezolanos.

Indica que, en la actualidad, aun se habla de manera eventual con unas amistades que tenía en Venezuela, pero considera que, aun así, no todos lograron comprender de la mejor manera la decisión repentina de su migración.

Como experiencias significativas, la participante refiere dos anécdotas que se sitúan en el momento migratorio una vez cruzan el puente de la frontera de Cúcuta en Colombia:

“Llegamos, dejamos todo, nos fuimos a caminar, conseguimos una panadería y compramos pan, para nosotros significo mucho, fue una cosa loca ver tanto pan en

una panadería, compramos cuatro panes y nos sentamos en un parque a llorar por comer pan, es lo tengo muy presente, no olvido cada detalle de ese momento"

"Cuando llegamos, a Bogotá mi mamá consiguió trabajo ya con el permiso PEP en una empresa del norte como auxiliar administrativa, una empresa de investigación de mercado ya que ella es administradora de empresas"

Por otro lado, en cuanto al sustento económico propio y de su hogar, teniendo en cuenta que era una adolescente, expresa que al llegar a Bogotá su mamá consiguió trabajo una vez tenía el PEP en una empresa del norte como auxiliar administrativa, una empresa de investigación de mercado debido a que tiene profesión de administradora de empresas. Por parte de su papá, indica que, al estar del todo en Bogotá, duro un año aproximadamente laburando en trabajos informales, al año de estar en Colombia, logró conseguir empleo formal y estable de nuevo en el Farmatodo de Colombia.

Por su parte indica que cuando cumplió sus 18 años, empezó a trabajar en una miscelánea como digitadora y después de pandemia trabajó en un restaurante como mesera. Tomo una pausa y por seis meses trabajó como monitora de psicología, una vez termino esto, volvió al restaurante como administradora del negocio, aun así, resalta que las ganancias de su trabajo son para sus gastos personales y no cuenta como sustento económico familiar.

Por parte de LU (5), se identifica como actividades de esparcimiento el compartir que sostiene con su grupo de meditación y se dedica al tiempo que dedica a su proyecto de ventas y de emprendimiento.

En cuanto a sus amistades, la participante manifiesta que extraña a sus amigos con quienes compartía en Venezuela, en la actualidad se habla con algunos ya que muchos han migrado a otros países y es difícil el contacto. Ante lo anterior, expresa que a veces tiene crisis emocionales en las cuales se siente sola, ya que no tiene amigos en Colombia, reconoce que se ha encerrado en sí misma dificultando sus habilidades de socializar con personas nuevas.

En cuanto a sus redes de apoyo, se reconocen los grupos a los cuales pertenece como el de mujeres y el de meditación, ante lo cual expresa lo siguiente:

"Unas personas del grupo de meditación decidió viajar y me pidieron cuidar su apartamento, por lo que viví en el Park way durante un tiempo, me parece muy lindo la confianza que depositaron en mí ya que me dejaron en su apartamento por un rato y me han tendido la mano"

"En Colombia no cuento con amigos, cuento con personas que me apoyan como en el grupo de meditación, de vez en cuando comparto con una gente venezolana, no son mis amigos, pero yo de alguna manera siento como que no debo vincularme mucho con ellos, ya que hay muchos que pasan crisis económicas"

En cuanto a la adaptación a la cultura colombiana, manifiesta que adaptarse ha sido fácil ya que muchas de las tradiciones colombianas fueron adaptadas desde pequeña debido a la nacionalidad de sus padres. Sin embargo, refiere sentir miedo por los colombianos, ya que los percibe como violentos en comparación de los venezolanos. A pesar de lo anterior, refiere no haber tenido experiencias traumáticas en el proceso de migración o de adaptación

cultural, niega situaciones de xenofobia e indica que procura ser muy respetuosa y no hablar mucho con los colombianos para evitar problemas.

Frente a lo anterior, se identifica un duelo por la migración ya que refiere:

"Aún sigo en duelo por haberme ido de mi país, siento que fue como traicionarlos y dejarlos allá, los extraño mucho pero no sé si volvería a Venezuela, tendría que estar en una magnífica posición para retornar ya que en Colombia de una u otra forma ya me he adaptado"

Al indagar en alguna experiencia significativa, nos relata:

"Conocí a un francés y me enamoré, compartimos mientras él estuvo en Bogotá, pero cuando llegó la pandemia él se fue para Ámsterdam, con el tiempo yo le dije que quería algo más estable, pero él no me ofrecía eso, me enteré de que él ya tenía su pareja allá en Ámsterdam, por lo cual terminé las cosas, ha venido algunas veces y nos vemos, pero ya no me interesa una relación con él"

En cuanto a su sustento económico, indica que su primer empleo en Bogotá fue ayudando a cuidar un familiar de una de las integrantes del grupo de meditación. Después continuó cuidando adultos mayores y gatos y posteriormente logró ubicarse laboralmente en una librería donde le pagaban por día y sin prestaciones legales, sin embargo, al llegar la pandemia, se quedó sin trabajo.

Durante la Pandemia indica que estuvo viviendo en la casa del grupo meditación, donde los integrantes del grupo le enviaban alimentos. Al finalizar la pandemia, consiguió empleo en otra librería esotérica, donde el pago era por día y sin prestaciones legales, la

dejaron de llamar para los turnos, ella considera que su edad puede ser el factor problemático ya que la dueña le había manifestado que le gustaría tener gente joven en ese puesto, ante esto logra tomarlo de la mejor manera y agradece la oportunidad.

Actualmente, trabaja en ventas independientes y tiene como meta iniciar un proyecto. Pese a lo anterior, manifiesta no haber tenido problemas en sus áreas laborales, al contrario, resalta la ayuda que le dieron y el buen trato que siempre recibió.

En el caso de PA (6), se identifica como red de apoyo su exesposa al momento de migrar y durante el tiempo en que perduró la relación, ya que fue con quien logro acentuarse y estabilizarse una vez llegó a Colombia. En la actualidad su red de apoyo circula en la fundación a la cual asiste y con la cual trabaja, ante lo cual resalta:

"Después de mi separación, una amiga del grupo de la fundación me sirvió de fiadora y alquile donde esto viviendo"

De acuerdo a lo anterior, considera que la acogida colombiana fue fácil, ya que se siente bien recibido por el país y la fundación, lugar donde le han permitido colocar una carpintería sin costo alguno y con la posibilidad de enseñar los procesos con la madera y el vidrio, lo cual le da un sentido de utilidad y retribución con su arte. Ante lo anterior indica:

"Ha sido increíble encontrar un país vecino con tantas oportunidades, con una ciudad tan bella, el transporte, la cultura de servicio, tuve muchos alicientes cuando llegué acá, la seguridad personal, eso iba contrarrestando los duelos y la culpa de no cuidar más a mi hermano, por dejarlo"

"Lo más duro en Venezuela fue dejar a mi hermano y tener que regalar a mis perros, fue más duro que perder la finca"

Al indagar sobre experiencias xenofóbicas, refiere nunca haber sido rechazado o estigmatizado por ser venezolano, sin embargo, ente sus experiencias significativas, resalta las situaciones problemáticas con su exesposa y los hijos de ella, refiere que ella maneja una calidad de vida socioeconómica alta, la cual financiaba su ex esposo, el papá de sus hijos, por lo cual ella accedió a irse por un mes de viaje con el ex esposo, la novia y sus hijos a un crucero, cuando ella llegó él decidió mudarse ya que no estaba de acuerdo con tal situación. Esta situación, le ha llevado al divorcio, por lo cual se resalta lo siguiente:

"Cuando ella llegó del crucero le dije que no podía seguir, antes de irme de la casa, firme con un abogado para que nos divorciara de forma expedita, de mutuo acuerdo, sin obligaciones, le dije que me aguantara mientras yo veía si podía sacar la residencia o hasta que se venciera mi visa o mi cedula extranjera ya que mi pasaporte se vence en el 2024, aun así, me volví a ver con ella para retomar la relación, pero en Julio de este año tome la decisión que esto no funciona, por lo cual ella llamo y finalizo los papeles de divorcio con el abogado a finales de Julio 23, lo que deja mi estado legal muy a la deriva"

En cuanto a su modo de sustento económico, indica que cuando llegó a Colombia, se inscribió en NIQUEN, empresa japonesa que promueve las ventas por internet, donde realizó cursos, se afilió e inició a vender los productos. Cuando convivía con su exesposa vendió algunas cosas que se había traído de Venezuela, lo cual le permitió aportar a los gastos del hogar. En Pandemia hacía algunos trabajos de carpintería, pero teniendo en consideración que sabe hablar inglés, entró a trabajar en un call center con llamadas para

EEUU, luego de terminar ese contrato inició con un call center de una empresa canadiense, donde trabajó por un año en una campaña de viajes, debido al alto estrés laboral, dejó ese trabajo y ya una vez finalizada la pandemia empezó a trabajar en proyectos de carpintería y remodelaciones de forma independiente.

Después de la separación, siguió con trabajos en proyectos de carpintería, logró armar un grupo de remodelación y administrar obras, generando así nuevos ingresos para el pago de sus gastos fijos. En la actualidad, indica que ha sido complicado conseguir nuevos proyectos con el grupo, sin embargo, siguen en la búsqueda de nuevas obras y por suerte la fundación le permitió crear una carpintería en el garaje, por lo cual trabaja en proyectos, enseña y continúa vendiendo paralelamente los productos de NIQUEN donde gana por escala.

Considerando las narrativas anteriores, cabe resaltar los factores psicosociales que intervinieron en estos procesos, frente a ello, una de las participantes indica contar con grupos de meditación para su espacio de esparcimiento, sin embargo, se identifica que cinco de seis participantes, manifiestan no tener un espacio de distracción o actividad externa que les permita ampliar sus redes de apoyo, por lo cual, la investigación arroja que los participantes en estado ilegal, cuentan con una limitada red de apoyo, la cual se centra en sus familiares más cercanos solamente, por otra parte, los migrantes en estado legal, refieren contar con sus familias y adicionalmente, con personas allegadas como compañeros de grupos, amistades o jefes como su red de apoyo ante las dificultades que han presentado en el proceso de migración y de asentamiento en Colombia.

En cuanto al proceso de adaptación a la cultura colombiana, los seis participantes indican que, al inicio del proceso, encontraron dificultades para ajustarse a los horarios

laborales, a la comida y a las diferentes expresiones de la cultura colombiana, aun así, los seis participantes refieren que con el tiempo han logrado acoplarse a los colombianos, lo cual ha permitido acondicionarse de mejor manera a esta cultura. Entre las anotaciones de los participantes, se reconoce, aun así, en una de las participantes miedo a los ciudadanos colombianos los cuales identifica como violentos, por otro lado, dos de los participantes expresan facilidad y agrado por la vida actual que llevan en medio de la cultura colombiana.

Cuatro de seis participantes, manifestaron haber experimentado situaciones de xenofobia por parte de los colombianos, ante lo cual se identifican expresiones de exclusión, rechazo, comentarios malintencionados e hirientes, explotación laboral y burlas, todo lo anterior debido a su nacionalidad. Por otro lado, los dos participantes faltantes, expresan no haber sido víctimas de estos tratos xenofóbicos, aun así, se reconoce en una de estos dos participantes, el miedo de socializar, por lo cual explica no haber sufrido de xenofobia debido a que procura no hablar para evitar demostrar su nacionalidad.

De forma llamativa, se identifica una de las participantes que relata haber desarrollado cierto tipo de xenofobia por sus compatriotas venezolanos, debido a la narrativa venezolana que se presentaba en el proceso migratorio en el cual ella logró identificar comentarios de desprecio y/o comparación con la cultura Colombiana, por lo cual la participante opta por cambiar su acento Venezolano a uno más neutro y minimizar la socialización con Venezolanos ya que rechaza las acciones nombradas anteriormente.

Por otro lado, dos de las participantes indican consecuencias de gran afectación a nivel físico, relacionadas con su peso ya que la precariedad de su país hizo que llegaran a estados de desnutrición cuando ingresaron a Colombia. A su vez, se identifica una situación



externa a la migración como afectación de uno de los participantes, en la cual manifiesta el divorcio como daño a su estabilidad en el país.

Como experiencias significativas, entre las negativas se reconocen los malos tratos en sus trabajos, la carencia de recursos básicos durante el proceso de migración y al llegar a Colombia y el alejarse de su familia. De otro modo, se reconoce la nostalgia como situación significativa al momento de llegar a Colombia, ante lo cual la participante narra la anécdota situacional, por otro lado, una de las participantes marca el hecho de haberse enamorado en medio del proceso de asentamiento en Colombia.

### **7.5 Mecanismos de abordaje de la salud mental**

En los participantes en estado ilegal se identificaron diferentes estrategias de abordaje en cuento a las afectaciones que tuvieron a causa del proceso migratorio, tales como técnicas de afrontamiento personales, ayudas de entidades públicas, grupos de apoyo externos o ayuda psicológica.

La participante RE (1), refiere que debido a las experiencias traumáticas por las que tuvo que pasar con sus hijos y todas las afectaciones que estas le generaron en su salud mental y la de su familia, usa como estrategia, ignorar los comentarios malintencionados y procura evadir ese tipo de personas, con el fin de mantener un espacio de calma y seguridad, sin embargo, manifiesta que sus hijos no asisten a terapia ya que no cuentan con el dinero para empezar el proceso terapéutico, por parte del psicólogo de la institución educativa solo se lograron identificar falencias que afectan de manera leve el rendimiento educativo de los menores, lo cual puede estar ligado en la dificultad en su adaptación a la cultura colombiana. Por su parte, le gustaría asistir a terapia psicológica para aprender a afrontar las dificultades y exteriorizar sus sentimientos en general, sin embargo, se le presenta como dificultad el factor económico.

En cuanto a la ayuda de entidades públicas, refiere que a causa de su situación legal en Colombia no ha pedido apoyos o subsidios, ya que teme multas económicas o generar problemas adicionales a su estatus migratorio, por lo cual no ha podido acceder a algún beneficio por la ausencia de documentos que legalicen su estancia en el país.

Ahora bien, al igual que la participante anterior, el sujeto AL (2) refiere que no ha solicitado ayuda a alguna entidad pública, grupo de apoyo o psicólogos, ya que considera que no es necesario este tipo de ayudas para superar cualquier adversidad, por ello su estrategia personal para abordar las situaciones difíciles se basa en centrarse en sus metas, en el presente y no permitir que su atención divague en las situaciones de dificultad.

Por último, el participante SE (3) centra su estrategia personal en el diálogo con su esposa de manera telefónica, lo cual permite hacer catarsis emocional en las situaciones de dificultad, por lo cual, se considera la necesidad de tener a su familia en Colombia para poder apoyarse de forma más eficaz y compartir con ellos, junto con esto trata de evitar a las personas que le dicen algún comentario denigrante o lo hacen pasar por alguna situación incómoda.

Sin embargo, manifiesta que le parece interesante el poder hablar de sus problemas o frustraciones con alguien profesional en un ambiente de total confidencialidad y que, de total certeza y confianza, lo cual le ofrece tranquilidad al no sentirse juzgado, a la vez de poder adquirir nuevas herramientas para afrontar las dificultades de otra manera.

Por parte de la participante legal DA (4), como estrategia personal de afrontamiento se reconoce que en su etapa adolescente procuraba ser buena estudiante, lo cual le permitía ser amiga de los profesores, debido a ello y a su excelente rendimiento, sentía resguardo por parte de ellos en el colegio.

Con el tiempo, indica que trató de ocultar de alguna manera su nacionalidad sin negarla, ante lo cual no considera que su esclarecer su nacionalidad sea un dato relevante, por eso es consciente de que su acento es diferente, toma esto como una estrategia para facilitar su proceso de adaptación, lo cual le ha permitido no sentir rechazo, por lo cual, en la actualidad, evade la pregunta de dónde es lo más que pueda para no tener que entrar en detalles de su acento.

En cuanto a entidades públicas o ayudas de grupos externos, manifiesta que ella y su familia nunca han pedido algún tipo de ayuda, considera que Colombia les brindó ayuda con la aprobación del PEP, ya que este les permitió estudiar y trabajar, ante lo cual reconoce que Colombia no le debe algún tipo de ayuda como símbolo de reparación.

En cuanto a la necesidad de ayuda o asistencia psicológica durante y posterior al proceso migratorio, manifiesta que una vez tuvo su primera crisis de pánico y de acuerdo a su diagnóstico, tomó la decisión rápida de iniciar terapia psicológica desde hace dos años, lo cual considera esencial en el ritmo de su vida.

Por parte de LU (5), como estrategia personal de afrontamiento, reconoce que busca resguardo en su grupo de meditación y el colectivo de Mujeres integrales, indica que es la manera de buscar apoyo emocional y psicológico, espacio en el cual logra hacer catarsis de sus emociones, por lo cual manifiesta que las redes sociales le han permitido estar más cerca ya que estos encuentros en la mayoría de las veces son de forma virtual.

En cuanto a las ayudas que puede recibir de organizaciones estatales, manifiesta contar con servicio de EPS por medio del SISBEN para su salud por su condición de vulnerabilidad, sin embargo, dice que nunca ha solicitado ayudas económicas al estado colombiano, opina que la ayuda no debe venir de ese estado sino de sí misma, no siente que deba ser una carga para el gobierno.

En cuanto a los procesos de apoyo o de ayuda psicológica, manifiesta que hacer parte del colectivo de mujeres integrales, el cual está liderado por una Coach le ha sido suficiente, ya que en el pasado intentó contactarse con un Psicólogo, pero debido al cobro económico de cada uno, se le era imposible acceder a esos servicios, por lo cual no pudo empezar terapia y decidió encontrar ese espacio en sus grupos de encuentro.

Por parte de PA (6), expresa no haber solicitado la ayuda al estado colombianos, sin embargo, resalta que contar con un servicio de EPS de forma independiente ha sido de gran ayuda ya que lograron descubrirle que tiene glaucoma y un lunar cancerígeno en el cuello que ya fue operado, lo cual considera que fue un excelente servicio en comparación a la salud que le brindaba Venezuela, inclusive antes de la crisis socioeconómica.

Como estrategias de afrontamiento, indica que toma como apoyo el grupo de la fundación y considera como meta pensar en sí mismo.

En cuanto a terapia o ayuda psicológica, indica que en el pasado tomo terapia debido a que viene de una familia complicada, con divorcios, abandonos, donde su mamá murió cuando él era muy joven, con hermanos con problemas de drogadicción, por lo cual, sostiene que ahora es el momento de trabajar en él, ante lo cual considera que la ayuda psicológica ya no está para su caso.

De acuerdo a los relatos de cada participante, se identifican algunos factores psicosociales en medio del proceso de adaptación a la cultura colombiana, como estrategias personales de afrontamiento al cambio y las posibles consecuencias del mismo, se reconoce que dos de los seis participantes evitan atender o relacionarse con personas que realicen comentarios malintencionados, otros dos participantes, procuran centrarse en sus metas y en sí mismos, una de las participantes se apoya en su grupo de meditación y en el colectivo de mujeres al que pertenece y la participante faltante, refiere procurar ocultar o evitar

aclarar su nacionalidad ya que no considera que sea relevante, lo cual identifica como posible estrategia para la adaptación y para evitar el rechazo.

En cuanto a entidades de salud pública, por parte de los migrantes ilegales, se reconoce que no han logrado acceder a servicios o beneficio que brindan las diferentes entidades de salud pública debido a que en muchas ocasiones la documentación legal es un requisito de acceso a estos.

Por otro lado, en cuanto a los migrantes en estado regular, se reconoce el acceso al sistema de EPS por medio del SISBEN y de forma particular o contributiva. En cuanto a las ayudas o beneficios que se puedan solicitar al estado colombiano, indican que no es de su interés solicitar los mismos, consideran que tienen las capacidades y los medios para buscar por sí solos su sustento, considerando que hay más personas que quizá si puedan requerir de tales ayudas, sin embargo, se resalta que una de las participantes, logró acceder a la educación pública que brinda Colombia.

Según los grupos externos, cuatro de los seis participantes niegan hacer parte de algún grupo externo de apoyo, por parte de los otros dos, refieren contar con el apoyo de un grupo de meditación y de una fundación donde logran encontrar herramientas de afrontamiento para las situaciones difíciles por medio de la expresión de emociones al encontrar espacios de escucha.

Para finalizar, se indaga sobre la consideración de requerir o no la ayuda psicológica profesional, ante esto, solo uno de los participantes, refiere haber recibido ayuda psicológica en el pasado antes de la crisis económica de Venezuela. De acuerdo a lo anterior y para la actualidad, dos de los participantes, refieren no estar interesados en recibir

ayuda de este tipo, ya que consideran que no es de gran ayuda para las situaciones por las cuales atraviesan. Dos de los participantes muestran interés en asistir a terapia psicológica, sin embargo, nunca han buscado medios para ir a una de estas sesiones. Una de las participantes refiere estar interesada en ir, no obstante, el dinero es un factor que ha dificultado el acceso ya que al buscar este tipo de apoyo siempre ha encontrado cobros que no puede cubrir. Una participante, refiere estar asistiendo a terapia psicológica desde hace dos años, fecha en la que tuvo su primer episodio de ansiedad, por lo cual ha vuelto la terapia psicológica como parte fundamental del desarrollo de su vida.

### **8. Conclusión de resultados**

La crisis migratoria venezolana de los últimos años ha causado que miles de ciudadanos inicien un proceso de migración transitoria hacia diferentes países, dando paso al abandono de sus hogares, con el objetivo primordial de mejorar su calidad de vida y la de sus familiares, huyendo de la crisis humanitaria causada por los conflictos políticos, sociales y económicos que ha enfrentado el país debido al mal manejo de los recursos. Por esta razón, diversos grupos migrantes han decidido buscar un refugio o un asilo en nuevos territorios a nivel mundial, donde Colombia, es uno de los principales puntos de acogida para miles de ciudadanos venezolanos.

Teniendo en cuenta el primer objetivo específico de esta investigación, se contempló la necesidad de reconocer las características psicosociales de la población migratoria venezolana, las cuales arrojaron el fenómeno migratorio, el tipo de migración, los medios de transporte usados para el proceso migratorio, la salud mental, sus motivaciones y afectaciones, entre otros factores, que se lograron identificar en medio de las narrativas de cada participante. Para esto, se busca comparar el impacto en los factores psicosociales de la población migratoria venezolana de estado legal e ilegal y con ello crear

o fomentar estrategias de abordaje ante la crisis que les permitan desarrollar los propios recursos para el afrontamiento de las posibles futuras dificultades.

La precariedad laboral que llevó al desplazamiento de los migrantes venezolanos aumentó la circulación de los flujos migratorios mixtos en Latinoamérica y el resto del mundo, ya que la búsqueda de oportunidades y la mejoría en la calidad de vida, actuaron como metas en las cuales el migrante sufrió efectos psicosociales que le llevaron a expresar diversos tipos de sentimientos y emociones a lo largo del proceso transitorio y de adaptación en Colombia.

El duelo migratorio, es un componente clave en los cambios de identidad que sacuden al migrante, debido a que se relacionan con la despedida del individuo en su país de origen y a la separación de su cultura, afectando de sobremanera su estabilidad emocional, lo cual se puede ver reflejado en el déficit de la capacidad para construir y entablar nuevos vínculos afectivos y relaciones interpersonales, su lenguaje o su comportamiento, lo anterior, dado que la migración genera cambios en los procesos de racionalización y sus reacciones ante las diversas situaciones que se le presentan en el proceso de migración y de acentuación.

Se reconoce en la investigación, un grupo de personas en condiciones de vulnerabilidad, por los efectos psicosociales que han ido experimentando los migrantes dentro de su periodo de cambio y adaptación tales como el miedo, la angustia, la culpa y el arrepentimiento de haber dejado su lugar de origen a causa del desplazamiento y las condiciones en el territorio de acogida.

Así mismo, la búsqueda de habituación a una nueva cultura motiva a los migrantes a seguir adelante en su proceso de transición, esto funda una relación de aceptación e integración social entre los migrantes y la comunidad receptora, lo cual evidencia recursos adaptativos en todos los participantes de esta investigación.

De igual forma los procesos adaptativos, se caracterizan como reacciones o exigencias físicas relacionadas con los hábitos alimenticios y el desgaste laboral que en medio de sus afectaciones lleva a los sujetos a buscar un ajuste para lograr una estabilidad sociocultural, lo cual, para esta investigación, forma parte de la apropiación territorial a nivel sociodemográfico y simbólico, esto se ve reflejado en el descubrimiento lingüístico y el cultural, debido a que la relación migrante y población receptora, lleva a la comprensión de nuevos significados y sentidos que están inmersos en la cultura y que el migrante lleva al territorio que habitan.

Ese proceso de adaptación implica diversas alteraciones emocionales durante el tiempo de acogida, que pueden deberse a posibles estereotipos y prejuicios que tiene la comunidad de acogida y así mismo genera miedo y automarginación para los migrantes, por ende, estas actitudes de rechazo y miedo dificultan el proceso de adaptación de la comunidad.

Al tener en cuenta el estatus legal e ilegal de los participantes, se reconoce como resultado del segundo objetivo específico que, independientemente de ello, algunos ciudadanos venezolanos reciben tratos xenofóbicos debido a su nacionalidad y a su ciclo de vida, identificando las edades de adulto mayor con más dificultades de acceso laboral en comparación a ciclos vitales de adulto joven, aun así, se identificó que, pese a tales situaciones, logran adquirir una óptima adaptación a la cultura colombiana, lo cual se



infiere que sucede debido a la cercanía cultural de los países vecinos y a la estabilidad económico que la mayoría han conseguido aun con limitantes.

Como cumplimiento del tercer objetivo específico, se reconoce la necesidad de promover los apoyos humanitarios que brindan las diferentes organizaciones, las cuales permitan el afrontamiento psicosocial que atienda las posibles afectaciones en relación al ciclo vital y la nacionalidad de los migrantes como factores determinantes del posible rechazo psicosocial. Por esto, se sustenta que, en el nivel comunitario, se identifica la necesidad de una efectiva valoración de la diversidad humana que promueva una comunidad con situaciones pacíficas en los distintos grupos sociales que conviven y que independiente de su lugar de origen, conforman determinado territorio. Defender la diversidad de las costumbres, les permite a los miembros de la comunidad abrazar las diferencias y similitudes de forma consciente para trabajar intencionalmente en la construcción de relaciones sostenibles.

Por lo anterior, es importante visibilizar y promover las diferentes entidades que brindan apoyo y acompañamiento a los migrantes, ya que ninguna de ellas fue reconocida por alguno de los participantes, entidades como la cruz roja Colombiana, ACNUR, Migración Colombia, la Fundación Renacer y demás, las cuales brindan atención psicosocial, evaluación y asesoramiento psicológico y jurídico, grupos de apoyo, actividades recreativas y culturales con el fin de fomentar el aumento de las redes de apoyo y la capacidad de que desarrollen la resiliencia como herramienta fundamental para lograr afrontar las diferentes situaciones a lo largo de su vida.

A su vez, se reconoce la necesidad de una intervención temprana que permita reconocer las dificultades emocionales por parte de la psicología social y como ésta por

medio de espacios de integración social, le brinda estrategias de afrontamiento frente a las dificultades de adaptación sociocultural en el proceso migratorio a los individuos, contemplando que parten de su país con un proceso de duelo de separación a su territorio, sus orígenes, sus costumbres y sus familias, convirtiendo esto en una vivencia íntima y subjetiva que marca a cada migrante como evento llamativo en su historia de vida, debido a esto se identificó que muchos migrantes han mantenido este duelo de manera prolongada y como consecuencia de su decisión. Ante esto, el psicólogo debería estar presente en el proceso para fortalecer la creación de una amplia red de apoyo favoreciendo el proceso adaptativo.

Al haber concluido esta investigación, se identifica que el rol del psicólogo es necesario en diferentes escenarios, ya sea en el ámbito laboral donde se están presentando situaciones de discriminación, inestabilidad en los salarios y los extensos horarios, los cuales hacen referencia a la explotación laboral. A su vez, partiendo de las experiencias que algunos participantes reconocen en cuanto a la xenofobia, es necesario que la psicología trabaje de la mano con la sociedad colombiana con el fin de fomentar la empatía, solidaridad y tolerancia con los migrantes.

Para cerrar, es una realidad que el gobierno colombiano aún no está preparado para una migración masiva como la que se ha presentado en los últimos años, por ende, se identifica la necesidad del apoyo estatal en la salud mental y la adaptación sociocultural, donde un primer paso para el fortalecimiento de la salud psicológica podría ser la generación de espacios públicos que presten servicios de atención primaria y primeros auxilios psicológicos de fácil acceso, por tanto se pretende realizar un acercamiento directo con la comunidad migrante venezolana que se encuentra radicada en Colombia, esto con el

fin de favorecer sus procesos adaptativos, incentivando el establecimiento de metas para un desarrollo tanto individual como social.

## 9. Referencias

- Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados. (2020). *Tendencias globales: Desplazamiento forzado en 2019*. (p.10). ACNUR.  
<https://www.acnur.org/media/tendencias-globales-de-desplazamiento-forzado-en-2019>
- Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados. (s.f.). *Salud mental y apoyo psicosocial*. ACNUR. <https://www.acnur.org/que-hacemos/salvaguardar-los-derechos-humanos/salud-publica/salud-mental-y-apoyo-psicosocial>
- Arévalo, C. (2021). *Perdón y salud mental en los migrantes venezolanos*. Corporación Universidad de la Costa.  
<https://repositorio.cuc.edu.co/bitstream/handle/11323/8448/Perd%C3%B3n%20y%20Salud%20Mental%20en%20Migrantes%20Venezolanos.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Aruj, Roberto S.. (2008). Causas, consecuencias, efectos e impacto de las migraciones en Latinoamérica. *Papeles de población*, 14(55), 95-116. Recuperado en 12 de noviembre de 2023, de  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-74252008000100005&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-74252008000100005&lng=es&tlng=es)
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2020). *Salud mental*.  
<https://www.psychiatry.org/patients-families/la-salud-mental>

- Asociación Profamilia y Oficina de los Estados Unidos de Asistencia para Desastres en el Extranjero (2020). *Desigualdades en salud de la población migrante y refugiada venezolana en Colombia. ¿Cómo mejorar la respuesta local dentro de la emergencia humanitaria?*. (p.47). OFDA-USAID. <https://profamilia.org.co/wp-content/uploads/2020/05/Desigualdades-en-salud-de-la-poblacion-migrante-y-refugiada-venezolana-en-Colombia-Como-mejorar-la-respuesta-local-dentro-de-la-emergencia-humanitaria.pdf>
- Bethany. (s.f). ¿Cuál es la realidad de los migrantes venezolanos en Colombia y América Latina?. Bethany en Colombia. <https://colombia.bethany.org/es/recursos/cual-es-la-realidad-de-los-migrantes-venezolanos-en-colombia-y-america-latina>
- Bhugra, D. (2004). Migración y salud mental. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 109(4), 243-258. DOI: 10.1046/j.0001-690x.2003.00246.x
- Bojorquez, Ietza. (2015). Salud mental y Migración Internacional. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*, 47(2), 111-113. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-08072015000200001&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-08072015000200001&lng=en&tlng=es)
- Brito, C. M. y Gomez, Y. R. (2020). *Aspectos Psicosociales Que Afectan Los Estados Emocionales De Los Adolescentes Migrantes Venezolanos, Del Barrio Villa Del Sur del Distrito especial, turístico y cultural de Rioacha* [Trabajo de grado para optar el título de psicóloga]. Universidad Antonio Nariño. <http://repositorio.uan.edu.co/bitstream/123456789/2454/1/2020CharolMichelBritoMena%2cYamilethRocioGomezGonzalez.pdf>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *La ecología del desarrollo humano: Experimentos por naturaleza y diseño*. Prensa de la Universidad de Harvard.

- Buitrago Malaver, Lilia Andrea, & Arias López, Beatriz Elena. (2018). Los aportes del enfoque biográfico narrativo para la generación de conocimiento en Enfermería. *Index de Enfermería*, 27(1-2), 62-66.  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-12962018000100013&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962018000100013&lng=es&tlng=es)
- Carroll, H. A., Luzes, M., Freier, L. F., & Bird, M. (2020). The Migration Journey and Mental Health: Evidence from Venezuelan Forced migration. *SSM-Population Health*, 10, 100551. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2020.100551>
- Castaño, A., y Erazo, D. (2008). Acompañamiento integral a víctimas de la violencia política en Colombia. *Prospectiva Revista de Trabajo Social e Intervención Psicosocial*. 13, 225-244. <https://bit.ly/3KoEvqg>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (s.f). *Migración*. CEPAL.  
<https://www.cepal.org/es/subtemas/migracion>
- Cable News Network (2022). *Venezolanos en Colombia: cuántos hay, dónde están y otros datos*. <https://cnnespanol.cnn.com/2022/09/23/venezolanos-colombia-datos-orix/>
- Cook, T. D. y Reichardt CH. S. (1982). *Métodos cualitativos y cuantitativos en investigación evaluativa*. Ediciones Morata  
<https://www.uv.mx/mie/files/2012/10/Metodoscualitativosycuantitativosdeinvestigacion.pdf>
- Cruz Roja Colombiana. (2020). Promoción de la Salud Mental y Apoyo Psicosocial. Cruz Roja Colombiana. <https://www.cruzrojacolombiana.org/gestion-integral-de-salud/promocion-de-la-salud-mental-y-apoyo-psicosocial/>
- Cubillos A, Vargas-Monroy A. & Wharton T. *Migración de venezolanos a Florida Central, Estados Unidos. Aspectos relacionados con la percepción de condiciones y*

*necesidades de salud mental en 2019*. Rev Gerenc Polit Salud. 2020;19.

<https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/gerepolsal/article/view/31373#:~:text=Cuatro%20de%20cada%20cinco%20personas,desde%20su%20llegada%20a%20Florida.>

Departamento Administrativo Nacional de Estadística. (2021). *Gran Encuesta Integrada de Hogares - GEIH 2021*. DANE.

<https://microdatos.dane.gov.co/index.php/catalog/701/study-description>

Fundación Renacer. (2019). Atención a Víctimas – Fundación Renacer contra la violencia sexual. Fundación Renacer. <https://www.fundacionrenacer.org/servicio/atencion-a-victimas/>

García Arias, M. F. y Restrepo Pineda J. E. (2019). *Aproximación al proceso migratorio venezolano en el siglo XXI*. Hallazgos, 16(32), 63-82. DOI:

<https://doi.org/10.15332/2422409X.5000>

García-Cid, A., Hombrados-Mendieta, I., Gómez-Jacinto, L., Palma-García, M. O., & Millán-Franco, M. (2017). Apoyo social, resiliencia y región de origen en la salud mental y la satisfacción vital de los inmigrantes. *Universitas Psychologica*, 16(5), 1-14. DOI: <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-5.asr>

Gil-Monte, P. (2009). Algunas razones para considerar los riesgos psicosociales en el trabajo y sus consecuencias en la salud pública. *Revista Española de Salud Pública*, 83(2), 169-173. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-57272009000200003&lng=es&tlng=es.](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272009000200003&lng=es&tlng=es)

Jesuits. (s.f.). Impactos de la migración venezolana en la salud mental. Jesuitas.lat.

<https://www.jesuits.org/es/?s=2021>

Metellos, N., 2019, (2018-2019). *Salud Mental de la Población inmigrantes en Cuenca*.

[Trabajo de graduación previo a la obtención del título de Psicología Clínica].

Universidad Del Azuay Facultad De Filosofía, Letras y Ciencias De La Educación

Escuela De Psicología Clínica.

<https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/9404/1/15041.pdf>

Micolta, A. (2005). Teorías y conceptos asociados al estudio de las migraciones

internacionales. *Revista del Departamento de Trabajo Social, Facultad de Ciencias*

*Humanas, Universidad Nacional de Colombia*, (7), 59–76.

<https://revistas.unal.edu.co/index.php/tsocial/article/view/8476/9120>

Migración Colombia. (2023, Agosto). Migración Colombia.

<https://www.migracioncolombia.gov.co/tramites/tramites-migracion-colombia>

Ministerio de salud y de protección social de Colombia (MINSALUD, s.f.) a. *Determinantes*

*Sociales de la Migración*. [Diapositivas PDF]

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/GCFI/3/determinantes-sociales-migracion.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia (MINSALUD, s.f.) b. *Plan de*

*respuesta del sector salud al fenómeno migratorio*.

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/COM/plan-respuesta-salud-migrantes.pdf>

Montero-Medina, D. y Delfino, G. (2021). *Salud Mental y Migración. Un estudio*

*cualitativo*. *FERMENTUM*, 31(92).

<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/62260/MonteroDelfino2021.pdf?sequence=-1&isAllowed=y>

Mougenot B., Amaya, E., Mezones-Holguin, E., Rodríguez-Morales, A. & Cabieses, B. (2021). Inmigración, discriminación percibida y salud mental: evidencia de población venezolana residente en Perú. *Salud Global*.

<https://doi.org/10.1186/s12992-020-00655-3>

Municipios de Colombia. (2023). *El municipio de Zipaquirá*.

<https://www.municipio.com.co/municipio-zipaquirá.html>

Observatorio de Dinámica Urbano Regional (ODUR) 2022. *Anuario estadístico Bogotá Región*.

[https://www.sdp.gov.co/sites/default/files/anuario\\_estadistico\\_bogota\\_region.pdf](https://www.sdp.gov.co/sites/default/files/anuario_estadistico_bogota_region.pdf)

Organización Internacional para las Migraciones (OIM) 2022. *Tendencias Recientes de la Migración en las Américas*. Ed. OIM

[https://rosanjose.iom.int/sites/g/files/tmzbd11446/files/documents/tendencias-recientes-de-la-migracion-en-las-americas\\_sp.pdf](https://rosanjose.iom.int/sites/g/files/tmzbd11446/files/documents/tendencias-recientes-de-la-migracion-en-las-americas_sp.pdf)

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Salud de los refugiados y emigrantes*. OMS

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/refugee-and-migrant-health>

Organización Mundial de la Salud. (2022, June 17). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. OMS

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Organización Mundial de la Salud – Organización Panamericana de la

Salud. (2020). *Situación en Salud Mental en la población Migrante y otras poblaciones de vulnerabilidad en Colombia*. OMS-OPS.

<https://reliefweb.int/report/colombia/situacion-de-salud-mental-en-la-poblacion-migrante-y-otras-poblaciones-en-situacion>



- Organización Mundial de la Salud. (2014). *Salud mental*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health>
- Patton, M. Q. (2015). *Investigación cualitativa y métodos de evaluación: Integrando teoría y práctica*. Publicaciones de salvia
- Rosenthal, G. (2004). *Investigación biográfica*. En C. Seale (Ed.), *Investigando la sociedad y la cultura* (2ª ed., pp. 139-152). Publicaciones de salvia.
- Rubio, D. (2020). Dimensiones para abordar la salud mental en el contexto de la migración. Revisión de literatura científica entre 2016 y 2019. *Revista Javeriana*.  
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.rgps19.dasm>
- Ruiz Eslava, L. F., & Rodriguez Perez, D. A. (2020, 2 octubre). Percepción de las necesidades en salud mental de población migrante venezolana en 13 departamentos de Colombia. Reflexiones y desafíos | Gerencia y Políticas de Salud. *Revista Javeriana*. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.rgps19.pnsm>
- Schwartz, SJ, Unger, JB, Zamboanga, BL y Szapocznik, J. (2010). Repensar el concepto de aculturación: Implicaciones para la teoría y la investigación. *Psicólogo estadounidense*, 65(4), 237-251.  
[https://www.researchgate.net/publication/44585598\\_Rethinking\\_the\\_Concept\\_of\\_Acculturation\\_Implications\\_for\\_Theory\\_and\\_Research](https://www.researchgate.net/publication/44585598_Rethinking_the_Concept_of_Acculturation_Implications_for_Theory_and_Research)
- Urzúa, A., Basabe, N., Pizarro, J. J., & Ferrer, R. (2017). Afrontamiento del estrés por aculturación: inmigrantes latinos en Chile. *Universitas Psychologica*, 16(5).  
<https://www.redalyc.org/journal/647/64753989018/64753989018.pdf>
- Vicario I. (2013). *El estrés Aculturativo y su efecto en el bienestar subjetivo: Los procesos relacionales de intimidad y poder como mediadores* [Tesis doctoral, Universidad de Salamanca].

[https://gedos.usal.es/bitstream/handle/10366/121472/DPEE\\_VicariMolinaIsabel\\_R esumentesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://gedos.usal.es/bitstream/handle/10366/121472/DPEE_VicariMolinaIsabel_R esumentesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

United Nations High Commissioner for Refugees. (2021). *Strengthening Mental Health and Psychosocial Support in 2021*. UNHCR

[https://www.unhcr.org/media/39162#\\_ga=2.79201052.902092112.1685385337-1654204050.1685385337](https://www.unhcr.org/media/39162#_ga=2.79201052.902092112.1685385337-1654204050.1685385337)

## 10. Anexos

### 10.1 Cuestionario

Se presenta a continuación la entrevista semi estructurada que se planteó para el abordaje de las entrevistas virtuales:

FASE 1: CONTEXTO DE VIDA EN VENEZUELA	
1. ¿Con qué personas vivía y en qué lugar?	
2. ¿Cuál era su forma de vida en Venezuela?	
FASE 2: CONTEXTO DE TRASLADO A COLOMBIA	
1. ¿Hace cuánto y qué le llevó a tomar la decisión de migrar de su país?	
2. ¿Desde que empezó la crisis en Venezuela cuanto tiempo soportaste antes de que te vinieras?	¿cómo sobre llevaba esa situación?
	¿Cuándo usted dice que vivía con sus hermanas y sus padres en la misma casa, fue precisamente esa crisis lo que los llevó a tener que ir a vivir juntos o ya convivían de esa manera antes de la crisis?
	¿Los últimos meses que estuvo allá, cuál fue su sustento económico?
	¿En Venezuela usted era la única que respondía económicamente por la casa o los gastos se dividían entre sus hermanos?
	¿Y sus hermanas para donde emigraron? ¿Cuántas hermanas son? ¿Las 3 están juntas?
	¿Y sus padres siguen allá?

3. ¿De qué manera se trasladó a Colombia? ¿Sabías ya a que ciudad llegar o pensabas decidir cuándo llegaras?	¿Con quién migró? ¿Y, de qué manera viajaron? ¿Su medio transporte fue trocha y transporte en bus?
4. ¿Qué emociones y sentimientos recuerda haber experimentado en este momento de traslado?  Paso algo impactante o significativo durante el viaje de traslado?	¿Cuándo venía en camino experimentando varias emociones, en algún momento pensó en devolverse a su país?
5. ¿Por qué razón escogió Colombia como país de destino?	¿En algún momento pensó en otro país? ¿Tuvo algún otro lugar de residencia?
6. ¿Por qué decidió vivir en la ciudad que está actualmente?	
7. Al llegar a la ciudad de destino recibió ayuda de algún conocido o familiar? ¿?	
<b>FASE 3: CONTEXTO RESIDIENDO EN COLOMBIA</b>	
1. Al llegar a Colombia, ¿tramitó algún permiso, visa o documento que le permitiera legalizarse en el país?	Con el permiso, ¿A cuáles ayudas o beneficios puede acceder en Colombia?
2. ¿De qué manera consiguió su primer trabajo o sustento económico?	
3. Estando en Colombia, ¿tiene o tuvo alguien que dependiera de usted económicamente en Colombia o Venezuela?	
4. ¿Qué emociones o sensaciones afloraron en medio de este proceso al llegar a Colombia y buscar un sustento?	
<b>FASE 4: RELACIONES SOCIALES EN COLOMBIA</b>	
1. ¿Qué tan fácil ha sido lograr adaptarse a la cultura colombiana?	
2. ¿Cómo siente que ha sido la acogida por parte de los y las colombianas/os?	
3. Estando en Colombia, ¿En qué personas considera que puede apoyarse ante cualquier adversidad?	
4. ¿Cuenta con personas que considere amigos o amigas en este país?	¿Estando en Colombia, aún mantiene el contacto con las amistades en Venezuela?

6. ¿Alguna vez ha sido víctima de Xenofobia o/y discriminación por su nacionalidad?	
6.1 - ¿De qué manera afronta el rechazo de algunas personas?	<b>Solo si responde si a la pregunta 6</b>
7. ¿Cuál ha sido la experiencia más dura o significativa que ha vivido durante este tiempo de migración y de asentamiento en Colombia?	
8. ¿Considera que se ha visto afectado de alguna manera emocional y/o psicológicamente durante todo el proceso migratorio?	
<b>FASE 5: CIERRE / POSIBLES HERRAMIENTAS DE MANEJO EMOCIONAL</b>	
1. ¿Durante este proceso de migración adoptó alguna estrategia o plan de afrontamiento para las situaciones que se le presentaron?	
2. ¿Usted vio o ve la necesidad de contar con una ayuda psicológica de acuerdo a las circunstancias vividas?	¿Alguna vez ha tomado terapias psicológicas?
3. ¿Le gustaría conocer nuevas estrategias y planes de afrontamiento psicológico para sobrellevar las posibles afectaciones?	
4. ¿Hay algo que le gustaría contarnos y que quizá no le hayamos preguntado?	
Ha sentido una diferencia entre tener o no los documentos de legalización en Colombia	
Actualmente, ¿Cómo es su situación de vida en Colombia?	
¿Cambiaría algo del proceso que ha vivido?	
¿Qué ayuda considera que podría recibir del estado colombiano?	¿Pertenece a algún grupo u organización de apoyo?
¿Ha considerado en la actualidad devolverse para Venezuela?	

## 10.2 Consentimiento

Se comparte el consentimiento que fue diligenciado por cada uno de los participantes de manera digital y la graficas correspondientes que arrojó el formulario de Google formas.

# CONSENTIMIENTO INFORMADO

Investigación de tesis universitaria.

## DATOS DE IDENTIFICACIÓN

*\* Indica que la pregunta es obligatoria.*

---

1. Correo \*

---

2. Nombres y Apellidos \*

---

3. Fecha de nacimiento \*

---

*Ejemplo: 7 de enero del 2019*

4. Género \*

*Marca solo un óvalo.*

Masculino

Femenino

### Condiciones de participación

La presente investigación es conducida por las psicólogas en formación Laura Valentina Rodríguez Gómez y Andrea Catalina Lara Camargo de la Fundación Universitaria los Libertadores.

La investigación de tesis titulada "

Impacto de la migración Venezolana en los factores psicosociales de los migrantes Venezolanos desde su estatus migratorio", tiene como objetivo identificar el impacto de la migración en los factores psicosociales de los migrantes venezolanos con una perspectiva desde su estado legal o ilegal en Colombia.

La participación en este estudio es forma voluntaria, si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una entrevista virtual, la cual tomará aproximadamente 60 minutos de su tiempo. Lo conversado durante el encuentro virtual será grabado por audio, con el fin de poder transcribir posteriormente las ideas que usted haya expresado para un proceso de sistematización de los resultados.

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los establecidos para la investigación, por lo tanto se autoriza a que sean usados para actividades estrictamente pedagógicas, investigativas y que pueden incluir presentación de caso en seminarios o en recursos bibliográficos, conservando el anonimato de los participantes (confidencialidad de los datos).

Sus respuestas a la entrevista serán codificadas por estatus legal y por género, por lo tanto, serán anónimas. Una vez transcritas las entrevistas, los audios de las grabaciones se destruirán.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación a alguna de las investigadoras, de la misma forma, si alguna de las preguntas durante la entrevista le parece incómoda, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderla.

Por favor a continuación marque la opción para completar este formulario y dar por aceptadas las condiciones del consentimiento que se expresaron con anterioridad.

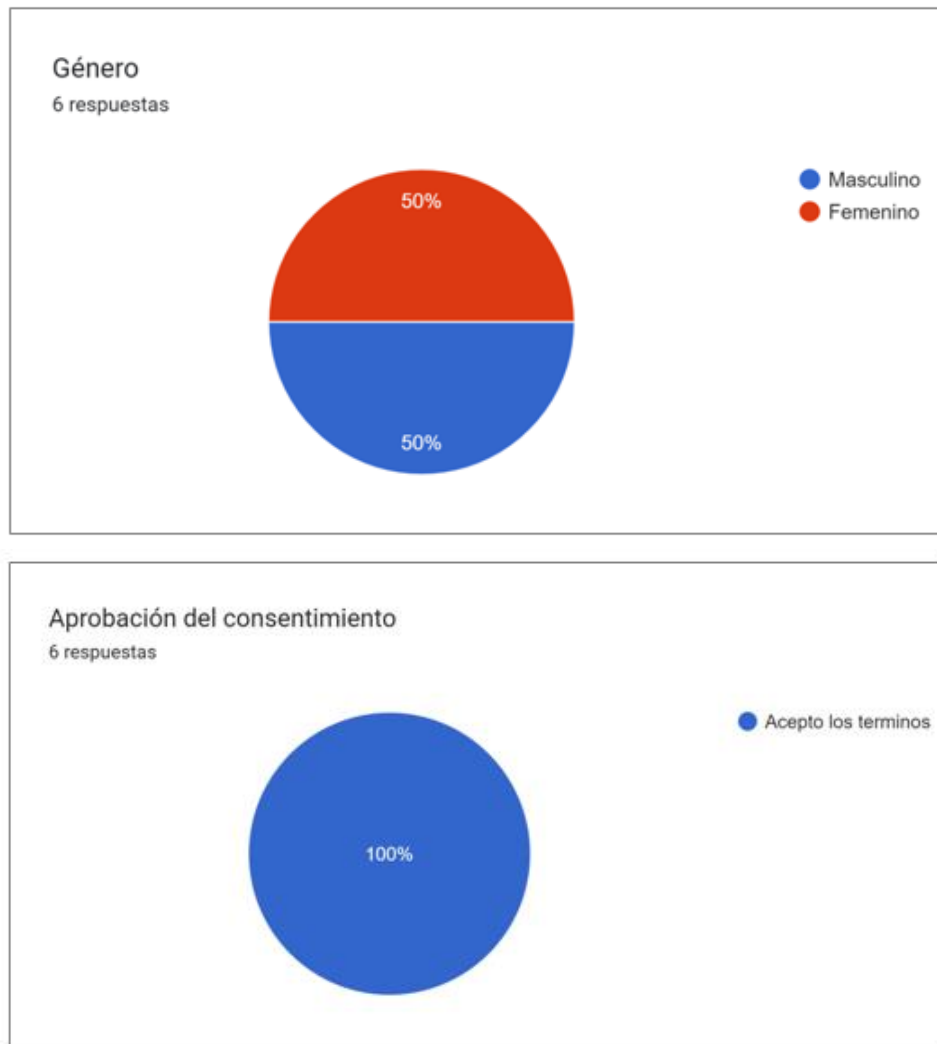
Desde ya le agradecemos su participación.

#### 5. Aprobación del consentimiento \*

Marca solo un óvalo.

Acepto los terminos

Tenga en cuenta que enviado este formulario esta aceptando las condiciones previas, una vez finalizada la investigación usted podrá solicitar información sobre los resultados de este estudio cuando éste haya concluido.



### 10.3 Matrices de codificación

Se comparte el link de la matriz de resultados de las entrevistas y las anotaciones de cada participante:

<https://docs.google.com/spreadsheets/d/1hEMzjZPasUILvZNttVENaZM0IMZcKC5anKEW2B0yqvE/edit?usp=sharing>

### 10.4 Derechos de proyecto

La presente investigación surge como un proyecto de educación superior de estudiantes de los últimos semestres del programa de psicología de la Fundación Universitaria Los Libertadores. Esta investigación inició con la participación de cuatro estudiantes, aun así,

transcurrido el tiempo dos de ellas se retiraron de la misma contemplando realizar un seminario como proyecto de grado, es por esto que las estudiantes Laura Vanessa Rojas Manjarrez, identificada con código estudiantil 201910380500 y la estudiante Daniela Cárdenas Simmonds con código 201910560500, ceden los derechos a las autoras del presente proyecto titulado *“Impacto de la Migración en los Factores Psicosociales de los Migrantes Venezolanos en Relación con su Estatus Migratorio”*, ante lo cual confirmaron el abandono a los derechos del documento mencionado de manera grata con el fin de que sea usado como opción de grado por parte de las estudiantes. Una vez enterados de conformidad y estando de acuerdo en lo establecido en la cesión de derechos firmamos se deja la constancia a efectos legales necesarios.