



“Por una integración saludable entre todos y todas” Programa ProCC dirigido a población inmigrante y autóctona

Autora: Elena Aguiló Pastrana

Informe de una actividad comunitaria ProCC realizada en el Centro de Salud
“Párroco Julio Morate” de Madrid.

Programa ProCC dirigido a población inmigrante y autóctona: “POR UNA INTEGRACIÓN SALUDABLE ENTRE TODOS Y TODAS”

Autora: Elena Aguiló Pastrana

ACTIVIDAD

Trabajo grupal con inmigrantes y población autóctona.

ENCUADRE

Actividad de extensión comunitaria en Atención Primaria.

MODALIDAD

Espacio grupal de duración limitada.

DURACION PREVISTA

10 sesiones de 120 minutos.

OBJETIVOS

1. Contribuir a mejorar la integración y la salud mental de personas inmigrantes adscritas al Centro de Salud, ofreciendo un espacio de reflexión para población autóctona e inmigrante.
2. Aportar material de investigación para el Proyecto de Investigación FIS (PI06/1407), titulado: “Psicopatología en la población inmigrante atendida en Atención Primaria: Prevalencia de factores asociados y eficacia de la intervención biopsicosocial”.
3. Realizar una nueva experiencia de actividad comunitaria con Metodología ProCC en el Centro de Salud.

METODOLOGÍA

Procesos Correctores Comunitarios, Metodología que interviene sobre los malestares de la vida cotidiana. Se trabaja con el Método de Grupo Formativo.

Se ha desarrollado el Programa del Centro Marie Langer para población inmigrante y autóctona: “Por una integración saludable entre todos y todas”.

El trabajo desde los Indicadores Diagnósticos de Población (IDPs) ha permitido la continuidad de la tarea grupal y ha facilitado que los objetivos previstos para cada reunión pudieran abordarse, pese a la variabilidad en el número de asistentes (y el hecho de que no pudiera ser previsto con antelación al comienzo de la misma). Todo ello determina una interesante flexibilidad metodológica que ha permitido la coordinación de la actividad en condiciones difíciles.

IMPLEMENTACIÓN

La convocatoria se hizo desde las consultas de medicina de familia y algunos/as participantes de la fase inicial fueron captados/as en la sala de espera.

Inicialmente fue previsto realizar un grupo cerrado de participantes inscritos/as, aunque atentas a situaciones o características de la población destinataria (inmigrante y autóctona) que modificasen el diseño inicial (“diseño emergente”), tal como es propio de la intervención/investigación cualitativa.

El colectivo de personas inmigrantes muestra una gran dificultad para mantener una asistencia grupal homogénea, especialmente las personas con menor tiempo de permanencia en el país y peores condiciones socio-laborales, que son, previsiblemente también, las de mayor vulnerabilidad psicológica y mayor necesidad de integración.

Se plantea entonces mantener un espacio abierto para inmigrantes y población local: cada reunión tendría en sí misma un objetivo y contenido que le dé sentido individualmente, dentro del conjunto del proceso grupal inicialmente planteado. Mantener este espacio ha sido un objetivo en sí mismo, y se han podido invitar a nuevos/as participantes una vez el espacio estaba abierto, mientras que otros/as mantenían asistencia y otros/as dejaban el grupo.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD GRUPAL

Características del grupo

Se constituyó un espacio abierto para inmigrantes y población local en el Centro de Salud por el que pasaron un total de 16 personas, 11 de origen extranjero y 6 españoles/as.

3 hombres y 13 mujeres. El número de participantes por sesión ha sido muy variable entre 9 y dos personas. Edades diversas, entre los 30 y los 65 años.

Tres de los asistentes a la primera reunión habían realizado entrevistas de captación (de 9 entrevistas realizadas, con cuestionarios y CI, según protocolo de investigación FIS). No se mantuvo su permanencia en el grupo, por lo que no se realizaron entrevistas tras el cierre de la actividad.

Temporalidad

Se realizaron un total de 10 reuniones, en horario de mañana, (10.30 – 12.30), desde el 15 de noviembre de 2007, finalizando el 14 de febrero de 2008.

EQUIPO DE COORDINACIÓN

Coordinación: Elena Aguiló Pastrana.

Observación: Elena Bermúdez Moreno.

Supervisión: Mirtha Cucco García.

EVALUACIÓN

Se ha realizado observación y registro del discurso de participantes y coordinadora durante toda la experiencia grupal. La evaluación cualitativa se realiza mediante “análisis del discurso”.

Se ha realizado una evaluación por parte de los/las participantes antes del cierre de cada una de las reuniones.

Se presentan en el informe de evaluación adjunto:

- a. Los elementos textuales expresados por los y las participantes, emergentes significativos del proceso grupal.
- b. Los objetivos competenciales alcanzados a través de la tarea grupal. Presentamos en cada apartado los emergentes grupales que, a juicio del equipo coordinador/supervisor, avalan el logro de dichos objetivos.

Informe de Evaluación.

Objetivos competenciales alcanzados a través de la tarea grupal.

- 1. Inclusión del proceso migratorio dentro de un fenómeno social más amplio, consecuencia de la violencia de la economía globalizada, y no reducirla a una elección individual de la persona que migra.**

“Se dice la inmigración, pero se entiende como “el problema” de la inmigración. No es así. Podríamos decir que inmigración es solución. Una solución con algunos problemas”.

“Allá, los pobres-pobres no pueden inmigrar. Hay que tener algo para venirse”.

“... Los necesitamos (a los inmigrantes)”.

- 2. Inmigración visualizada como un doble (e inverso) flujo de recursos humanos y económicos entre países enriquecidos y países empobrecidos, en función de los intereses hegemónicos de los primeros.**

“Si no viniese gente de otros países (los viejos, aquí) no tendrían a nadie. Los hijos no se ocupan, prácticamente no tienen tiempo...”

“Quieren elegir a los inmigrantes. Quieren que vengan informáticos... Con estudios”.

“... entonces yo vine. Se exigían papeles pero yo nunca los necesité para trabajar...”

El grupo puede analizar la diferente visibilidad en el imaginario social del beneficio aportado por el inmigrante a la sociedad de acogida, y el que recibe de ella. Eso les permite entender las consecuencias en la mayor dificultad de adaptación y elaboración del duelo por parte de los/as inmigrantes.

“Tenía ganas de hablar, aprender el español. En dos meses aprendí. A medida que hablaba más, más problemas tenía” (podía quejarse de que le hicieran quedarse después de la hora de salida).

“Vi que democracia no es justicia”.

3. Conocer y valorar por parte de inmigrantes y autóctonos, las implicaciones del hecho migratorio

Experimentarlo en un contexto cercano: respecto a vivienda, trabajo y situación económica, papeles, condiciones de vida de los/as inmigrantes.

Ya que, pese a ser vecinos y vecinas del mismo barrio, utilizar los mismos servicios públicos y Centro de salud, hay un gran desconocimiento entre población local e inmigrante...

“No puedes reunir el dinero... te rebelas, Mucha pena... Tengo una conocida, no tiene sus papeles, no encuentra nada... ahora está en una casa. El señor la trata muy mal”.

“Para quien tiene posibilidades de salir de tu país, resulta muy caro... los pobres-pobres no pueden emigrar... cuando llegas acá..., se tiene que comenzar desde cero. Meterse en un piso muy malo, todo roto. Y los hijos en el país. Hay que mandar dinero. Problemas de comida, de vivienda... No es tan fácil... lo pasaron mal... dormir en un parque, en el albergue; o en un portal...”

“Yo con lo que ganaba mandaba el dinero: a mi madre, al resto de la familia y claro, para pagar la deuda”.

“No podía gastar nada, me quedaba para mí 10 euros al mes y compraba un billete de metro de 10 viajes. En día libre: me iba hasta el final de la línea y volvía andando. No comía. Así conocía Madrid. Cuando hacía frío era más complicado...”

Como consecuencia, se evidencian como falsas o exageradas muchas de las “cosas que dicen o piensan” las personas autóctonas acerca de los inmigrantes (que se habían planteado en las reuniones iniciales). Mitos y prejuicios que dificultan en gran manera la integración de las personas de origen extranjero.

4. La necesidad de un espacio para las personas inmigrantes, donde poder hablar de las implicaciones de la migración en su vida cotidiana, les ha permitido un cierto alivio de la soledad y sufrimiento que padecen.

“Siempre te dicen ‘Inmigrante, si no te gusta vete a tu país’. No nos gusta que nos traten mal. Este país también es nuestro”.

“Tenemos derechos, aunque no hayamos nacido en este país”.

“Yo lo he pasado muy mal. Tengo ansiedad. No puedo más”.

“El ambiente aquí te crea eso. Allí te diviertes. Aquí no conozco a nadie... Soy como un gusano en un gallinero... Te agobias. Te aburres”.

5. La necesidad de compartirlo en un espacio de seguridad psicológica. Tener la vivencia de que pueden recibir apoyo y

solidaridad por parte del grupo, incluyendo a las personas autóctonas.

“En el caso de ella, tiene que dejar la familia. Viene con su hermana y algo de dinero. Al llegar aquí se encuentra con situación distinta a la que le contaron. Ella necesita mandar dinero a su casa. Me parece que la responsabilidad de su familia recae en ella y eso tiene que provocarle mucha angustia...”

“... Yo empecé a pensar: ‘Vas a dejar a la familia’, aunque iba a hacer lo que quería”.

“... Todo es por dentro. Me decía: ‘¿cómo me he metido en esto?’...”

“Me desmoralicé. Pensaba: Todavía no quiero irme”.

“Mi suegra se arrodillaba: ‘No te vayas hija’. La noche del viaje no se duerme...”

“La primera vez que vengo a una reunión de estas y me ha parecido muy bien. He comprendido que vivimos dos mundos muy diferentes. Yo en la calle vivo una vida que no tengo con quien comentar. Vengo aquí a esta reunión y me encuentro otro mundo. Muy agradable”.

6. Importancia para las personas autóctonas de escuchar y sentir el impacto emocional de los relatos de las personas inmigrantes, y sus implicaciones vitales.

“Yo tengo el ejemplo de mi mujer: ella llegaba como hacían muchos (entonces, ya no se puede) con una carta de invitación de una persona de acá. 4 horas esperando en Barajas. No se presentaron. Tiene 3 hermanos trabajando acá, ella venga a llamarles por teléfono, y no pudieron ir por ella...” (Confirma ante nuestras miradas de asombro y preguntas, la soledad y los sentimientos de alguien a quien le pasa eso).

“... En un lugar desconocido con todo lo que tenían dentro de una valijita... y que nadie te venga a recoger...”

“Mi marido bebía alcohol y tenía vicio de cigarrillo, ahora es jubilado. Mi marido me dijo: si no te gusta mi vicio, lárgate”.

“Una amiga mía se vino acá a España y me llamó. Descubrí que mi marido tenía otra mujer por ahí. Mi hijo ya era casado. Vivía en otra ciudad”.

“Dije a mi amiga que pensaba en irme pero no tenía dinero para marcharme”.

“Contacté con agencia, que me daba un crédito con mucho interés. Hablé con mi hijo porque no sabía qué hacer. Ellos me apoyaron. Me vine”.

“Llegamos aquí. En el aeropuerto no conocemos a nadie y teníamos miedo. Nos poníamos a llorar. Eran las 22. Llamábamos a un amigo y tenían apagado el teléfono. Nosotros no queríamos ni sentarnos, porque la policía se diese cuenta de que no teníamos dónde ir...”

“Se gasta muy deprisa el dinero que traes. Íbamos por la calle, nos preguntábamos: ¿y cómo se consigue trabajo?”

“Yo traje un dinero que tuve que pedir a crédito para pasar la frontera y después no me registraron. Sólo me pidieron pasaporte y dijeron “pase”. Me arrepentí porque saqué 2000 dólares al 20% de interés... enseguida devolví esa deuda y me quedé solo con la del billete...”

“Cobran un tanto por ciento muy alto (los prestamistas) cuando saben que te vas. Y en cuanto llegas acá, empiezan a molestar a la familia. Y ellos te llaman y te dicen... Manda. ¿Y cómo vas a mandar, si no tienes trabajo?...”

Ante situaciones como éstas, que deben afrontar los inmigrantes, tienen gran importancia los duelos y su elaboración.

El duelo del emigrante.

Se requiere un espacio, un tiempo, una contención, un proceso para la elaboración.

“Yo no me he podido olvidar de mi familia desde que vine, no sé cómo los demás pueden”.

“Sufre el que viene y sufre el que se queda”

“Al inicio se siente un gran vacío. Si gracias a Dios se te resuelven algunos de los muchos problemas que tienes, y puedes viajar todos los años...”

“Yo lloraba mucho. Por darles a ellas un bienestar”

“... La despedida fue muy triste sólo me fueron a despedir mi hijo y mi mamita. Mis hermanas me decían te vas, te vas de paseo... esto... no era eso. Yo sufría por mi hijo y mi mamita, ¡Dios Santo!...”

“En el viaje hice tres escalas: Bogotá, Paris y otro sitio que no me recuerdo. En Bogotá quería regresarme ya, pero la deuda me hacía fuerte”.

Se pudo constatar que estas cuestiones quedan habitualmente en el vacío, sin espacio ni contención para ser analizadas y elaboradas.

7. Reorganización psicológica del proyecto personal tras el impacto de contrastar el proyecto migratorio con las condiciones reales que encuentra la persona inmigrante en los países ricos.

“Uno pensaba que uno llega aquí y empieza a coger el dinero...”

“Ella (su esposa, que fue la primera en inmigrar) me llamaba entonces, “me quiero volver”... Pero su madre había hipotecado su casa para que ella pudiera venirse acá”.

“Yo tengo un problema muy grande. He trabajado tanto, estos tres años. Un piso catastrófico. Trabajo todo el día. Trabajar muy duro. En dos trabajos. Pasar sueño Para traerte el hijo tienes que tener solvencia económica. Ser solvente. Se demora mucho... Y que el

piso... un trabajo grande para arreglarlo... tuve ayuda de los conocidos en fines de semana... para poderse meter... piso muy guarro. Poner mucho empeño. Muy duro”.

Y el niño... si yo les hablara... el padre va contra el niño... tantas discusiones... todo viene contra mí...”

“Mi sueño era tener una casa para mi familia, pero el sueldo no alcanza... y nunca me olvidaba de ese sueño. “Algún día tendré una casita”. Yo no pude estudiar, pensaba, lo que no he tenido, lo voy a dar a mis hijos”.

“Llegando acá, una se da cuenta cómo ha llegado y cómo ha dejado familia”.

“Las condiciones en que dice uno: “de acuerdo” antes de marchar, se da cuenta que no puede cumplirlas cuando llega acá, y los de allí van subiendo los intereses”.

“Yo me vine contenta porque no sabía lo que me iba a encontrar... Y eso que nosotras estamos bien, mi hija trabaja, tiene sus papeles, su contrato (es un proceso de reunificación familiar). Extraño mucho lo de allá”.

8. Posibilidad de establecer vínculos de apoyo entre participantes, que constituyan alguna posibilidad de alternativa de mejora.

“A mí me ha gustado mucho. Crees que estás muy mal. Y te das cuenta que hay otras personas como tú o en situaciones mucho peores, y todos tienen fuerza para luchar y levantarse todos los días. Voy a aprender desde el valor de mis compañeros y el compartir. Me parece muy interesante”.

“Me encuentro a esta señora por la calle y la saludo. Somos todas del barrio. Yo apenas salgo de mi casa”.

9. Los malestares cotidianos y visualizar los aspectos comunes entre personas autóctonas e inmigrantes ante dichos malestares.

“Sería imprescindible tener más conocimiento entre las personas. Nos aislamos en nuestra parcela. Nos encerramos. La hacemos impenetrable. Y tampoco salimos”.

“He aprendido mucho de lo que me han contado ellos. Me gusta para saber comprenderles. Es bueno para todos nosotros”.

Cuando una mujer latinoamericana expresa que le preocupa mucho la libertad que hay aquí y su influencia (se entiende, negativa, como un peligro) en la educación de su nieta adolescente, una señora de su edad, española, le contesta, *“Anda, pues como a las de aquí, a mí me pasa lo mismo con mis nietas”.*

“Mi hija lloraba mucho cuando llegó a España...”

“Lo mismo que yo, cuando me vine a los 17 años de mi pueblo a Madrid”.

10. Análisis de aspectos específicos del cuidado de las mujeres y la influencia de roles asignados al hombre y la mujer; la necesidad de los espacios personales, de la adecuada puesta de límites y criterios autoridad; la necesidad de los desprendimientos para la autonomía, los duelos en la crianza infantil...

“A mí me tenía (mi suegra) para poderla cuidar a ella. Lo que hicimos con las sillas me llegó al alma, porque yo lo he vivido”.

“Ahora cuando recibo mi sueldo, me compro lo que quiero para mí. Me siento bien, y también me siento bien cuando me dicen “qué bien te sienta”.

“Hay que mirar por una y tirar p’alante. Que si no, nos quedamos atrás”.

“Yo lo digo pero no lo hago, no sé hacerlo, Si voy a comprar cojo esto para este, esto para el otro y para mí no cojo nada”.

“Actualmente si los niños quieren lograr algo, a uno lo chantajea. Siempre salen ganando los hijos. Por complacerles”.

“A las mujeres nos pierde querer hacerlo todo, para todos...”

“Estoy aprendiendo mucho sobre la familia. Yo tengo metida en la cabeza esa figura que han explicado. Yo lo sé, pero aprender sola es difícil. Educar a los hijos para que sean independientes me cuesta más.”

CONCLUSIONES

Desde esta experiencia, queremos señalar dos cuestiones claves respecto a la salud mental de la población inmigrante como son:

- Proceso de duelo.
- Proceso de integración.

Puesto que ambas cuestiones tributan a la incidencia del trastorno depresivo: la mayoría de los cuadros depresivos en relación al hecho migratorio se relacionan con dificultades en la elaboración del duelo y con el fracaso de los mecanismos de adaptación puestos en juego en el proceso de integración.

La persona que migra ha de realizar un complejo proceso de adaptación cuyo pronóstico depende de los estresores que tenga que afrontar que, según su magnitud y sus posibilidades de elaboración (y por tanto su potencial patógeno), ha sido diferenciado (Achotegui, J. 2007) en duelo simple, complicado y extremo. La multiplicidad, cronicidad, intensidad y relevancia de estos estresores, la falta de posibilidad de control sobre las situaciones estresantes y la ausencia de una red de apoyo social son los principales factores incriminados en el sufrimiento psíquico de la población inmigrante y condicionan la aparición del denominado síndrome de Ulises.

Por supuesto que existe una relación directa entre la adaptación de las personas de origen extranjero en nuestra sociedad y las condiciones concretas que se encuentran, así como la magnitud de las pérdidas que deban afrontar, y ambas condicionan las posibilidades de reorganización psicológica que serían necesarias para un proceso de integración saludable.

La creación y disponibilidad en el Centro de Salud, como extensión comunitaria de la práctica asistencial habitual de un espacio grupal para inmigrantes y autóctonos/as, es un hecho favorable en sí mismo para la integración y para la salud mental de las personas inmigrantes.

Contar con un espacio de reflexión y escucha entre ambos colectivos, proporciona a los inmigrantes un espacio de seguridad psicológica, para contención emocional de vivencias y relatos de gran dureza que, de otro modo, han de sostener en soledad y, a menudo, sin el auxilio de redes sociales. Así ha sido citado por los y las participantes (personas autóctonas e inmigrantes) como de lo más valioso de la experiencia. La evaluación desde la coordinación grupal valoriza también particularmente este espacio, y la necesidad de ser mantenido en otras experiencias, pese a las múltiples y previsibles dificultades.

El trabajo con la población local es imprescindible. Compartir relatos, vivencias y sentimientos con los/as inmigrantes y analizarlos juntos contribuye al respeto y conocimiento mutuo. La disminución de prejuicios y descalificaciones genéricas respecto a las personas inmigrantes entre la población española es imprescindible para la integración. Advertimos pues contra el considerar el proceso de integración únicamente como tarea de quienes llegan, sino que es tarea de toda la sociedad y de hacer visibles en el imaginario las necesidades sociales cubiertas por las personas inmigrantes.

Desde esta experiencia se demuestra favorable a la elaboración del duelo del inmigrante:

- El análisis del hecho migratorio desde una perspectiva social y no reducida a factores meramente individuales.
- El análisis de las causas, y no solo de los efectos, del fenómeno de las migraciones en el contexto actual.
- La posibilidad de expresión de sentimientos dolorosos en un espacio de seguridad psicológica.
- La posibilidad de ser entendidos/as y apoyados/as por parte de la población autóctona.
- Las posibilidades de reacomodar el proyecto inicial a las condiciones reales que encuentran los/as inmigrantes a su llegada.
- Visualizar dificultades y malestares en la vida cotidiana, comunes a población autóctona e inmigrante.