

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

Facultad De Salud

Programa De Psicología



SÍNDROME DE ULISES EN INMIGRANTES DE LA ZONA
FRONTERIZA COLOMBO- VENEZOLANA

Michell Salome García Pérez

Cúcuta, Colombia

2019

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

Facultad De Salud

Programa De Psicología



SÍNDROME DE ULISES EN INMIGRANTES DE LA
ZONA FRONTERIZA COLOMBO- VENEZOLANA

Michell Salome García Pérez

Director

Ps, Mg. Luis Alberto Molano

Cúcuta, Colombia

2019

Tabla de contenido

Resumen.....	8
Abstract.....	9
Introducción	10
Descripción del problema	11
Planteamiento del Problema	11
Descripción del problema	13
Formulación del Problema.....	14
Objetivos.....	15
<i>Objetivo General</i>	15
<i>Objetivos Específicos</i>	15
Justificación	15
Estado del arte.....	18
<i>Internacionales</i>	18
<i>Nacionales</i>	21
<i>Locales</i>	23
Marco teórico	26
Capítulo I.....	26
Conflicto.....	26

<i>Conflicto social</i>	27
<i>Tipos de conflicto social</i>	28
<i>La comunicación eficiente</i>	29
<i>Conflictos funcionales</i>	29
<i>Conflictos disfuncionales</i>	30
<i>Teorías del conflicto social</i>	30
<i>Teorías consensualitas</i>	30
<i>Teorías conflictivitas</i>	31
<i>Teoría Frustración de expectativas</i>	31
<i>Frontera</i>	32
<i>Teorías antropológicas de la frontera</i>	34
<i>Contexto del conflicto frontera-colombo venezolana</i>	35
Capitulo II.....	38
Estrés.....	38
<i>Síntomas de estrés: consecuencias en el cuerpo y en la conducta</i>	39
<i>Efectos comunes del estrés</i>	39
<i>Efectos comunes del estrés en el cuerpo</i>	39
<i>Efectos comunes del estrés en el estado de ánimo</i>	40
<i>Tipos de estrés</i>	40
Capitulo III.....	42

Factores psicológicos	42
<i>Cognitivo</i>	42
<i>Emocional</i>	44
<i>Efectos psicológicos.</i>	46
<i>Ambiental.</i>	48
Metodología	50
<i>Tipo de investigación</i>	50
<i>Diseño.</i>	51
<i>Población</i>	52
<i>Muestra.</i>	52
<i>Método de recolección de información</i>	53
<i>Categorías de la investigación</i>	54
<i>Procedimiento.</i>	55
<i>Primera fase.</i>	55
<i>Segunda fase</i>	56
<i>Tercera fase</i>	56
<i>Cuarta fase</i>	56
Análisis e interpretación de los Resultados Cualitativos	57
Discusión.....	64
Conclusiones	69

Recomendaciones	70
Referencias bibliográficas.....	71
Anexos	75
<i>Anexo 1: Consentimiento informado</i>	75
<i>Anexo 2: Formatos observación no participante</i>	76
<i>Anexo 3: Entrevista semi-estructurada síndrome de Ulises</i>	76
<i>Anexo 4: Juicio de expertos</i>	78

Lista de tablas

Tabla 1: Entrevista 59

Tabla 2: Interpretación por resultados 61

Tabla 3: Resultados Observación no participante..... 62

Tabla 4: Análisis observación no participante 63

Resumen

En la actualidad el flujo migratorio de venezolanos a Colombia está en aumento por los conflictos sociopolíticos que se presentan en Venezuela, siendo la inmigración una causa generadora de estrés. Por ende este trabajo busca analizar los factores que predisponen al inmigrante venezolano a padecer del Síndrome de Ulises: síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple. La metodología utilizada fue de tipo cualitativa en un estudio de caso con dos participantes mayores de 18 años de género femenino y masculino, a los que se les aplicó una entrevista semi-estructurada que evaluaba tres categorías (cognitiva, emocional y ambiental) como entes psicosociales predisponentes al síndrome y por último se realizó un registro de observación no participante. Los resultados obtenidos evidencian la categoría emocional y ambiental como las predisponentes del síndrome de Ulises.

PALABRAS CLAVE: conflictos, estrés, categorías, emocional, cognitivo, ambiental, Síndrome de Ulises.

Abstract

At present, the migratory flow of Venezuelans to Colombia is increasing due to the sociopolitical conflicts that occur in Venezuela, with immigration being a cause of stress. Therefore, this work seeks to analyze the factors that predispose the Venezuelan immigrant to suffer from the Ulysses Syndrome: immigrant syndrome with chronic and multiple stress. The methodology used was qualitative in a case study with two participants over 18 years of male and female gender, to which they were applied, a semi-structured interview that evaluated three categories (cognitive, emotional and environmental) as entities. Psychosocial predispositions to the syndrome and finally a non-participant observation record was made. The results obtained show the emotional and environmental categories as the predisposing factors of the Ulysses syndrome.

KEY WORDS: conflicts, stress, categories, emotional, cognitive, environmental, Ulysses syndrome.

Introducción

Esta investigación se basa en la presencia del síndrome de Ulises en inmigrantes de la zona fronteriza colombo venezolana. Esto se lleva a cabo debido al constante flujo migratorio que se ha presentado en la frontera. Su objetivo principal es analizar los factores psicosociales que predisponen el Síndrome de Ulises en inmigrantes Venezolanos, a través de un estudio de caso proporcionando estrategias para la prevención de esta problemática.

Teniendo en cuenta que inmigración es la entrada a un país o región de personas que nacieron o proceden de otro lugar. Representa una de las dos opciones o alternativas del término migración, que se aplica a los movimientos de personas de un lugar a otro y estos desplazamientos conllevan un cambio de residencia temporal o definitiva.

Con respecto a la aclaración anterior, se menciona que, en general, la inmigración es una condición dada por necesidades de tipo biológico, económico, social, cultural, etc., de encontrar lugares, entornos, ambientes y sistemas que puedan suplir esas necesidades originales.

Así mismo al evaluar el estrés del inmigrante, se evalúa la sintomatología obtenida del estrés como consecuencia de factores psicosociales que predisponen y de esta manera dejar como soporte de ayuda a las personas inmigrantes una cartilla de tipo educativa como herramienta preventiva que muestre orientaciones y recomendaciones para el manejo del síndrome de Ulises.

Se utiliza una metodología de dos estudios de casos con un enfoque cualitativo, se aplica, una entrevista semi estructurada con opciones abiertas de respuesta, donde el resultado que se obtiene es que las personas inmigrantes presentan el síndrome de Ulises debido a las diferentes adversidades que presentan desde que han inicio a enfrentar un nuevo viaje sin un rumbo fijo y sin

un lugar apropiado donde saciar sus necesidades fisiológicas y psicológicas dando como resultado los factores que predisponen a la presencia del síndrome el emocional y el ambiental.

Descripción del problema

Planteamiento del Problema

“El Síndrome Ulises” es el síndrome del migrante con estrés crónico y múltiple. En otras palabras, es cuando los problemas que vive el migrante son muchos y se multiplican y además tienen una larga duración. Este síndrome fue descrito por el Dr. Joseba Achotegui, quien lleva trabajando por muchos años con migrantes en España. Según explica el Dr. Achotegui, cuando las condiciones son tan difíciles que no hay posibilidad de superarlas y la persona entra en una situación de crisis permanente, es cuando hablamos del Síndrome de Ulises. (Dr. Joseba Achotegui, 2014) Los inmigrantes viven una realidad muy particular y sus problemas no se asemejan a los problemas de otras personas que nunca han salido de su lugar de origen. Es por esto que el tema de la salud mental del migrante se debe abordar desde un punto de vista diferente.

La migración de venezolanos se ha convertido en un fenómeno debido a la pérdida de democratización y la crisis social que allí se presenta desde la perspectiva psicológica se considera que la migración es un acontecimiento de la vida, que como todo cambio supone una parte de estrés, de tensión, al que se denomina duelo migratorio. (Dr. Joseba Achotegui, 2014)

El miedo que se produce en el duelo migratorio se halla relacionado con la vivencia de situaciones traumáticas, con los peligros para la integridad física, emocional y psicológica de las personas que emigran de sus países. De todos modos, la desesperación puede más que el miedo y estas personas, siguen llegando.

Uno de los factores que se pueden encontrar en el síndrome de Ulises presentado por los inmigrantes, es el estrés presentado en el proceso migratorio que conlleva a que su salud mental se afecte, así mismo se puede encontrar otros factores predisponentes los cuales son los factores socioculturales, factores pre migratorios y los factores pos migratorios. (Elkheir, 2014)

Por otro lado las personas inmigrantes están siendo afectadas por la falta de implementos de aseo personal, dentro de la mayoría de los inconvenientes que han surgido esta población también se puede encontrar la falta de alimentación la cual su salud física está siendo afectada e impidiendo el camino a sus diferentes destinos.

Esta combinación de soledad, fracaso en el logro de los objetivos, vivencia de carencias extremas, y terror serían la base psicológica y psicosocial del Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple (Síndrome de Ulises).

Los estresores más importantes son: la separación forzada de los seres queridos, que supone una ruptura del instinto del apego; el sentimiento de desesperanza por el fracaso del proyecto migratorio y la ausencia de oportunidades; la lucha por la supervivencia (dónde alimentarse, dónde encontrar un techo para dormir); y el miedo, el terror que viven en los viajes migratorios (pateras, ir escondidos en camiones), las amenazas de las mafias, de la detención y la expulsión, o la indefensión por carecer de derechos. Esta serie de situaciones por las cuales los inmigrantes deben de pasar pueden generar en ellos un impacto en su bienestar psicológico los cuales pueden afectar durante meses o incluso años.

Se puede concluir que en los inmigrantes los factores estresores para delimitarlos específicamente desde la perspectiva de sus relaciones con la salud mental, que más se presentan

son: La soledad, la separación forzada de la familia y los seres queridos, el duelo, el sentimiento de desesperanza, La lucha por la supervivencia y el miedo.

Descripción del problema

Según La Organización Internacional de las Migraciones (OIM) en las últimas dos décadas el nivel de los inmigrantes ha aumentado debido a los factores económicos y la crisis social que se ha venido presentando en Venezuela. En los últimos años este aumento se deben en un 100% total de la población venezolana, la (OIM) tienen reportados el 40% de venezolanos viviendo legalmente y calcula que el 60% irregularmente, según la investigación liderada por el sociólogo y experto en migración venezolana, Iván de la Vega, profesor de la Universidad Simón Bolívar, realizada por alumnos del Laboratorio Internacional de Migraciones (LIM), revela que son 900.00 los venezolanos incluyendo los que tienen doble nacionalidad, el 1,8 por ciento de la población venezolana son los que han llegado al país en los últimos 20 años, por el efecto de la llamada ‘revolución bolivariana’ y la crisis social en ese país.

En enero entraron al país 47.094 de venezolanos, 24.269 más que en el mismo período del 2016. Según Migración, se registró un aumento en la entrega de cédulas de extranjería a venezolanos del 112 por ciento, debido a este aumento se presenta un incremento en las cifras de deportados y de capturados por cometer delitos, especialmente atracos y el consumo masivo de sustancias psicoactivas.

Esta población de venezolanos se encuentra vulnerable ante la sociedad por ser rechazados y por no obtener un horizonte claro y el encontrar una vivienda adecuada la cual pueda ser utilizada como un refugio, debido a estas circunstancias se presenta en los inmigrantes problemas psicológicos y mentales los cuales se pueden estar viendo reflejados en el síndrome de Ulises.

La OIM determinó que la mayoría de los venezolanos han emigrado países sudamericanos como Colombia, Brasil, Chile, Argentina, Ecuador, Perú y Uruguay, aunque la organización no proporcionó datos desgregados por países, la mayoría de los venezolanos que entran a Colombia lo hacen por Cúcuta; en Brasil por el estado de Roraima; en Ecuador en Rumichaca; en Perú en Tumbes; y en Chile por Tacna, la mitad de los que han llegado a países latinoamericanos han logrado permisos de residencia permanentes o temporales, “lo que hay que elogiar porque no es algo que ocurra a menudo” (Millman, 2018).

Lo anterior sustenta que las migraciones de los diferentes países afectan los territorios de origen debido a que pierden población como a los territorios de destino, es importante mencionar que este aumento de población se hace sentir en diferentes aspectos sociales y económicos de ambos territorios.

La realidad a la que se enfrenta la frontera colombo-venezolana es que nunca, en el trabajo en la atención en salud mental a los inmigrantes desde los años ochenta, se había presenciado situaciones tan dramáticas como las actuales. Y sin embargo, se considera que existe una gran deshumanización al abordar las migraciones de hoy, ya que se presta muy poca atención a los sentimientos, a las vivencias de los inmigrantes y todo esto también puede ser un factor generador de estrés.

Formulación del Problema

¿Cuáles son los factores psicosociales que predisponen el Síndrome de Ulises en inmigrantes de Venezuela?

Objetivos

Objetivo General

Analizar los factores psicosociales que predisponen el Síndrome de Ulises en inmigrantes Venezolanos, a través de un estudio de casos proporcionando estrategias para la prevención de esta problemática.

Objetivos Específicos

Identificar las categorías cognitivas, emocionales y ambientales ante la presencia del Síndrome de Ulises.

Explorar la existencia del síndrome de Ulises en inmigrantes venezolanos a partir de la observación no participantes Conocer los factores psicosociales el proceso de adaptación.

Diseñar una cartilla psicoeducativa como herramienta preventiva del Síndrome de Ulises.

Justificación

El Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple hace referencia al héroe griego que padeció adversidades y peligros, apartado de sus seres queridos, en el viaje a su país. Este síndrome se caracteriza porque la persona padece unos determinados estresores y porque aparecen un amplio conjunto de síntomas psíquicos y somáticos que se enmarcan en el área de la salud mental, sumándole a ello la aparición de factores psicosociales en la población en general.

La OMS considera al estrés como un factor determinante de salud. Dice que la acumulación de mucho estrés psicosocial a lo largo de la vida de cualquier persona, aumentaría el riesgo de tener una pobre salud, incluida la salud mental, e incluso una muerte prematura, Espeso, M (s.f).

En el caso del estrés característico del síndrome, no se alude al proceso adaptativo del nuevo mundo de referencia, sino a un estrés prolongado e intenso (Achotegui 2002), un estrés crónico asociado a la soledad y sentimiento de fracaso, estrés límite por la supervivencia y estrés múltiple que puede desencadenar un cuadro depresivo crónico pero que no tiene nada que ver con Trastorno por Estrés Agudo, porque su característica definitoria es que es crónico (como su nombre indica), tampoco en duelo, trastorno depresivo, de adaptación ni psicosis, es decir, se encuentra en el área de la salud mental, más amplia, que abarca la psiquiatría y la psicopatología.

El Síndrome de Ulises por ende no es una enfermedad, es un cuadro reactivo de estrés ante situaciones de duelo migratorio extremo que no pueden ser elaboradas, por las características ya tratadas. Sin embargo podría ser, la base de desarrollo para enfermedades mentales graves. En síntesis se trata de personas sanas, sin antecedentes de trastornos mentales que adquieren sintomatología variable temporalmente, el insomnio, por ejemplo, la soledad, miedo y ausencia de oportunidades. Cuando los factores mencionados desaparecen, les devuelve a su estado de salud original. Por lo tanto, este Síndrome se sitúa en el área de la prevención sanitaria y psicosocial (García, 2013).

El estrés como se ha mencionado anteriormente es un factor característico del Síndrome de Ulises, trae consigo una problemática social, la cual dependiendo del proceso migratorio que vive cada individuo le permita o no lograr superar estas situaciones adversas. Todo esto sucede a partir de factores sociales más, que de factores personales (M. Reinoso 2007) debido a las realidades que viven, es difícil, tanto las condiciones de vida, como el conseguir un trabajo, la búsqueda de una

Vivienda, el uso del idioma, las actitudes de rechazo y dificultades de adaptación. En todo esto hay un desgaste, por ende un costo emocional para el que se debe hacer frente a situaciones psicosociales vividas como conflictivas, todas estas problemáticas mencionadas llevan a proponer

el diseño de una cartilla como ruta de acción a los efectos psicosociales que se han generado en la actualidad (Haro, 2015).

Las migraciones contemporáneas tienen consecuencias en la alteración de factores psicosociales en las ciudades que los acogen, en el caso de la ciudad de Cúcuta a partir de la revisión documental se evidencian pocos estudios alrededor de la problemática prescrita, por lo que la presente monografía busca que el profesional de la salud logre fortalecer las competencias del hacer, saber hacer y el ser, frente a las situaciones que están dando paso al deterioro de la salud mental.

De esta manera el aporte que se busca dejar a la psicología desde este estudio es generar en primera instancia la importancia e inquietud de investigar sobre temas y problemáticas actuales que son poco estudiadas y que generan beneficio a la psicología clínica en cuanto a promoción de la salud mental de todos. Cuando se logra que cierto grado de la población obtenga salud mental adecuada, se facilitara a nivel social beneficios como el control emocional, la adaptación al contexto y la resolución de conflictos.

Por lo tanto el beneficio es holístico dirigido a la psicología, al área social, profesional, población inmigrante y habitantes de la ciudad de Cúcuta en general. A nivel profesional se logra el conocimiento, práctica y manejo de la problemática actual, sumergiéndose en un campo de acción que permite implementar nuevas estrategias a la psicología clínica y social en pro de la resolución de conflictos, salud mental y calidad de vida.

Estado del arte

Internacionales

La salud en inmigración de España, es una investigación creada por Elena Ronda-Pérez en el año 2014 la cual fue publicado por la revista española salud pública, esta exploración se basa en la realidad socio-demográfica configurada en España a partir de la incorporación de la población inmigrante requiere analizar las necesidades y prioridades generadas por esta situación en todos los ámbitos, incluido el de la investigación en salud. El objetivo del presente estudio es conocer las características generales de los artículos incluidos en una revisión bibliográfica sobre este tema y realizada en el marco del Subprograma de Salud e Inmigración del CIBERESP, su objetivo principal era evaluar el estado de salud de la población inmigrante en España, la metodología que uso fue El proceso de la identificación de los artículos correspondientes a los grupos de investigación se ejecutó por una persona (GO) la cual remitió las referencias localizadas en la búsqueda a los grupos correspondientes que eran los que decidían si la referencia se ajustaba al objetivo del estudio.

Para el desarrollo de esta SR, se utilizó la definición de migrante otorgada por la Organización Internacional para las Migraciones (OIM): “las personas, y los miembros de la familia, que deciden mudarse a otro país para mejorar sus condiciones materiales o sociales y mejorar la perspectiva para sí mismo o para su familia”. Se puede concluir que las enfermedades transmisibles fueron el principal objeto de investigación de los estudios desarrollados en España sobre salud de la población inmigrante. La mayoría de estudios incluyen a la población autóctona como grupo de comparación.

Otra investigación es las limitaciones metodológicas y recomendaciones en publicaciones sobre salud de la población migrante en España creada por Monge Susana en el año 2015 publicado

por la revista http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0213-91112015000600012, su objetivo principal era describir las limitaciones metodológicas y las recomendaciones identificadas por los autores de artículos originales sobre inmigración y salud en España. Se realizó una revisión bibliográfica de artículos originales publicados en español o inglés

Entre 1998 y 2012 que combinan palabras clave sobre inmigración y salud. Se incluyeron un total de 311 artículos; de estas, 176 (56.6%) mencionaron limitaciones y 15 (4.8%) hicieron recomendaciones. Las limitaciones más frecuentemente mencionadas fueron las siguientes: tamaños de muestra reducidos; Problemas de validez interna y representatividad de la muestra, con una representación insuficiente o excesiva de grupos específicos; problemas de validez de la información recopilada y datos faltantes relacionados principalmente con herramientas de medición; y ausencia de variables clave de ajuste o estratificación.

Basado en estos resultados, se proponen una serie de recomendaciones para minimizar las limitaciones habituales y avanzar en la calidad de los trabajos científicos sobre inmigración y salud en nuestro ámbito, se puede concluir de esta investigación era establecer estrategias de acceso a los diferentes perfiles poblacionales mediante marcos muestrales y procedimientos que lo faciliten, como implicar a la población en el diseño y la implementación del estudio, aumentar la confianza y el retorno de la investigación para los participantes, y minimizar barreras de participación mediante traducciones, mediaciones culturales o encuestadores afines.

Por ultimo esta la investigación sobre la salud mental y estrés por aculturación en inmigrantes sudamericanos en el norte de Chile esta investigación es creado por Alfonso Urzúa en el año 2016 publicado por la revista médica de chile esta investigación se basa en el número de migrantes a

nivel mundial es el mayor conocido hasta ahora. Según la Organización de Naciones Unidas, si este incremento continúa, en el 2050 los migrantes internacionales podrían alcanzar la cifra de 450 millones de personas. Chile no ha permanecido ajeno a esta realidad mundial. En el Censo 2002, los inmigrantes constituían 1,22% de la población total, en tanto el año 2012, aumentaron a 2,04% de la población nacional. Esta migración es en 75% proveniente de Sudamérica.

Los flujos migratorios han permitido el contacto entre personas de diferentes contextos y tradiciones culturales, generando cambios y repercusiones tanto en la vida de las personas que migran, como en las comunidades que los reciben. El proceso de cambio que se produce en individuos procedentes de grupos diferentes al entrar en contacto es denominado aculturación. A nivel psicológico, la aculturación involucra características tales como actitudes y valores, la adquisición de nuevas habilidades sociales y normas, los cambios en referencia a la pertenencia a

Un grupo y el ajuste o adaptación a un ambiente diferente. Cuando estas demandas de adaptación a la nueva cultura exceden las capacidades de las personas para afrontarlas surge el denominado estrés por aculturación la metodología utilizada en esta investigación consiste en La muestra estuvo compuesta por 431 inmigrantes colombianos y peruanos, mayores de 18 años, con una residencia mínima de 6 meses en Antofagasta.

Los participantes semilla fueron encuestados principalmente en las siguientes instituciones: Instituto Católico Chileno de Migración (INCAMI), Ciudadano Global-Servicio Jesuitas a Migrantes, Departamento de Extranjería y Migración, Consulados de Colombia y del Perú, centros de salud, entre otros. Del total, 52,2% fueron de nacionalidad colombiana y 51,8% peruana. La edad osciló entre 18 y 65 años. La distribución de los participantes según sexo y edad después de observar los resultados que arrojaba los instrumentos aplicados se puede concluir que el afrontamiento de los cambios que conlleva la inmigración, así como las circunstancias sociales

que con frecuencia caracterizan este proceso, implican que de manera frecuente y sostenida, el inmigrante se vea expuesto a niveles elevados de estrés que terminen repercutiendo negativamente sobre su salud mental.

Nacionales

La Salud mental y estrategias de aculturación en inmigrantes colombianos y peruanos en el norte de Chile es una investigación creada por Urzúa M., Alfonso la cual fue realizada y publicada en el 2017 por la universidad católica de Colombia, esta investigación se basa en Mediante un diseño no experimental de tipo transversal se contrastó la hipótesis de que el estado de salud mental de los inmigrantes evaluados difiere según la estrategia de aculturación que utilicen. Para esto se evaluó la diferencia de medias en sintomatología, rol social y relaciones interpersonales entre los participantes agrupados por tipo de estrategia de aculturación (integración o biculturalidad, separación, aislamiento y asimilación) en una muestra de 431 inmigrantes peruanos y colombianos residentes en la ciudad de Antofagasta, Chile.

Para evaluar la aculturación se utilizó la Escala revisada de actitudes hacia la aculturación de Basabe, Zlovina y Páez, y para evaluar la Salud Mental se aplicó el cuestionario de Autoevaluación OQ-45.2. Como resultado se encontró que la estrategia más utilizada por los colombianos fue la separación, y por los peruanos, la asimilación, además de que los primeros

Reportaron mayor presencia de síntomas de problemas de salud mental en todas las dimensiones y en la escala total, en comparación con la población peruana. En la muestra total, los individuos que utilizaron la estrategia asimilación presentaron un mayor reporte de sintomatología y dificultades en las relaciones interpersonales. Los datos aportan evidencia con respecto a que las estrategias de aculturación utilizadas incidirían en una mayor o menor presencia de sintomatología psicopatológica.

Así mismo se plantea la investigación sobre el afrontamiento del estrés por aculturación: inmigrantes latinos en Chile, esta investigación fue hecha por Alfonso Urzúa en el año 2017 por la universidad pontificia javeriana esta investigación se basa en Las minorías migrantes afrontan el estrés aculturativo con respuestas conductuales y cognitivas. Las fuentes de estrés por aculturación incluyen la discriminación, las diferencias socioculturales, la añoranza del origen y la ruptura familiar. Se entrevistaron 853 inmigrantes peruanos y colombianos en Chile (51 % mujeres y edad $M = 33.19$; $DE = 9.54$). Se aplicaron escalas de estrés por aculturación y formas de afrontamiento.

La distancia y añoranza familiar fue la principal fuente de estrés siendo mayor entre los colombianos, quienes usan más la movilidad individual, la distracción y las comparaciones sociales, mientras los peruanos internalizan más el estigma del inmigrante. Las comparaciones intergrupales y temporales se relacionaron con menor estrés de aculturación.

Se discute la importancia de las formas de afrontar el estrés en minorías migrantes para concluir con esta investigación se puede decir que el estrés aculturativo se produce entre los grupos migrantes según el modelo asumido en este trabajo (Hernández et al., 2011), debido a las siguientes fuentes: la discriminación, rechazo y las diferencias culturales con la sociedad de destino, las dificultades para la obtención de la ciudadanía y los permisos de estancia en Chile, los problemas en las relaciones sociales con otros/as inmigrantes y con los compatriotas, la distancia y añoranza del origen y la familia, y finalmente el impacto en las relaciones y la ruptura familiar derivada de la migración. La escala obtuvo buenos índices de fiabilidad total y por dimensiones. Estas fuentes de estrés de aculturación han sido también expuestas en otros estudios y contextos.

Otro artículo como referente es el presente que expone los resultados de una investigación sobre los flujos migratorios internacionales que han estado llegando a Colombia desde el siglo XVI hasta la actualidad. La metodología investigativa se fundamenta en la recolección y el análisis

de datos derivados de investigaciones anteriores. Los resultados son significativos en la medida que presentan el estado de las migraciones en Colombia entre los siglos XVI y XIX y desde la primera mitad del siglo XX hasta la actualidad. Por un lado, engloban a la inmigración británica, jamaicana y africana en las islas de San Andrés y Providencia; junto con la inmigración árabe, judía, alemana, francesa, italiana y gitana en Colombia continental. Por otro, aluden a las migraciones japonesas, suramericanas, junto con los crecientes asentamientos de inmigrantes norteamericanos, europeos y las nuevas oleadas de migraciones asiáticas y africanas en Colombia. Todo ello lleva a aprehender la envergadura del papel jugado por Colombia como un país de destino de las migraciones internacionales, lo que contrasta con la imagen más conocida de Colombia como un país expulsor de emigrantes.

Locales

Este estudio realizado por Luz Marina Morales en el año 2017 para su Mg en la Universidad la Rioja busca analizar la eficacia de las políticas migratorias en la ciudad de Cúcuta, pretendiendo conocer a profundidad la percepción de los cucuteños frente al cumplimiento de esta normatividad, por parte del Gobierno Nacional; con información recabada de revisiones documentales, entrevistas semiestructuradas y observaciones no participativas; tomando como dimensiones del objeto de estudio: la eficacia del control ejercido por Migración Colombia, el tratamiento de los Derechos Humanos, la respuesta del Ejecutivo a la crisis fronteriza ,y el desarrollo socioeconómico local. La frontera colombo venezolana recorre 2.219 km; ambos países comparten elementos comunes; una gran actividad comercial y dinámicas relaciones. El área que une a Cúcuta con el Estado Táchira, se identifica como la frontera más viva de Latinoamérica.

El segundo artículo es desarrollado por Marín Salazar, Yenny Andrea en el 2017 en la Universidad Externado de la ciudad de Bogotá, la cual tiene como objetivo principal Comprender

los efectos de las interacciones de la dimensión poblacional con las otras dimensiones del desarrollo en la zona de frontera de Cúcuta, Bolívar y San Cristóbal, en los contextos nacionales de los dos países que están determinando situaciones de fragmentación antagónicas a la realidad fronteriza. Su metodología se realiza de tipo cualitativo y cuantitativo, se basa en el modelo BIT-PASE el cual como eje transversal busca establecer un balance entre las dimensiones del desarrollo, con tres momentos, identificar, comprender y responde.

En cuanto a la definición del problema la zona de frontera de Cúcuta -Bolívar- San Cristóbal es un espacio profundamente dinámico en el cual se articulan relaciones poblacionales, sociales, económicas y ambientales, construidas y sustentadas por las comunidades asentadas en este territorio y que a su vez transforman el colectivo poblacional y su dinámica demográfica. No obstante, se presenta en primer lugar un desconocimiento de cómo esta dinámica demográfica se encuentra influenciada por los cambios de las otras dimensiones del desarrollo, tanto del propio país, como del país vecino, cambios condicionados por los flujos poblacionales sociales y económicos.

En segundo lugar, se evidencia una ausencia de un enfoque holístico e integral en los estudios de la zona fronteriza de Cúcuta, Bolívar y San Cristóbal, la cual se ha desconocido como unidad integral en todas las dimensiones del desarrollo, y finalmente en tercer lugar se desconoce hasta donde dichas dinámicas están influenciadas por los contextos nacionales, de tensiones de diferente índole, y cuya no resolución lleva a situaciones críticas que afectan negativamente las poblaciones de ambos territorios y sus posibilidades de desarrollo. En este marco el documento plantea una mirada integradora de este espacio geográfico para su análisis integral.

Los resultados de la investigación se direccionan a La tendencia de crecimiento según los censos muestran que para el municipio de Cúcuta una disminución en los periodos intercensales,

pasando de un 3,9% de crecimiento anual entre el periodo de 1964 a 1971 a 1,79% en el más reciente periodo intercensal de 1993 a 2005. De la misma manera, se registra una disminución del crecimiento anual del municipio de San Cristóbal, pasando de una tasa de crecimiento anual de 3,54% en el periodo de 1961 a 1971, a una mínima tasa de crecimiento anual de 0,34% en el periodo 2001 a 2011. Contrariamente el único municipio que registro un crecimiento superior en el último periodo intercensal, corresponde a Bolívar, que paso de una tasa de 1,58% en el periodo intercensal de 1990 a 2001, a un crecimiento de 2,74% anual en el periodo de 2001 a 2011.

Para finalizar el presente trabajo es realizado por Didier Ramírez Suarez en el 2017 para la Universidad del Área Andina, en esta investigación se presenta un análisis descriptivo de la situación a la que se está enfrentando el estado colombiano con la migración masiva de ciudadanos venezolanos hacia Colombia en búsqueda de mejorar o recuperar sus condiciones básicas de vida, que han perdido en su país natal, como consecuencia de la inestabilidad política y económica que se viene presentado desde hace una década en este país.

Este análisis de tipo monográfico tuvo como enfoque analizar el proceso de migración de venezolanos hacia Colombia desde una mirada de los derechos humanos Vs el marco jurídico de migración en Colombia, y para lograrlo se abordaron en el análisis central tres aspectos: conocimiento y descripción de la situación migratoria de venezolanos en Colombia, determinación de los Impactos colaterales de la movilización de venezolanos hacia Colombia y análisis de las soluciones humanitarias y legales creadas para enfrentar el proceso migratorio masivo de venezolanos hacia Colombia por parte del estado colombiano.

Ante la pregunta de investigación planteada como base de análisis e interpretación ¿Que debe prevalecer en la situación de los migrantes venezolanos que se ubican en la zona fronteriza: la regulación jurídica colombiana en materia de control de extranjeros o el concepto de

humanitarismo de los derechos humanos?, se pudo concluir a través del análisis de los acontecimientos descritos y los datos encontrados en la revisión de fuentes secundarias que ante el hecho de que la presencia de venezolanos en Colombia es inevitable, el gobierno nacional ha asumido una posición conciliadora entre la aplicación estricta de la ley frente a la estadía de 9 extranjeros en el país y la adopción de excepciones legales de carácter humanitario para los ciudadanos venezolanos que han emigrado a Colombia huyendo de la difícil situación política y humanitaria de ese país.

Marco teórico

Capítulo I

Conflicto

A continuación se plantea la teoría correspondiente sobre el conflicto a través de la revisión documental, logrando conceptualizar información sobre los diferentes puntos de vista convenientes a la definición de conflicto, los tipos de conflicto social y las teorías que lo respaldan. Así mismo se realiza un contraste desde la teoría con la situación de la frontera con respecto a la inmigración de venezolanos siendo este el resultado del conflicto interno del país.

Wieviorka, M. 2010 afirma que el conflicto es un fenómeno natural en toda sociedad, es decir, se trata de un hecho social consustancial a la vida en sociedad. Por consiguiente no es la crisis que constituye, más que una relación entre actores, una situación en la cual tanto los individuos como los grupos reaccionan. Tampoco es necesariamente violento, aunque puede serlo, por lo que deben precisarse las relaciones entre violencia y conflicto.

Un conflicto puede incluir, en algunas fases, aspectos violentos, pero si la violencia perdura, se instala, o si pierde toda su capacidad de ser instrumental y por lo tanto de ser controlada y

limitada, entonces necesariamente degrada al conflicto y lo lleva hacia otras lógicas de ruptura pura, de terrorismo. Además, la violencia específica del conflicto, aun cuando es extrema, no impide la coexistencia con formas tácitas de acuerdo o de moderación.

El autor plantea que para que haya conflicto, hace falta un campo de acción dentro del cual puede darse la relación entre adversarios, en otras palabras, unidad de campo y autonomía de los actores deben existir al mismo tiempo. Este campo, este espacio común permite que aquello que el conflicto pone en juego sea reconocido por los actores en oposición, los cuales luchan por controlar los mismos recursos, los mismos valores y el mismo poder.

De manera más sistemática, el conflicto sólo puede darse si tres elementos están presentes: un campo o elementos en juego que sean los mismos para los actores, denominado principio de totalidad; principio de oposición, en el cual cada actor se define en relación a un adversario; y un principio de identidad, en el cual cada uno se define a sí mismo.

Conflicto social.

García, 2008 plantea que así mismo, las disputas son una constante histórica, puesto que han comparecido en todas las épocas y sociedades a lo largo de los tiempos. Incluso, el cambio social que determina toda la dinámica de la vida de los seres humanos es una consecuencia que debe ser imputada de modo mayoritario, aun cuando no de manera absoluta, al conflicto.

Lo cierto es que sin un previo antagonismo social no habría transformaciones sociales o éstas ocurrirían en forma excesivamente lenta, lo que haría a la sociedad algo demasiado estático. El autor declara que la vida sin conflicto será notablemente aburrida, puesto para que no lo hubiera, todas las personas tendrían que pensar lo mismo, pertenecer al mismo sexo, vestirse igual, seguir al mismo equipo, tener los mismos gustos, todo lo cual es también un imposible fáctico.

El conflicto, puede decirse, si se permite la expresión, es la “sal” de la vida.

Colombia especialmente se considera una nación conflictiva, por excepción, ni siquiera es aquella donde las luchas tienen mayor continuidad o son más agudas, a pesar de la larga duración del conflicto armado interno, ya que históricamente varios países, por ejemplo europeos, han superado los niveles de conflictividad nacionales, particularmente, con guerras o procesos de invasión coloniales.

Parsons define el conflicto social como un proceso de segregación que afecta la funcionalidad del sistema social, ya que introduce la entropía generando problemas de integración sistémica y, por tanto, afectando el estatus y los roles asumidos por los diferentes agentes sociales. El conflicto social, dentro de una sociedad bien integrada, es parte de un proceso de ajuste sistémico, en donde “El sistema es siempre el mismo”, O sea, el conflicto social es un mecanismo de evolución social, en donde se introducen cambios cuantitativos dentro de las relaciones de poder, pero sin afectar la cualidad sistémica. Para usar los términos de Coser, el conflicto lleva a un cambio dentro del sistema y no a un cambio del sistema (Vargas y Cruz, 2010).

Tipos de conflicto social.

Podemos encontrar diferentes tipos de conflicto basándonos en el conflicto más simple hasta el conflicto más difícil el cual presentara una forma ms complicada al momento de buscar una solución. El concepto de conflicto implica la existencia de un campo común, de un espacio donde los protagonistas son capaces de dialogar, de negociar, si el conflicto implica una relación antagónica, La sociología propone, de manera directa o indirecta, varias maneras de distinguir los diversos tipos o modalidades de conflicto social. Algunas se basan en una jerarquía que va desde el conflicto más elevado, en lo que refiere a lo que está en juego, hasta sus expresiones más limitadas

La relación antagónica controlada cede rápidamente su lugar tanto a las realidades de la guerra, de las conductas de violencia o de ruptura, cuando se trata de su relación con el exterior; como a las de la búsqueda de cohesión y de pureza en su interior. En este sentido, el conflicto se aleja de la llamada del grupo a distanciarse tanto como se pueda de los otros grupos, y de la búsqueda de su homogeneidad. (Silva García, 2008)

La comunicación eficiente.

Es una herramienta necesaria para entender a los otros y los problemas que pueden llevar a conflictos, porque nos permite comprender diferencias en valores culturales e ideológicos que pueden estar en la raíz del problema y, además, puede evitar que el conflicto se vaya de las manos.

Las causas de los conflictos pueden ser distintos, puesto que existen diferentes tipos de conflictos. Por ejemplo, puede haber conflictos por intereses económicos entre dos empresas, conflictos emocionales en los conflictos internos en una persona, conflictos políticos entre dos países, conflictos religiosos entre dos comunidades o conflictos de competencias entre dos cuerpos policiales.

Conflictos funcionales.

Son aquellos conflictos que se presentan y son de intensidad moderada, que mantienen y sobretodo mejoran el desempeño de las partes, pertenecen a este grupo los conflictos que posibilitan un medio para ventilar problemas y liberar tensiones, fomentan un entorno de evaluación de uno mismo y de cambio; Por ejemplo: si promueven la creatividad, la solución, la toma de decisiones, la adaptación al cambio, estimulan el trabajo en equipo y fomentan el replanteamiento de metas.

Conflictos disfuncionales.

Este tensiona las relaciones de las partes limitando o impidiendo una relación armoniosa en el futuro. Este tipo de conflicto genera estrés, desconfianza, frustración, temores o deseos de agresión, lo cual afecta el equilibrio emocional y físico de las personas, reduciendo su creatividad y en general su productividad y eficacia personal.

Estos conflictos se distinguen entre sí fundamentalmente por sus efectos y consecuencias, los cuales determinan que un conflicto sea bueno o malo, funcional o disfuncional, positivo o negativo

Teorías del conflicto social.

El conflicto social ha generado un abundante número de reflexiones teóricas principalmente desde el campo de la sociología dichas reflexiones han tomado a la revolución el conflicto social por excelencia como principal referencia y ello ha condicionado notablemente sus posicionamientos, no solo a nivel intelectual sino también en términos político.

En términos genéricos una teoría del conflicto social difícilmente será autónoma, lo normal es que forme parte de una concepción global de la realidad social y de su funcionamiento de esto parte dos concepciones del orden social, las cuales condicionan la interpretación de los conflictos sociales.

Teorías consensualitas

La organización de cualquier sistema social tiende a la autocomposición entre los autores y las fuerzas que articulan su estructura y su funcionamiento. Los conflictos sociales no pues situaciones anómalas, fruto de una alteración en el discurso normal de la vida social, de manera que tenderán a ser explicados en términos espasmódicos.

Teorías conflictivas

La sociedad encierra dentro de sí una serie de contradicciones y objetivos colectivos contrapuestos que provocan confrontación de intereses, por esta razón el conflicto es inherente a cualquier dinámica social, es un imperativo estructural y un motor de cambio social.

La sociedad del bienestar, de los chicos que se reunían en la fuente de soda, amable y tranquila, se ve profundamente sacudida en la década de los 60, con el movimiento hippie, las drogas, el pacifismo, la oposición a la guerra de Vietnam, la revolución sexual, el feminismo, los movimientos estudiantiles, el alzamiento de Checoslovaquia, las guerrillas en América latina y el triunfo de la revolución cubana, la figura mítica del Che Guevara, los Guardias Rojos en China, la música rock y mayo del 68. En ese escenario aflora la teoría conflictualista liberal que ya se insinuaba desde la década de los 50, pero que en esos años encuentra un terreno abonado para explicar los conflictos sociales. El estructural funcionalismo había entrado en crisis, avasallado por los agitados acontecimientos de los “años locos” (Silva Garcia, 2008)

En el campo de la teoría sociológica conflictualista del marxismo, que emerge en la primera mitad del siglo XIX en Alemania, Francia e Inglaterra, con la activa participación de Karl Marx y Federico Engels, seguida de la contribución amplia de multitud de teóricos a lo largo y ancho del mundo durante el siglo XX, especialmente; la unidad básica de análisis utilizada en sus estudios, a fin de explicar el conflicto, los movimientos y los cambios en la sociedad, es la clase social.

Teoría Frustración de expectativas

Es aquella que permite medir el grado de insatisfacción o frustración que presentan a las personas cuando no se presenta una situación como ellos esperaban que esta se llevara a cabo, en principio un conflicto según esta teoría surge cuando ante unas expectativas en creciente aumento

se produce una coyuntura que las convierte en irrealizables o existe una distancia tolerable entre lo esperado.

Frontera

Como resultados de procesos, las delimitaciones fronterizas constituyen una evolución desde el establecimiento de un hábitat a la influencia o delimitación de equilibrios políticos de los Estados en territorios; así como de las cohesiones o transformaciones, alcanzadas por las sociedades respectivas. Al haberse establecido por los hombres a través de los tiempos, las fronteras han variado en su fisonomía y carácter presentados hasta hoy; como también han variado los objetivos político-económicos y militares que han cumplido las fronteras

Diez, A. (2014) realiza un paralelo sobre el termino de frontera y limite, donde define “Frontera”, como una demarcación de un país con respecto a otro, del que le separaría una diferenciación cultural, política y hasta militar, se ha venido conceptuando la frontera como un límite o marca: una localización geográfica de tierra de nadie u otra tierra, que separa dos realidades, con una connotación política sobre una realidad geográfica constatable. El término frontera procedía en un principio del aspecto móvil, dinámico, de una demarcación o límite que iba desplazándose, lo mismo en el tiempo que en el espacio, y apareciendo una realidad fluida y modificada paulatina o abruptamente económica, política o culturalmente, para crear una formación histórica nueva.

La entidad de la frontera además del termino abarca para el historiador un contenido conceptual, que como realidad del pasado y actual al comprenderla y pormenorizarla, ofrece al menos tres elementos, una área espacial, con una demarcación o límite y/o un conjunto de espacios contiguos y su diferenciación o continuidad geográfica; un proceso histórico y una realidad geopolítica. Este último apartado sobre la conflictividad múltiple presente en tiempos recientes ha

incorporado la conflictividad latente o específica de las fronteras, geográficamente, siempre se ha prestado atención a porqué razones de tipo geográfico, las fronteras pueden ser conflictivas. Y se pudo comprobar que, entre las causas de conflictos fronterizos, perviven razones de tipo geográfico como:

- El acceso al mar entre países con pretensiones de salida y explotación de sus recursos;
- El cambio en el curso de ríos o por el control del caudal de agua de ríos y lagos (un ej. paradigmático son las disputas por el caudal del río Jordán, entre Israel y sus vecinos; pero casos menos agudos, o más latentes, los hay en un número importante de ríos, de los que se surten poblaciones y aprovechamientos diversos, en comunidades políticas diferentes)
- Por la posesión de un recurso estratégico, disputado entre países concurrentes (el petróleo o el gas son paradigmáticos de enfrentamientos o tensiones, en divisorias territoriales de diversas latitudes; pero también otros recursos estratégicos, como el coltán, en las disputas de países de los Grandes Lagos y área congoleña de África).
- Por la plena disposición de un bien cultural (como un emplazamiento religioso, o las disputas entre religiones confluyentes por lugares sagrados; p. ej. Jerusalén, tanto en tiempos de Cruzadas como en la actualidad).
- Por problemas de adscripción étnica a un territorio separado –por diferentes convencionalidades– en ámbitos nacionales diferentes (p.ej., kurdos en Oriente Medio o albanokosovares en los Balcanes).
- Por el número de vecinos adyacentes de un Estado, como disposición intrínsecamente potenciadora de conflictos o diferencias fronterizas.

Teorías antropológicas de la frontera.

David Newman y Anssi Paasi, quienes en la crítica al particularismo histórico y al nacionalismo metodológico, orientan su investigación a la vida en la frontera y distinguen diferentes factores para el análisis de este espacio, concediendo una atención especial a las relaciones de inclusión/exclusión que se establecen en la frontera y que crean una identidad fronteriza, distinta a la identidad de los que viven en el interior de cada territorio. En sus palabras:

“En antropología, nuevos enfoques han desafiado los supuestos acerca del isomorfismo del espacio, los lugares y la cultura, enfatizando la necesidad de evaluar los roles simbólicos de los límites estatales y fronteras”

Otro enfoque teórico que se interesa por los contactos y vínculos humanos más allá de los límites del estado nación, se trata de la perspectiva transnacional. Esta corriente teórica, iniciada en los años noventa, investiga “procesos y prácticas económicas, políticas y socioculturales que están vinculados a y configurados por las lógicas de más de un estado- nación, y que se caracterizan por el cruce constante de sus fronteras”. Por ende se concentra en estudiar la extensión de grupos entre distintos países, con especial interés en aprehender los vínculos y redes que establecen estos grupos y superan las fronteras nacionales.

Arjun Appadurai reconoce que los flujos migratorios han existido en toda la historia de la humanidad, insiste en que a lo largo del siglo XX se han incrementado, tanto en cantidad, como en velocidad. La consecuencia más destacada de este cambio es la aparición de un nuevo orden de inestabilidad: disminuye el poder de los estados naciones y el espacio se va desterritorializando, de modo tal que ya no resulta posible identificar imágenes culturales con contextos locales, sino que los imaginarios se hacen fluidos y se dispersan y extienden a lo largo del planeta. Plantea a su vez que gracias a la expansión y a la fuerza de los medios de comunicación y de las nuevas

tecnologías (como Internet), cualquier sujeto, de cualquier parte del mundo, puede conocer otras realidades y desear acceder a un mundo mejor, lo que le impulsa a querer cambiar sus circunstancias e incluso a migrar.

Por su lado García Canclini afirma que la hibridación cultural ha existido siempre, al menos en Latinoamérica desde el “primer sincretismo entre España, Portugal y las culturas indígenas”, insiste en que este fenómeno se ha radicalizado en el presente, con la aparición de “nuevos vínculos culturales, relaciones sociales, y de nuevos conflictos, que ya no suponen el enfrentamiento solo de grupos radicalmente opuestos, sino que se multiplican los frentes, se dividen las reivindicaciones y aumentan los problemas de modo exponencial”. Todo esto le lleva a sostener que todas las culturas son híbridas y fronterizas, y que sus relaciones se multiplican en un “único territorio global, plagado de tensiones y de diferencias, donde nuevos actores intentan subvertir y deslocalizar las relaciones de poder”.

Contexto del conflicto frontera-colombo venezolana

El escenario colombo venezolano se caracteriza por tener una extensión superior a los 2.200 Km y se considera uno de los límites fronterizos más dinámicos de América Latina. Su dinámica local se concentra en Cúcuta, Ureña y San Antonio, como ejes urbanos del flujo comercial de una zona caracterizada por una intensa interacción. Su plataforma comercial está determinada por la fluctuación de las tasas de cambio, el entorno político y las variaciones en el comercio local y subregional. Por otra parte, está el comercio formal protegido por los acuerdos y legislación de la Comunidad Andina de Naciones (CAN), a pesar del retiro unidireccional de Venezuela en abril de 2006. Después del 2003 cuando se registran pérdidas cuantiosas, el intercambio crece anualmente de manera sostenida hasta el 2007 que frente al 2002 registra las cifras altas del comercio binacional en el registro histórico de los dos países (Aguilar, 2008).

La frontera tiene como característica las dinámicas propias de lo que se podría llamar una región con vida binacional, y pese a la crisis que se presentó, tras el cierre de la frontera y la expulsión de 2.200 colombianos de territorio venezolano en el año 2015 de parte del gobierno de Maduro, aún sigue siendo un territorio con un alto nivel de movilidad humana, ya que los intercambios de todo tipo son cotidianos y característicos entre quienes habitan ambos lados de la frontera.

En el segundo semestre del 2016 Venezuela reabre la frontera, estableciéndose solo el paso peatonal; Inicialmente, el restablecimiento, aunque parcial, del paso fronterizo en los estados venezolanos de Apure, Táchira y Zulia supuso un retorno en pequeña escala, al dinamismo tradicional de la frontera. Sin embargo, la reincorporación de la moneda venezolana al mercado de cambio en la frontera colombiana no fue la misma, debido a la elevada devaluación del bolívar frente al peso colombiano.

Los habitantes de los estados fronterizos que veían en el mercado colombiano una alternativa para abastecerse de los productos escasos o inexistentes y de primera necesidad, encuentran seriamente limitado su acceso a bienes y servicios en Colombia; por otra parte, esto ha afectado negativamente a cientos de familias, que consideraban el intercambio de divisas como principal fuente de ingresos. Durante el primer semestre de 2017 se cerraron 41 casas de cambio en Norte de Santander, perjudicando seriamente la tradicional actividad económica de la frontera, agravando la seria situación en Cúcuta y su área metropolitana, ya que es una de las ciudades con mayor índice de desempleo de Colombia.

En Cúcuta se han encontrado testimonios de venezolanos que viajaron desde Caracas y otros lugares del interior del país, portando todo el dinero que pudieron recoger para lograr llegar a la frontera y adquirir alimentos, bienes de aseo y medicamentos. Pero enfrentando el golpe de la

severa devaluación de una moneda con respecto a la otra y frustrando un poco lo que parecía en primer momento una buena opción. Por otro lado, el nivel de seguridad y orden público en la frontera es delicado, debido a la presencia y accionar de todo tipo de delincuencia y grupos armados.

En zona de frontera del área metropolitana de Cúcuta se ha intensificado el accionar de los GAPD: los Urabeños (conocidos también como Clan del Golfo) y los Rastrojos. Los hechos registrados están asociados a acciones bélicas en las que están involucrados también el EPL, ELN, ejército y policía de Colombia. Hasta inicios del mes de octubre se llegaron a presentar al menos 11 enfrentamientos cerca del puente internacional Simón Bolívar, generando temor entre los habitantes y transeúntes. Las autoridades locales atribuyen los hechos a una disputa del control territorial. En el estado de Táchira, durante el periodo de protestas nacionales, ciudades como San Cristóbal se convirtieron en una especie de bomba de tiempo.

Se bloqueaban las calles, el transporte público dejaba de funcionar, aumenta los niveles de inseguridad. La población fronteriza de lado venezolano expresa un alto nivel de inseguridad ante la presencia sobre todo en zonas rurales de grupos armados y delincuenciales. Estos grupos tienen como fin el control territorial, para efectuar actividades ilícitas como por ejemplo, contrabando, reclutamiento y cobro de vacuna. Aspectos que impactan negativamente la economía y la seguridad del lado venezolano, agravando la ya presente situación de desabastecimiento generalizado e hiperinflación (SJR, 2017).

Capítulo II

Estrés

Este capítulo se basa en el abordaje del estrés que presentan las personas inmigrantes desde una perspectiva psicológica obteniendo una información clara del nivel de estrés que pasan estas personas debido a las diferentes situaciones que ellos presentan en el transcurso de los recorridos que realizan empezando desde la manera con la que tienen que ser desalojadas de sus viviendas.

El estrés es un sentimiento de tensión física o emocional. Puede provenir de cualquier situación o pensamiento que lo haga sentir a uno frustrado, furioso o nervioso.

El estrés es la reacción de su cuerpo a un desafío o demanda. En pequeños episodios el estrés puede ser positivo, como cuando le ayuda a evitar el peligro o cumplir con una fecha límite. Pero cuando el estrés dura mucho tiempo, puede dañar su salud. La distancia del país de origen, seguida por las dificultades en las relaciones sociales con otros inmigrantes y la discriminación y rechazo percibido son los factores relevantes que presentan las personas y son las principales causantes que se vea afectada la salud mental de las personas. El factor cultural puede convertirse en un elemento estresante para el sujeto, principalmente por la necesidad de un mayor esfuerzo adaptativo y la probabilidad de percibir un desbordamiento e incontrolabilidad de las demandas ambientales en relación con sus recursos disponibles.

Los estresores del síndrome de Ulises más importantes son la separación forzada de los seres queridos, que supone una ruptura del instinto del apego; el sentimiento de desesperanza por el fracaso del proyecto migratorio y la ausencia de oportunidades; la lucha por la supervivencia (dónde alimentarse, dónde encontrar un techo para dormir); y el miedo, el terror que viven en los viajes migratorios (pateras, ir escondidos en camiones), las amenazas de las mafias, de la detención y la expulsión, o la indefensión por carecer de derechos. Pero además, estos estresores de tanta

relevancia y que van más allá del clásico estrés aculturativo, se hallan incrementados por toda una serie de factores que los potencian, tales como: la multiplicidad (a más estresores, mayor riesgo; los estresores se potencian entre ellos); la cronicidad, ya que estas situaciones límite pueden afectar al inmigrante durante meses o incluso años; el sentimiento de que el individuo, haga lo que haga, no puede modificar su situación (indefensión aprendida [Seligman, 1975], ausencia de autoeficacia [Bandura, 1984]); y los fuertes déficits en sus redes de apoyo social (el capital social de Coleman [1984]). (Achotegui, 2009).

Síntomas de estrés: consecuencias en el cuerpo y en la conducta

Los síntomas del estrés pueden estar afectando la salud, aunque muchas veces no sea evidente. Quizás se piensa que una enfermedad es la culpable del dolor de cabeza persistente, el insomnio frecuente o la disminución de la productividad en el trabajo. Pero, en realidad, el culpable probablemente sea el estrés.

Efectos comunes del estrés

Los síntomas del estrés pueden afectar el cuerpo, los pensamientos, las emociones y el comportamiento. Saber identificar los síntomas comunes del estrés ya es un gran paso para poder manejarlos. Si no se controla, el estrés puede desencadenar muchos problemas de salud, como presión arterial alta, enfermedades cardíacas, obesidad y diabetes.

Efectos comunes del estrés en el cuerpo

- Dolor de cabeza
- Tensión o dolor muscular
- Dolor en el pecho
- Fatiga

- Cambios en el deseo sexual
- Malestar estomacal
- Problemas de sueño

Efectos comunes del estrés en el estado de ánimo

- Ansiedad
- Agitación
- Falta de motivación o de concentración
- Agobio
- Irritabilidad o ira
- Tristeza o depresión

Tipos de estrés

Estrés agudo: Este es estrés a corto plazo que desaparece rápidamente. Puede sentirlo cuando presiona los frenos, pelea con su pareja o esquía en una pendiente. Esto le ayuda a controlar las situaciones peligrosas. También ocurre cuando hace algo nuevo o emocionante. Todas las personas sienten estrés agudo en algún momento u otro.

Estrés crónico: Este es el estrés que dura por un período de tiempo prolongado. Usted puede tener estrés crónico si tiene problemas de dinero, un matrimonio infeliz o problemas en el trabajo. Cualquier tipo de estrés que continúa por semanas o meses es estrés crónico. Puede acostumbrarse tanto al estrés crónico que no se dé cuenta que es un problema. Si no encuentra maneras de controlar el estrés, este podría causar problemas de salud.

Las personas que presentan estrés crónico, su cuerpo se mantiene alerta incluso cuando no hay peligro. Con el paso del tiempo, esto le pone en riesgo presentando problemas de salud, incluyendo: Presión arterial alta, Insuficiencia cardíaca, Diabetes, Obesidad, Depresión o ansiedad

El afrontamiento de los cambios que conlleva la inmigración, así como las circunstancias sociales que con frecuencia caracterizan este proceso, implican que de manera frecuente y sostenida, el inmigrante se vea expuesto a niveles elevados de estrés que terminen repercutiendo negativamente sobre su salud mental.

Los estresores principales que se encuentran en las personas inmigrantes según Hovey en el 2001 los dividen en cinco grupos principales: (SobrinoPrados, 2007)

- 1) según su relación con el proceso de migración
- 2) las barreras del lenguaje y los problemas de comunicación,
- 3) los estresores del ambiente relacionado con los cambios socioculturales,
- 4) estresores económicos, desempleo y marginación social
- 5) la pérdida de apoyo social y familiar

Lo importante del estrés crónico sería el carácter penetrante y duradero de los estresores y el papel del riesgo de acumulación de estresores que actúan con el efecto de una bola de nieve. La exclusión social, el racismo, el hambre, la pobreza, la movilidad geográfica frecuente en busca de trabajo para los padres que acentúa más su desarraigo; el hacinamiento, la mayor exposición a accidentes domésticos o enfermedades contagiosas por la precariedad de sus domicilios, el fracaso escolar debido a las anomalías en el currículo escolar, el frío...no constituyen para estas familias

ninguna aberración sino el día a día de su existencia. A ello hay que añadir la invisibilidad social aparente de su situación que actúa como un elemento que no les ayuda mucho a clarificar su destino o a fomentar su autopercepción o autoestima Espeso Montagud (2010).

Capítulo III

Factores psicológicos

Los fenómenos migratorios han acompañado siempre el desarrollo de las sociedades en mayor o menor medida, sobretodo en momentos de crisis económica. Tomar la decisión de emigrar y buscar nuevas oportunidades es una decisión de profundidad psicológica para la persona, familiares y amigos. Ese peso psicológico puede en algunos casos convertirse en una carga demasiado pesada, llegando a inhabilitar y afectar la salud mental, a esto se le llama el Síndrome de Ulises.

El estrés llega cuando las cosas no ocurren al ritmo que se tiene pensado y se presentan contratiempos, por ende para un inmigrante, una situación de alto estrés prolongado puede tener efectos muy negativos que se pueden predecir desde la perspectiva de los factores psicológicos con los que se cuenta para afrontar el estrés, a continuación se dividen esos factores en tres categorías psicológicas como lo son la parte cognitiva, emocional y ambiental.

Cognitivo

De acuerdo con la teoría cognitiva de estrés desarrollada por Lazarus y Folkman (1984), el estrés se define como el resultado entre un ambiente que impone demandas que exceden los recursos psicológicos actuales de la persona que lo experimenta. De esta forma, el individuo puede percibir una situación específica como dañina o negativa o, por el contrario, percibirla de forma positiva como un desafío o reto. Esta interpretación varía dependiendo de los factores cognitivos de las personas que está pasando por un proceso de inmigración, se encuentra variados en las

creencias, los valores, el compromiso y la capacidad de enfrentamiento a las distintas situaciones por las cuales pasa, basadas en las características individuales o el ambiente familiar.

Así mismo Lazarus y Folkman afirman que la capacidad de afrontamiento, en la medida que es un proceso psicológico, se pone en marcha cuando el entorno se percibe como amenazante. Estos autores definen el afrontamiento como aquellos esfuerzos que se desarrollan para manejar las demandas que desbordan los recursos del individuo con el fin de evitar o reducir las consecuencias negativas de la situación de amenaza o desafío, y concuerdan en determinar un dominio dirigido a la cognición el cual se describe a continuación (Ferrer, Palacio, Hoyos & Madariaga 2014)

La valoración como afrontamiento cognitivo: se orienta a un intento por encontrar un significado al suceso y valorarlo de manera que resulte menos amenazante o desagradable. Desde lo cognitivo, Wolchick y Sandler realizaron un estudio en el que hallaron una relación positiva entre las estrategias de afrontamiento utilizadas desde la cognición y el nivel de severidad de los síntomas. Encontraron que la distracción, la solución de problemas y la búsqueda de apoyo social fueron las estrategias de afrontamiento más utilizadas.

En otros estudios, Berry relaciona los aspectos cognitivos del individuo con un grado de aculturación positiva, independientemente de que el nivel de educación en los inmigrantes sea o no alto. Afirma el autor que las personas que afrontan la inmigración desde la cognición tienen mayores posibilidades de racionalizar las dificultades del proceso de aculturación, permitiéndoles ver las experiencias como retos o nuevas oportunidades que les brinda la sociedad receptora. Así mismo Quintero y Clavel (2005) añaden también factores cognitivos como la percepción de tener elección o no en el proceso migratorio (migración forzada vs. no forzada) y las expectativas, tanto en las condiciones como en las capacidades propias de adaptación.

Por su parte al mencionar el duelo migratorio de (Joseba Achotegui s,f) se plantea que la persona utiliza una serie de defensas psicológicas y errores en el procesamiento de la información donde los mecanismos de defensa y mecanismos psicológicos que corresponden al manejo de las emociones y los conflictos psicológicos, están obviamente presentes en la elaboración del duelo migratorio. Los mecanismos de defensa no son inadecuados en sí mismos, sino sólo cuando son masivos, porque distorsionan radicalmente la visión de la realidad para hacerla menos frustrante, más gratificante, y de ese modo, impiden la adaptación, que es el objetivo evolutivo del funcionamiento mental.

En cuanto a los errores en el procesamiento de la información, que se consideran adaptables al estrés migratorio existen dos planos, por un lado, en relación al estímulo, la abstracción selectiva, que consiste en centrarse en un detalle extraído fuera de contexto y desde la perspectiva de respuesta, Beck señala varios mecanismos:

- La inferencia arbitraria: la generalización excesiva cuando se elabora una regla general, o una conclusión, a partir de uno o varios hechos aislados.
- La maximización y minimización: se distorsiona la realidad modificando la magnitud de los acontecimientos.
- La personalización: tendencia a atribuirse fenómenos externos injustificadamente.
- El pensamiento absolutista o dicotómico: tendencia a clasificar todas las experiencias siguiendo categorías extremas

Emocional

Para muchas personas el estrés representa un reto que estimula y motiva la obtención de logros y metas, mientras que en otros casos el estrés representa una variable de emociones en las cuales

encontramos un estado de preocupación, irritabilidad, temor y frustración (Moscoso, 2010). Al margen de estas interpretaciones, el estrés es una condición inevitable en la existencia humana y predispone al organismo para actuar de manera más efectiva ante las exigencias del ambiente. En ese sentido, el estrés es positivo por cuanto permite aprender y desarrollar un buen nivel de Resiliencia en el proceso de adaptación en las personas inmigrantes.

La motivación es resultado de la interacción de diversos factores, que influirán en nuestras ganas de seguir realizando y creando el futuro que las personas inmigrantes desean alcanzar Sin embargo, algunos factores psicológicos y emocionales que aparecen en todas estas personas.

La apatía es una condición o estado de falta de motivación o de interés por los diferentes aspectos de la vida, generalmente asociada a un estado de malestar o desesperanza. Existe una indiferencia tanto a nivel cognitivo como afectivo a la mayoría de estímulos, y las ganas de actuar brillan por su ausencia.

Por otro lado, las principales características de este síntoma son el aplanamiento o embotamiento afectivo, la falta de perseverancia y la reducción de pensamientos y conductas autogeneradas.

Así, no solo se pierde la iniciativa en mayor o menor grado, sino que la vinculación de los sucesos con las emociones sucede a un nivel mucho menor. Ello puede provocar que la persona disminuya su rendimiento y nivel de esfuerzo de cara a realizar diferentes tipos de conducta, cosa que a su vez retroalimenta la desmotivación del sujeto. Cuando la apatía se apodera a un grado máximo de los inmigrantes no deja actuar con normalidad, dificultando tomar decisiones o imposibilitando el empezar o continuar la realización de tareas.

Efectos psicológicos.

Dentro de los efectos psicológicos se evidencian ansiedad, estrés y vivencias negativas o traumáticas, desmejorando la calidad de vida de los migrantes.

El desgaste causado por la vivencia continuada de un estado de tensión puede generar la presencia de apatía, sea ésta vinculada o bien a un aspecto concreto de la realidad o bien a nivel general. Situaciones de las que no podemos escapar y que generan desesperanza y sensación de falta de control suelen generar cierto estado apático si se mantienen a lo largo del tiempo

Depresión

Se presentan diferentes sesgos cognitivos que hacen al sujeto ver el mundo, su propio futuro y a sí mismos de una manera hostil y negativa. La desesperación y malestar generados pueden conllevar sentimientos de apatía, siendo de hecho uno de los síntomas comunes.

Dado que el estrés y las vivencias negativas pueden ser otras de las causas de la apatía, la gestión del tiempo también resulta esencial. Por este motivo se hace necesario contribuir a realizarse horarios concretos que dejen lugar a espacios de relajación, así como la realización de diferentes ejercicios y técnicas que la faciliten, También el apoyo social y el reforzamiento de la iniciativa por parte de otros supone una gran ayuda de cara a superar estados de apatía El uso de sustancias psicoactivas, especialmente de tipo depresor, puede tener efectos perjudiciales y ayudar a mantener e incluso generar la apatía. De este modo se debe disminuir y controlar el consumo de este tipo de sustancias. (Castilero, 2018)

La emoción-afrontamiento afectiva: regulación de los aspectos emocionales e intento de mantener el equilibrio afectivo. Desde lo emocional, el inmigrante –generalmente– enfrenta un proceso crítico y complejo de elaboración de duelos, de resistencia, de discriminación, no exento

de dolor y sufrimiento; así las cosas, cuando se prolongan las incertidumbres aflora la inseguridad, la nostalgia, acompañada de tristeza, sentimientos de culpa, ideas de muerte, desordenes psíquico-somáticos o ansioso-depresivos, lo cual agudiza su situación y da paso a estrategias de afrontamiento emocionales y de evitación, lo cual afecta sus habilidades para un afrontamiento positivo o más centrado en el problema. En un intento de responder a la cuestión acerca de los determinantes del afrontamiento, existe evidencia de que tanto las diferencias individuales y de personalidad como la naturaleza de la situación que se debe proceso de aculturación y adaptación del inmigrante: 567 características individuales y redes sociales Psicología afrontar los factores del medio social juegan un importante rol. Otros estudios enfatizan que las habilidades sociales constituyen un recurso determinante del afrontamiento debido al papel de la actividad social en la adaptación humana, y estas habilidades se refieren a la capacidad de comunicarse y actuar con otras personas, lo cual facilita la resolución de los problemas mediante la cooperación social (Lazarus & Folkman, 1986; Moos & Shaefer, 1993).

Es así que consideramos relevante el trabajo de Achotegui, quien especifica que se tiene que tomar en cuenta el "estrés crónico y múltiple o duelo migratorio". Al respecto, Achotegui señala que la migración en sí misma no es sinónimo de enfermedad mental pero identifica la vulnerabilidad y los riesgos vinculados con el proceso migratorio. En sus trabajos explica cómo el actual contexto migratorio propicia, a través de factores estresores, la aparición del "Síndrome de Ulises" o "duelo migratorio" que se caracteriza por ser un duelo parcial, recurrente y múltiple, que afecta la identidad y está vinculado con aspectos culturales del lugar de origen. La nostalgia es un sentimiento muy frecuente cuando las personas inmigrantes llegan al punto de pensar en sus padres e hijos y demás familiares cuando recuerdan sobre su infancia y algunos lugares de su tierra natal

y a su vez es una emoción que motiva a las personas inmigrantes a salir adelante y luchar por sus triunfos. (Temores, 2015)

En las personas inmigrantes el odio es un sentimiento que prevalece debido a la presencia de emociones que se van presentando en su trayectoria migratoria, pero también tiene sentimientos de rabia, porque tuvo que marchar de su tierra, porque fue una mala madre que no le dio todo lo que necesitaba el inmigrante siente, a la vez, amor hacia su país de origen, por los vínculos que estableció allí, Estas situaciones favorecen la rabia y, de este modo, se mezclan las emociones de amor y de odio hacia su país de origen, (Joseba Achotegui s,f)

Ambiental.

La emigración trae consigo cambios psicológicos y sociales que afectan directamente la salud mental de la población, es una situación que dependiendo de los motivos ya sean económicos, conflictos políticos o por desastres naturales extremadamente graves puede desencadenar el Síndrome de Ulises. La actual situación sociopolítica y económica del país vecino, ha ocasionado como resultado grandes migraciones de venezolanos hacia Colombia

A esta situación económica y política se le suma el hecho de tener que enfrentarse a una nueva cultura, en ocasiones con un idioma nuevo y costumbres radicadas, siendo indicadores del posible grado de estrés que experimentará el inmigrante. La adaptación a un nuevo país requiere que el individuo modifique sus defensas y se pueda moldear en la nueva cultura, que escuche y hable el mismo idioma (o por lo menos un nuevo acento).

Este proceso está condicionado por las necesidades del inmigrante en el nuevo contexto (que van de su seguridad física y salud hasta el ocio, pasando por tener trabajo y establecer relaciones interpersonales), que se lograrán con mayor o menor dificultad de acuerdo con el grado de

diferencia cultural entre la sociedad de acogida y la de origen. Esto es comprensible si se tiene en cuenta que el inmigrante debe enfrentar los cambios de su grupo en aspectos físicos (ej: nuevos espacios o hábitats de vida), biológicos (ej: nueva alimentación, enfermedades), políticos (ej: pérdida de autonomía y participación), económicos (ej: nuevo empleo y salario), culturales (ej: diferente lengua o acento, música, religión, fiestas) y sociales (ej: nuevas relaciones interpersonales e intergrupales, etc.) (Berry, 2003; Berry et al., 2002; Sam & Berry, 2006) citado por (Ferrer et al, 2014).

A este proceso de enfrentar estos cambios e ir asumiéndolos o rechazándolos se le llama generalmente aculturación por ende a menor consistencia y elaboración del proyecto migratorio, más difícil será la integración. Es un proceso complejo, caracterizado por la búsqueda de un equilibrio entre la asimilación de lo nuevo y la reubicación de lo dejado atrás.

Mozdalifa, Zaro, Achotegui, 2013 afirman que la aculturación es el proceso de cambio que se produce cuando dos culturas entran en contacto, afectando tanto a la minoritaria (población inmigrante) como a la mayoritaria (población autóctona).

1. Asimilación se produce cuando el inmigrante asume la cultura de la sociedad de acogida, rechazando a su cultura tradicional.
2. Integración Intensa identificación e implicación a partes iguales, tanto con la sociedad receptora, como con la cultura del país original.
3. Marginalización se trata de un rechazo o ausencia de implicación con la propia cultura tradicional, así como con la cultura de la sociedad receptora.
4. Separación Asumir solo los valores culturales tradicionales rechazando del país receptor

Así mismo se enuncia varios cambios y duelos que se producen a nivel individual relacionados con: separación de la familia, pérdida de los amigos, del entorno etno-cultural, disminución en la calidad de vida, bajo nivel socioeconómico, aprendizaje de una nueva lengua, resistencia al retorno, fracaso del proyecto migratorio, prolongación de incertidumbres, ilegalidad, estatus, nostalgia y desarraigo. Desde el punto de vista psicológico, cuando el inmigrante no elabora adecuadamente este duelo podría conducirlo a desarrollar trastornos y dejaría de llamarse síndrome de Ulises.

Por último uno de los primeros intentos de comprender la adaptación de los inmigrantes a la cultura de acogida se propuso a principios del siglo pasado mediante la teoría del Melting Pot (Lambert & Taylor, 1990). La idea básica es que los inmigrantes, independientemente de su origen étnico y cultural, una vez que llegan a la sociedad de acogida asumen poco a poco la nueva cultura como propia y van construyendo con todos los demás una vida cultural común.

Metodología

Tipo de investigación

La presente investigación es realizada bajo el enfoque cualitativo, la cual pretende analizar los factores psicosociales que predisponen el Síndrome de Ulises en inmigrantes de Venezuela por medio de dos estudios de casos, utilizando una entrevista semi-estructurada y la observación no participante, enfocada a un estudio descriptivo de las categorías psicosociales en el municipio de San José de Cúcuta donde actualmente la población venezolana se radica en busca de mejoras económicas, políticas y laborales. En esa búsqueda la población inmigrante maneja un estrés poco común y poco estudiado, un estrés crónico asociado al duelo migratorio.

Hernández, Fernández y Baptista (2010:4) en su obra Metodología de la Investigación, sostienen que todo trabajo de investigación se sustenta en dos enfoques principales: el enfoque cuantitativo y el enfoque cualitativo, los cuales de manera conjunta forman un tercer enfoque: El enfoque mixto. Este enfoque es un proceso que recolecta, analiza y vincula datos cuantitativos y cualitativos en un mismo estudio o una serie de investigaciones para responder a un planteamiento.

Se determinó que el enfoque cualitativo sería el apropiado, debido a que el enfoque permitió preparar una entrevista semi estructurada para evaluar las categorías que predisponen al síndrome de Ulises y que están íntimamente ligadas a los objetivos, así mismo se pretendía utilizar los resultados para evaluar las categorías. Para efectos de este, se utilizó la observación no participante donde permite obtener información sobre un fenómeno o acontecimiento tal y como éste se produce

Diseño

El acercamiento a la problemática estudiada se establece a partir de un diseño no experimental de estudio de caso donde la finalidad del estudio de caso es conocer a profundidad una unidad de observación, donde se tienen en cuenta características y comportamientos específicos en un segmento de la vida de él, el estudio de caso es útil para obtener información básica que logren planear investigaciones más amplias, pues debido a lo intenso de la indagación arroja luz sobre variables, interacciones y procesos que merezcan ser investigados más extensivamente (Monje, 2011).

La investigación no experimental se realiza sin manipular deliberadamente variables. Se basa fundamentalmente en la observación de fenómenos tal y como se dan en su contexto natural para

después analizarlos. En estos tipos de investigación no hay condiciones ni estímulos a los cuales se expongan los sujetos del estudio. Los sujetos son observados en su ambiente natural, se basa en categorías, conceptos, variables, sucesos, comunidades o contextos que ya ocurrieron o se dieron sin la intervención directa del investigador. Es por esto que también se le conoce como investigación «ex post facto» (hechos y variables que ya ocurrieron), al observar variables y relaciones entre estas en su contexto (Garza, 2016).

Población

El presente estudio va dirigido a las personas venezolanas que actualmente residen en la ciudad de Cúcuta ya que se vieron obligados a abandonar su país de origen por la situación económica, política y social que presenta. Estadísticas demuestran la presencia de 10.000 venezolanos que han llegado a vivir a la ciudad los cuales han sufrido diferentes cambios tales como la cultura, costumbres y el horario de su país de origen. El Síndrome de Ulises afecta en gran medida a inmigrantes ilegales. Éstos suelen ser personas que provienen de etnias y de procedencias geográficas y culturales distintas y a pesar de que ambos géneros lo padecen las mujeres son, generalmente, más vulnerables (Páez s.f).

Muestra

Se utiliza una muestra no probabilística por conveniencia, en este tipo de muestras, también llamadas muestras dirigidas o intencionales, la elección de los elementos no depende de la probabilidad sino de las condiciones que permiten hacer el muestreo (acceso o disponibilidad, conveniencia, etc. (Scharager, J., & Reyes, P. 2001). Para el presente estudio se tendrá en cuenta un estudio de caso con dos participantes bajo criterio de inclusión entre ellos un participante hombre y una participante mujer, mayor de dieciocho años, de nacionalidad venezolana, que

actualmente no cuenta con visa ni pasaporte y que resida en la ciudad de Cúcuta como mínimo de 6 meses.

Método de recolección de información

Entrevista semi-estructurada: El investigador antes de la entrevista se prepara un guion temático sobre lo que quiere que se hable con el informante. -Las preguntas que se realizan son abiertas. El informante puede expresar sus opiniones, matizar sus respuestas, e incluso desviarse del guion inicial pensado por el investigador cuando se atisban temas emergentes que es preciso explorar. -El investigador debe mantener la atención suficiente como para introducir en las respuestas del informante los temas que son de interés para el estudio, enlazando la conversación de una forma natural. -Durante el transcurso de la misma el investigador puede relacionar unas respuestas del informante sobre una categoría con otras que van fluyendo en la entrevista y construir nuevas preguntas enlazando temas y respuestas. Instrumentales o por motivos externos a la actividad misma (Lincoln, 2005)

Las entrevistas semi-estructuradas ofrecen al investigador un margen de maniobra considerable para sondear a los encuestados, además de mantener la estructura básica de la entrevista. Incluso si se trata de una conversación guiada entre investigadores y entrevistados, existe flexibilidad.

Teniendo en cuenta la estructura, el investigador puede seguir cualquier idea o aprovechar creativamente toda la entrevista. La mejor manera de aplicar una entrevista semi-estructurada es que se obtiene información detallada sobre el tema. (Esteves, 2019)

Observación no participante: Permite obtener información sobre un fenómeno o acontecimiento tal y como éste se produce. Muchos de los sujetos o grupos no conceden

importancia a sus propias conductas, a menudo escapan a su atención o no son capaces de traducirlas a palabras. No precisa de una colaboración tan activa por parte de los sujetos.

“No es mera contemplación (“sentarse a ver el mundo y tomar nota”) implica adentrarnos en profundidad a situaciones sociales y mantener un papel activo, así como una reflexión permanente. Su objetivo es comprender el comportamiento y experiencias de las persona como ocurren en su medio natural. Se intenta observar y registrar información de intereses sobre el fenómeno que se está estudiando (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

Se utiliza como método de recolección de información un estudio de caso ya que posibilita interiorizar en el problema enfocándose en un solo método de estudio y una análisis significativo de la información recolectada se conoce como una herramienta valiosa de investigación, y su mayor fortaleza radica en que a través del mismo se mide y se registra la conducta de las personas involucradas en el fenómeno estudiado, pueden ser: descriptivas, si lo que se pretende es identificar y describir los distintos factores que ejercen influencia en el fenómeno estudiado, es apropiado para estudiar temas que se consideren prácticamente nuevos (Carazo, 2006)

Categorías de la investigación

Conceptos de las categorías de análisis de los datos de la investigación

Categoría Cognitiva: De acuerdo con la teoría cognitiva de estrés desarrollada por Lazarus y Folkman (1984), el estrés se define como el resultado entre un ambiente que impone demandas que exceden los recursos psicológicos actuales de la persona que lo experimenta. De esta forma, el individuo puede percibir una situación específica como dañina o negativa o, por el contrario, percibirla de forma positiva como un desafío o reto. Esta interpretación varía dependiendo de los factores cognitivos de las personas que está pasando por un proceso de inmigración.

Categoría Emocional: La emoción-afrontamiento afectiva se refiere a la regulación de los aspectos emocionales e intento de mantener el equilibrio afectivo. Desde lo emocional, el inmigrante –generalmente– enfrenta un proceso crítico y complejo de elaboración de duelos, de resistencia, de discriminación, no exento de dolor y sufrimiento; así las cosas, cuando se prolongan las incertidumbres aflora la inseguridad, la nostalgia, acompañada de tristeza, sentimientos de culpa, ideas de muerte, desordenes psíquico-somáticos o ansioso-depresivos, lo cual agudiza su situación y da paso a estrategias de afrontamiento emocionales y de evitación, lo cual afecta sus habilidades para un afrontamiento positivo o más centrado en el problema. (Lazarus & Folkman, 1986; Moos & Shaefer, 1993).

Categoría Ambiental: La actual situación sociopolítica y económica del país vecino, ha ocasionado como resultado grandes migraciones de venezolanos hacia Colombia, el proceso de adaptación está condicionado por las necesidades del inmigrante en el nuevo contexto (que van de su seguridad física y salud hasta el ocio, pasando por tener trabajo y establecer relaciones interpersonales), que se lograrán con mayor o menor dificultad de acuerdo con el grado de diferencia cultural entre la sociedad de acogida y la de origen (Ferrer et al, 2014).

Procedimiento.

Primera fase.

En la primera fase se realizó la búsqueda de la muestra y que esta cumpliera con los criterios de selección, se procedió a realizar la empatía necesaria explicando la finalidad educativa que tiene la investigación sobre el Síndrome de Ulises y se explicó el consentimiento informado para la aplicación de cada uno de los instrumentos.

Segunda fase

Una vez firmado el consentimiento informado (anexo 1) se aplicó por cinco días la técnica de observación y así mismo se llenaron los registros por parte de la investigadora (Anexo 2).

Tercera fase

Se realizó la aplicación de la entrevista semi-estructurada (Anexo 3) dirigida a evaluar las categorías: cognición, emoción y ambiental por medio de 19 preguntas con opciones abiertas de respuesta.

Cuarta fase

Por último los resultados obtenidos de las técnicas aplicadas se analizaron empezando desde la entrevista y terminando en la observación no participante. Se registraron los resultados de la investigación y fueron compartidos con el participante. Así mismo se procedió a la entrega de la cartilla (anexo 5) elaborada por las psicólogas en formación.

Análisis e interpretación de los Resultados Cualitativos

Tabla 1. Matrices descripción de entrevista

A continuación se representaran los datos obtenidos en la investigación de carácter cualitativo.

Los resultados se mostraran de manera Cualitativa.

<i>Participantes</i>	<i>Categoría Cognitiva</i>	<i>Categoría Emocional</i>	<i>Categoría Ambiental</i>
P1	“si, pero también la veo como una enseñanza que me va ayudar a madurar como persona y a luchar por lo que quiero”	“son muchos los sentimientos encontrados ya que no es nada fácil dejar la familia atrás por culpa de un ser que no merece estar al mando del gobierno de mi país”	“principalmente la situación económica, ya que para nada es un secreto que en mi país un sueldo mínimo no alcanza para nada y segundo no quería mis padres y hermana pasaran necesidades”
	“pues sí, ya que uno como inmigrante llega aquí a Colombia a luchar para poder salir adelante”	“yo no diría frustrado, diría decepcionado, porque me hace sentir menos persona que la otra”	“realmente si pero como dije anteriormente no le paro ya que nací solo y muero solo”
	“una oportunidad de cambios ya que al estar fuera de nuestro país se nos habrán nuevas puertas para un mejor futuro”	“no. Ya que me gusta hacerlo aunque hay momentos en que si me siento decepcionado debido a que las no salen como uno quiere”	“para el principio no fue fácil el adaptarme a nada de Colombia, pero ahorita ya estoy adoptado a todo lo de Colombia”
	“si, bueno no todos pero la gran mayoría pasa por alguna necesidad ya que no todos contamos con suficiente recurso monetario para poder salir de nuestro país”	“si, pero realmente casi no le paro ha eso, al fin y al cabo nací solo muero solo” “realmente intento hacerlo pero es inevitable pasarlo por desapercibido y en esos momentos es cuando me aisló”	“si, bueno si decido rehacer una vida aquí en Colombia ya que hoy en día he tenido planes de otros rumbos” “pues si ya que no todos los colombianos son xenofóbicos”
		“realmente todo tipo de cambios emocionales es	“pues de volver a Colombia me gustaría,

	<p>“al principio estaban bajas ya que sufrí bastante al llegar a Cúcuta, ahora están altas ya que cada vez después de cada caída se abren nuevas puertas hacia el éxito”</p> <p>“no fue nada fácil salir de mi país, dejar todo a un lado, la familia, las amistades, los estudios, etc. Para ir en busca de una mejor calidad de vida teniendo en cuenta que al principio no iba hacer nada fácil por el simple por el simple hecho de ser venezolano”</p>	<p>inevitable no pasar por cambios emocionales mediante este proceso”</p> <p>pero solo me quedaría acá en Colombia si encontraría algún motivo para hacerlo”</p> <p>“no nada que ver me considero una persona muy abierta a las relaciones interpersonales”</p>	
P2	<p>“si, porque pase por muchas situaciones difíciles pero acá estoy aprendiendo de esto”</p> <p>“no, creería que debo de buscar nuevas expectativas ”</p> <p>“oportunidad de cambio por nuestra situación en nuestro país”</p> <p>“si, bueno no todos solamente las personas que</p>	<p>“triste, ya que me acuerdo de mis familiares e hijos”</p> <p>“me siento frustrada, pero intento cambiar mi estado de ánimo, y siento que esta falta de paciencia y experiencia”</p> <p>“cuando no tenía nada que hacer me sentía constantemente decepcionada, pero ahora trato de brindar mi conocimiento a las personas para sentirme bien conmigo misma”</p> <p>“si, maltrato verbal por parte de unas cuantas</p>	<p>“la situación económica del país y el servicio pésimo de salud”</p> <p>“si, en varias oportunidades”</p> <p>“si me he adaptado a los horarios, pero a las comidas no todavía me queda muy difícil”</p> <p>“si estaría dispuesta pero cuando me encuentre con otras condiciones de vida”</p> <p>“si, a pesar del rechazo por parte de algunas personas, también me</p>

<p>vienen con la mentalidad de lastimar o hacer daño”</p> <p>“se encontraban bajas ya que no encontraba nada para hacer, pero ahora son altas ya que me encuentro estable económicamente”</p> <p>“como algo lento pero seguro,”</p>	<p>personas que piensan que todos venimos hacer cosas malas”</p> <p>“si, pero la tristeza siempre invade mis pensamientos”</p> <p>“ansiedad, ganas de llorar, correr gritar, frustración”</p>	<p>he encontrado con gente que me ha abierto las puertas”</p> <p>“si la situación mejora será en muchos años, entonces es difícil decir que voy a regresar en poco tiempo”</p> <p>“no, el estrés es por lo difícil que es hacer o recibir el dinero para pagar las deudas”</p>
---	---	--

Tabla 1: Entrevista

Tabla 2. Interpretación por categorías

<i>Participantes</i>	<i>Categoría Cognitiva</i>	<i>Categoría Emocional</i>	<i>Categoría Ambiental</i>
P1-P2	<p>Se evidencia el resultado de manera general de los participantes de la investigación síndrome de Ulises, donde se interpretara la categoría cognitiva, que consistía en un límite de 6 preguntas las cuales se analizan las distintas respuestas dadas por los participantes ante una serie de situaciones. Teniendo en cuenta que el hombre presenta un pensamiento organizado ya que ve el proceso de inmigración como una oportunidad de cambio y de aprendizaje. Ya que al no estar en su país de origen lo convierten en una persona fuerte, presentando una persistencia de atención sostenida en lograr salir adelante con las oportunidades que se le están presentando al haber inmigrado de su país de origen. Así como no lo da a conocer Wolchick y Sandler que el afrontamiento cognitivo: se orienta a un</p>	<p>Se evidencia el resultado de manera general de los participantes de la investigación, donde se interpreta la categoría emocional que consistía en un límite de 6 preguntas las cuales evaluaban las distintas emociones que presentaban los participantes ante una serie de situaciones, se puede concluir que el resultado es parcialmente igual ya que los sentimientos de motivación y en algunas ocasiones el estado de ánimo bajo es común en los participantes, también se puede decir que normalmente viven preocupados por los cambios notorios y repentinos que presenta su estado emocional, basándonos en (Joseba Achotegui s,f) plantea que la persona utiliza una serie de defensas psicológicas y emocionales en el procesamiento de la información donde los mecanismos de defensa y mecanismos psicológicos</p>	<p>Se evidencia el resultado de manera general de los dos participantes de la investigación, donde se interpreta la categoría ambiental que consistía en un límite de 7 preguntas las cuales evaluaban los distintos motivos que conllevaron a inmigrar de su país de origen y trato que recibían por parte de los colombianos. se puede concluir que las respuestas de los participantes fueron semejantes ya que uno de los motivos o factores principales fue la economía por la cual estaba pasando este país y el trato que recibieron por parte de los colombianos al principio fue de rechazo ya que pensaban que llegaban a cometer actos donde la población se veía afectada, basándonos que la emigración trae consigo cambios psicológicos y sociales que afectan directamente la salud mental de la población, es una situación que dependiendo de los motivos ya sean económicos, conflictos políticos o por</p>

intento por encontrar un significado al suceso y valorarlo de manera positiva que resulte menos amenazante o desagradable.	corresponden al manejo y regulación de las emociones y los conflictos psicológicos, están obviamente presentes en la elaboración del duelo migratorio	desastres naturales extremadamente graves puede desencadenar el Síndrome de Ulises. La actual situación sociopolítica y económica del país vecino, ha ocasionado como resultado grandes migraciones de venezolanos hacia Colombia a esta situación económica y política se le suma el hecho de tener que enfrentarse a una nueva cultura (Berry, 2003; Berry et al., 2002; Sam & Berry, 2006) citado por (Ferrer et al, 2014).
--	---	--

Tabla 2: Interpretación por resultados

Tabla 3. Resultados Observación no participante

OBSERVACIÓN NO PARTICIPANTE

Aplicada a participantes de la investigación Síndrome de Ulises

Tema	Síndrome de Ulises.	Fecha:	frecuencia
------	------------------------	--------	------------

Psicóloga en formación:	MICHELL SALOME GARCIA PEREZ		
-------------------------------	------------------------------------	--	--

COMPONENTE S	OBSERVACIONES		
Emocional	Tristeza		2
	Rabia		1
	Rechazo		2
	Felicidad		
Comportamental			2
	Inseguridad		1
	Irritabilidad		2
	Amabilidad		
Cognitivo	Atención sostenida		2
	Pensamientos organizado		2
	Dificultad para tomar de decisiones		1

Tabla 3: Resultados Observación no participante

Tabla 4. Análisis observación no participante

A continuación se presenta el análisis de la observación no participante la cual se realiza mientras se aplica la entrevista. Durante un lapso de 5 días.

<i>Tema</i>	<i>Síndrome de Ulises.</i>	<i>Fecha:</i>
Psicóloga en formación:	MICHELL SALOME GARCIA PEREZ	
COMPONENTES	OBSERVACIONES	
Emocional	De acuerdo a lo observado se identifica que los participantes a nivel emocional presentan sentimientos de tristeza, rabia y rechazo. Siendo la tristeza y el rechazo las emociones más frecuentes debido a las situaciones que han pasado en su proceso de migrar a Colombia para conseguir una estabilidad y el haber dejado a su familia genera en ellos rabia y generar la pérdida del interés para realizar las actividades diarias.	
Comportamental	De acuerdo a lo observado se identifica que a nivel comportamental lo que más presentan los participantes es Inseguridad, irritabilidad y amabilidad. Siendo la inseguridad y la amabilidad los comportamientos más comunes en los participantes acompañado de un lenguaje no verbal, sudoración, y movimientos repetitivos en la pierna izquierda que se presentan al momento de recordar las situaciones que ha vivido en su proceso inmigración.	
Cognitivo	Durante la aplicación de la entrevista semi-estructurada se identifica en el área cognitiva que los participantes presentan atención sostenida, pensamientos organizados y dificultad para tomar de decisiones, se encuentran muy atentos al momento de responder la entrevista. Así mismo durante la observación demuestran importancia al momento de mantenerse informados sobre los cambios que ocurre en su país y manteniendo la esperanza de salir adelante en el país donde se encuentran.	

Tabla 4: Análisis observación no participante

Discusión

El estrés como se ha mencionado anteriormente es un factor característico del Síndrome de Ulises, trae consigo una problemática social, la cual dependiendo del proceso migratorio que vive cada individuo le permita o no lograr superar estas situaciones adversas. Todo esto sucede a partir de factores sociales más, que de factores personales (M. Reinoso 2007). Referente a esta práctica y basándonos en la observación no participante que se realiza podemos observar que los factores o la categorías que se encuentran presente en las personas inmigrantes son las categorías emocionales y ambientales debido a que las emociones más comunes en estas personas son de tristeza rabia y frustración que se presentan cuando evocan el proceso que han tenido que vivir durante su trayectoria de migrar de su país de procedencia. Los factores ambientales porque en su transcurso se encuentra con situaciones las cuales serán difíciles de olvidar y siempre estarán presentes cada vez que deseen hablar de su inmigración hacia otro país.

Debido a las realidades que viven, son difíciles los cambios en las condiciones de vida, como el conseguir un trabajo, la búsqueda de una Vivienda, el uso del idioma, las actitudes de rechazo y dificultades de adaptación. En todo esto hay un desgaste, por ende un costo emocional para el que se debe hacer frente a situaciones psicosociales vividas como conflictivas (Haro, 2015). Por esto las personas inmigrantes se ven afectadas emocionalmente ya que la tristeza se da por los sentimientos de fracasos al tener que dar un cambio en las condiciones de vida al pensar en que no tiene dinero para cumplir sus necesidades básicas. Y el hecho de pensar que tendrán que adaptarse a cambios notorios los cuales pueden generar sentimientos de frustración.

Basándonos nuevamente en los resultados de la observación y la categoría emocional (Achotegui, 2005) encierra las emociones en el marco de sintomatología depresiva y afirma que la tristeza se expresa como el sentimiento de fracaso, de indefensión aprendida, de desistimiento

ante los duelos extremos a los que debe hacer frente el inmigrante en situación límite. Dado que desde los trabajos de Ekman en los 70 que la expresión facial de las emociones básicas es universal, la tristeza es fácilmente perceptible, así mismo el llanto en estas situaciones límite lloran tanto los hombres como las mujeres, a pesar de que los hombres ha sido educados en casi todas las culturas en el control del llanto.

A partir de este aporte, en los resultados de la monografía y en la teoría planteada por otros autores en el marco teórico no se está de acuerdo en ubicar la tristeza y el llanto como parte de la sintomatología depresiva sino como un factor emocional que desde una percepción psicológica comprenden el proceso migratorio y que estos factores varían debido a las estrategias de afrontamiento que cada individuo pueda o no desarrollar.

Según en lo que se apoya este aporte es en el hecho de que los inmigrantes cuando sienten tristeza desisten a no enfrentar las situaciones adversas por el contrario se animan más a seguir buscando para encontrar esa fuente de ingresos que les genere un poco de estabilidad económica y con respecto a lo del llanto que se presenta en los dos sexos según lo observado en este estudio de casos es totalmente cierto ya que los hombres en esta situación también se ven afectados.

Basándonos en el marco del comportamiento registrado en las observaciones encontramos a Achotegui, él realiza otra agrupación que llama sintomatología de la ansiedad donde plantea que es una de las más importantes de este cuadro clínico. Entre sus síntomas destaca: la tensión y el nerviosismo ya que es un síntoma muy frecuente que expresaría el enorme esfuerzo, la lucha que supone afrontar las adversidades que conlleva emigrar en estas condiciones, con todos los estresores, las preocupaciones excesivas y recurrentes. Por ende hay un enorme acúmulo de sentimientos contrapuestos, que cuesta integrar. Se requiere una gran capacidad de insight para entender las adversidades.

Por esto encontramos las respuestas no verbales en los participantes de la investigación ya que ellos se encuentran a la expectativa de tomar muchas decisiones y graves decisiones como lo es el haber inmigrado de su país, muchas veces estas decisiones son tomadas en muy poco tiempo y con escasos medios de análisis, lo cual conlleva una enorme tensión.

Uno de los comportamientos más frecuentes en la población es la ansiedad ya que hace parte de esos comportamientos más importantes de la sintomatología del síndrome de Ulises por las preocupaciones excesivas de muchos de los factores como lo son los de supervivencia y derechos de los que carecen los inmigrantes, así mismo la toma de decisiones que no solo los afecta a ellos sino a los miembros de su familia que se encuentran también en este proceso migratorio pero otro de los comportamientos que más se presentan en los inmigrantes es la irritabilidad ya que esas preocupaciones hacen que la persona reduzca su control emocional y se salga un poco de la personalidad que tenía antes de inmigrar, por su parte el autor dice que esta irritabilidad es más común en los jóvenes pero a raíz de la entrevista y la observación aplicada se puede concluir que la irritabilidad no mide edades simplemente se desencadena dependiendo de la persona y las situaciones en las que se encuentre.

en los resultados obtenidos de la entrevista semi- estructurada podemos observar que las personas inmigrantes siempre intentan cambiar el sentido a las situaciones adversa por las cuales están pasando , brindando siempre lo mejor de sí mismo intentando a conocer un poco del conocimiento adquirido durante el transcurso de su vida, como podemos observar en las respuestas de la categoría emocional en donde nos dan a conocer de que por más rechazo que sintieran siempre iban a estar dispuesto a adaptarse a los cambios emocionales que se presenta durante su estadía en Colombia por esto nos basamos en Lazarus y Folkman afirman que la capacidad de

afrontamiento, en la medida que es un proceso psicológico, se pone en marcha cuando el entorno se percibe como amenazante.

Estos autores definen el afrontamiento como aquellos esfuerzos que se desarrollan para manejar las demandas que desbordan los recursos del individuo con el fin de evitar o reducir las consecuencias negativas de la situación de amenaza o desafío, y concuerdan en determinar un dominio dirigido a la cognición el cual se describe a continuación (Ferrer, Palacio, Hoyos & Madariaga 2014).

Seguidamente la categoría ambiental nos da a conocer los principales motivos por los cuales estas personas migraron de su país es por la falta de oportunidades y la baja de economía por la cual está pasando el país venezolano ya que esta población se estaba viendo perjudica por la escases de recursos, seguidamente al llegar a Colombia la adaptación fue difícil ya que ellos presentaban otras costumbres pero con el tiempo la adaptación fue un obstáculo menos para salir adelante por eso nos basamos en el teórico (Berry, 2003; Berry et al., 2002).

La adaptación a un nuevo país requiere que el individuo modifique sus defensas y se pueda moldear en la nueva cultura, que escuche y hable el mismo idioma (o por lo menos un nuevo acento). Este proceso está condicionado por las necesidades del inmigrante en el nuevo contexto (que van de su seguridad física y salud hasta el ocio, pasando por tener trabajo y establecer relaciones interpersonales), que se lograrán con mayor o menor dificultad de acuerdo con el grado de diferencia cultural entre la sociedad de acogida y la de origen. Esto es comprensible si se tiene en cuenta que el inmigrante debe enfrentar los cambios de su grupo en aspectos físicos (ej. nuevos espacios o hábitats de vida), biológicos (ej. nueva alimentación, enfermedades), políticos (ej. pérdida de autonomía y participación), económicos (ej. nuevo empleo y salario), culturales (ej.

diferente lengua o acento, música, religión, fiestas) y sociales (ej. nuevas relaciones interpersonales e intergrupales, etc.

Para finalizar se realiza el análisis de la categoría cognitiva en donde se encontró que es una de las áreas más positivas ya que presentan pensamientos organizados en la realización de las actividades por eso no se encuentra de acuerdo con (Joseba Achotegui s,f) nos da a conocer que las persona utiliza una serie de defensas psicológicas y errores en el procesamiento de la información donde los mecanismos de defensa y mecanismos psicológicos que corresponden al manejo de las emociones y los conflictos psicológicos, están obviamente presentes en la elaboración del duelo migratorio. Los mecanismos de defensa no son inadecuados en sí mismos, sino sólo cuando son masivos, porque distorsionan radicalmente la visión de la realidad para hacerla menos frustrante, más gratificante, y de ese modo, impiden la adaptación, que es el objetivo evolutivo del funcionamiento mental. Pero en este estudio de cao no estoy de acuerdo con este autor ya que estas dos personas tienden a estar conscientes de la realidad por la cual están pasando y saber de qué no será fácil lo que viven en el presente pero que es la solución a lo que vivían en su país de origen.

Conclusiones

Al finalizar esta investigación que tenía como objetivo analizar los factores psicosociales que predisponen el Síndrome de Ulises en inmigrantes Venezolanos, a través de un estudio de casos proporcionando estrategias para la prevención de esta problemática.

Las conclusiones obtenidas es que la inmigración es una causa generadora de estrés debido a las situaciones difíciles a las que se enfrentan los inmigrantes, pero esto no quiere decir que estas personas padezcan un trastorno en específico sino que su salud mental se ve afectada por una sintomatología de estrés crónico que a medida que el inmigrante se adapte y satisfaga sus necesidades se eliminarán los síntomas.

De esta manera por medio de la entrevista semi-estructurada se sitúan en las categorías emocional y ambiental como factores que predisponen a un inmigrante a presentar el síndrome de Ulises, ya que la categoría cognitiva esta en pensamientos e ideas de supervivencia, de un cambio en sus vidas y de unos proyectos estipulados al momento de migrar, sabiendo ellos que no será fácil alcanzarlos. Teniendo en cuenta por la cantidad de circunstancias que tiene que pasar desde el momento que deciden llegar como persona inmigrante a otro país el cual será su lugar de supervivencia.

Se logra identificar que dentro de la categoría cognitivas las descripciones más características dentro de los casos estudiados son la atención sostenida y el pensamiento organizado, así mismo a nivel emocional se evidencia rechazo y tristeza que desencadenan los factores ambientales y por ultimo las características comportamentales la ansiedad y la irritabilidad presentes.

Se concluye en cuanto a todo el trabajo en general que estas personas presentan el síndrome de Ulises debido a los factores que se desencadenan de situaciones adversas que vive esta

población desde que deciden partir de sus hogares dejando todo atrás y creando en ellos un duelo migratorio el cual genera miedo en pensar las consecuencias que trae el llegar a otro país sin tener conocimiento de las costumbres y la forma de vivir, este síndrome fue desapareciendo con el transcurso del tiempo y mientras se acoplaban a las experiencias que obtenían del país colombiano.

Se elabora una cartilla psicoeducativa como herramienta preventiva del síndrome de Ulises la cual incluye la descripción del síndrome y sus respectivas orientaciones y recomendaciones a seguir.

Recomendaciones

Se recomienda el uso de la cartilla elaborada a profesionales y estudiantes en formación como herramienta para la intervención frente al estrés crónico.

Se recomienda antes de hacer la aplicación de las pruebas y cuestionario realizar un abordaje sobre las necesidades que presentan la población de inmigrantes para evaluar su salud mental antes de la aplicabilidad de la cartilla y de las técnicas.

Se recomienda realizar psicoeducaciones a las poblaciones de inmigrante sobre este tipo de estrés al finalizar las investigaciones, para que de esta manera pueda ser un síndrome conocido y así prevenir diagnósticos erróneos.

Se recomienda seguir con este tipo de investigaciones donde se dé a conocer a la población inmigrante más técnicas de cómo saber llevar el proceso de migratorio.

Se sugiere ampliar este estudio con los niños y niñas hijos de inmigrantes que también viven todas estas situaciones de supervivencia.

Referencias bibliográficas

(Joseba Achotegui s,f) Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises). Universidad de Barcelona Hospital de Sant Pere Claver, Barcelona.

Achotegui . (2015). ESTRÉS LÍMITE Y SALUD MENTAL: EL SÍNDROME DEL INMIGRANTE CON ESTRÉS CRÓNICO Y MÚLTIPLE (SÍNDROME DE ULISES) . . Norte de salud mental de la Sociedad Española de Neuropsiquiatría, 21, 39-53.

Alfaro Vargas, R., & Cruz Rodríguez, O. (2010). Teoría del conflicto social y posmodernidad. Revista de Ciencias Sociales (Cr), 2(128-129).

Castilero, O. (2018). apatia sintomas y causas de este sentimiento. Bogotá: <https://psicologiaymente.com/clinica/apatia>.

Díez, A. (2014). FRONTERAS y CONCEPTOS FRONTERIZOS (desde la Historia). Archivo de la frontera. Universidad de Alcalá. http://www.archivodelafrontera.com/wp-content/uploads/2016/01/Fronteras-y-conceptos-fronterizos-desde-la-Historia_Alejandro-D%C3%A9z-Torre-2016.pdf

Elkheir, Mozdalifa; Jayme Zaro, Maria Achotegui, Joseba. (2013). Aculturación y estrés crónico múltiple (Síndrome de Ulises) en mujeres inmigrantes árabes. 03/12/2018, de Universidad de Barcelona Sitio web: <http://www.panelserv.net/laredatenea/documentos/aculturacion.pdf>

Espeso Montagud (2010) Estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises) en población infantil, desde una perspectiva multicultural.

Espeso, M. (s.f). Estrés crónico y múltiple (Síndrome de Ulises) en población infantil. Recuperado 03/10/18. Encuéntrese en <file:///C:/Users/portatil/Downloads/Estr%C3%A9s+cr%C3%B3nico+y+m%C3%BAltiple.pdf>

Ferrer, R., Palacio, J., Hoyos, O., & Madariaga, C. (2014). Acculturation process and Immigrant's Adaptation: individual characteristics and Social Networks. *Psicología desde el Caribe*, 31(3), 557-576.

Gamero, I. 2015. Los límites del concepto de frontera en teorías antropológicas posmodernas *Cinta moebio* 52: 79- 90 www.moebio.uchile.cl/52/gamero.html

García, 2013. TÍTULO DE LA TESIS: INCIDENCIA DEL SÍNDROME DE ULISES EN ANDALUCÍA. UNIVERSIDAD DE CÁDIZ. Recuperado 03/10/18. Encuéntrese en <http://www.panelserv.net/laredatenea/documentos/Tesis%20M.%20Arboleda.%20Ulises%202013.pdf>

Haro, S., & del Valle, A. (2015). Programa de apoyo psicológico a inmigrantes: estudio de casos.

Jiménez Aguilar, C. M. (2008). La frontera colombo-venezolana: una sola región en una encrucijada entre dos estados. *Reflexión Política*, 10(20)

Lazarus, R. S., y Folkman, S. (1984). *Estrés y procesos cognitivos*. Nueva York / Barcelona

- Marin-Salazar, Y.A. (2017). Interacciones entre la dimensión poblacional con las otras dimensiones del desarrollo, en la zona fronteriza de Cúcuta (Colombia) –Bolívar -San Cristóbal (Venezuela).Universidad Externado de Colombia
- Monge, S., Ronda, E., Pons-Vigués, M., Vives Cases, C., Malmusi, D., & Gil-González, D. (2015). Limitaciones y recomendaciones metodológicas en las publicaciones sobre salud de la población inmigrante en España. *Gaceta Sanitaria*, 29(6), 461-463.
- Monje. C.A. 2011. Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Universidad Surcolombiana.
- Morales-Angarita, L. M. (2017). Eficacia de las políticas migratorias en la ciudad de San José de Cúcuta (Master's thesis).
- Páez Alcarria, A. (S.F) Inmigración y salud: consecuencias del proceso migratorio.
- Ramírez Suárez, D. (2017). Migración de venezolanos en el periodo 2016-2017: una mirada desde los derechos humanos vs el marco jurídico migratorio en Colombia frente a los asentamientos humanos en la zona fronteriza.
- Reinoso, M. (2007). EL SÍNDROME DE ULISES. REVISTA ELECTRÓNICA DE ESTUDIOS FILOLÓGICOS, 13, Unica.
- Salinero, J. G. (2004). Estudios descriptivos. 7.
- Scharager, J., & Reyes, P. (2001). Muestreo no probabilístico. Pontificia Universidad Católica de Chile, Escuela de Psicología.

- Servicio Jesuita a Refugiados (SJR), 2017. INFORME DE CONTEXTO FRONTERA COLOMBO- VENEZOLANA. Recuperado: 03/10/18. Encuéntrese en <https://jesuitas.co/docs/966.pdf>
- Silva García, G. (2008). La teoría del conflicto. Un marco teórico necesario. *Prolegómenos. Derechos y valores*, 11(22).
- temores, G. (2015). Salud mental de migrantes centroamericanos indocumentados en tránsito por la frontera sur de México. *mexico* : <https://www.scielosp.org/article/spm/2015.v57n3/227-233/>.
- Wabgou, M., Vargas, D., & Carabalí, J. A. (2012). Las migraciones internacionales en Colombia. *Investigación & Desarrollo*, 20(1).
- Wieviorka, M. 2010, 'El conflicto social', *Sociopedia.isa*. Recuperado 03/10/18, encuéntrese en <http://www.sagepub.net/isa/resources/pdf/Social%20Conflict%20-%20Spanish.pdf>
- Graza. E,. (2016). Métodos de investigación experimental y no experimental. 12/12/18, de SlideShare Sitio web: <https://es.slideshare.net/ElizabethGarza8/mtodos-de-investigacin-experimental-y-no-experimental>
- Aignerren Aburto, J. M. (2005). El cuestionario: el instrumento de recolección de información de la técnica de la encuesta social.
- Muñoz, T. G. (2003). El cuestionario como instrumento de investigación/evaluación. Centro Universitario Santa Ana. Recuperado de http://cvonline.uaeh.edu.mx/Cursos/Maestria/MTE/Gen02/seminario_de_tesis/Unidad_4_anterior/Lect_El_Cuestionario.pdf.

Anexos

Anexo 1: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

SINDROME DE ULISES.

Yo _____, identificado con cédula de identidad número _____ de _____, manifiesto la aceptación a ser partícipe de la investigación síndrome de Ulises que tiene un objetivo analizar los factores psicosociales que predisponen el Síndrome de Ulises en inmigrantes de Venezuela con un fin netamente académico direccionado por las psicóloga en formación Michell Salome García Pérez para la monografía del diplomado de resolución de conflictos una perspectiva de frontera.

Entiendo que toda la información que se comparta en la aplicación de las técnicas de evaluación será con fines académicos y se me compartirán los resultados obtenidos.

He leído y comprendido íntegramente este documento, por lo cual acepto sus términos y condiciones.

FIRMA: _____

C.I: _____

Anexo 2: Formatos observación no participante

OBSERVACIÓN NO PARTICIPANTE			
Aplicada a participantes de la investigación Síndrome de Ulises			
Tema	Síndrome de Ulises.	Fecha:	frecuencia
Psicóloga en formación:			
COMPONENTES	OBSERVACIONES		
Emocional			
Comportamental			
Cognitivo			

Anexo 3: Entrevista semi-estructurada síndrome de Ulises

¿Considera que la situación de inmigración es negativa para su vida?

¿Cree que la capacidad de afrontamiento a las situaciones que pasa en Colombia son las correctas

¿Cómo considera el proceso de inmigración en su vida, un reto o una oportunidad de cambio?

¿Piensa que todos los inmigrantes pasan necesidades en Colombia?

¿Cómo se encuentran sus expectativas en cuanto a las oportunidades en este país?

¿Cómo percibe su proceso migratorio?

¿Cuáles son los sentimientos más frecuentes cuando recuerda su proceso de inmigración?

¿Se siente frustrada cada vez que vive una situación negativa en su vida? ¿Porque?

¿Se siente constantemente decepcionado de lo que hace? ¿Por qué?

¿Ha presenciado situaciones de abandono, maltrato o rechazo por parte de la sociedad?

¿Cuándo siente tristeza o rabia intenta cambiar su estado de ánimo?

¿Cuáles son los cambios emocionales que ha presentado desde su inmigración?

¿Cuáles fueron los motivos para migrar de Venezuela?

¿Se ha sentido rechazado por la población colombiana?

¿Considera que aún no se adaptada en horario, lenguaje, costumbres y costo de vida a las condiciones de vida en Colombia?

¿Estaría dispuesto a que su familia se radicara en Colombia?

¿Se siente conforme con el trato de los Colombianos hacia las personas migrantes venezolanas?

¿Piensa seguir viviendo en Colombia así la situación en Venezuela mejore?

¿Asocia la falta de relaciones interpersonales al estrés que vive a diario en su vida?

Anexo 4: Juicio de expertos

FACULTAD DE SALUD
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA
DIPLOMADO PSICOLOGÍA DE LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS: UNA
PERSPECTIVA DE FRONTERA
SINDROME DE ULISES: UNA PERSPECTIVA REGIONAL.
FORMATO DE VALIDACION POR JUECES
TECNICA: ENTREVISTA SEMI-ESTRUCTURADA.

Cúcuta, 21 mayo 2019

Cordial saludo

Nos dirigimos a usted muy respetuosamente con el objetivo de solicitar su revisión como experto de la entrevista que será utilizada como técnica de recolección de información para la investigación titulada Síndrome de Ulises en inmigrantes de la zona fronteriza Colombo-Venezolana, la cual tiene como objetivo identificar los factores psicológicos que influyen en la presencia del Síndrome de Ulises en inmigrantes de Venezuela, por medio de un estudio de caso cualitativo proporcionando estrategias para la prevención de esta problemática

La presente investigación es realizada por la psicóloga en formación Michell Salome García Pérez C.C 1090490956, asesoradas por el docente Luis Alberto Molano Quintero.

Agradecemos de antemano su colaboración como experto y el tiempo invertido.

ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA-SINDROME DE ULISES

El investigador antes de la entrevista se prepara un guion temático sobre lo que quiere que se hable con el informante. -Las preguntas que se realizan son abiertas. El informante puede expresar sus opiniones, matizar sus respuestas, e incluso desviarse del guion inicial pensado por el investigador cuando se atisban temas emergentes que es preciso explorar. - El investigador debe mantener la atención suficiente como para introducir en las respuestas del informante los temas que son de interés para el estudio, enlazando la conversación de una forma natural. -Durante el transcurso de la misma el investigador puede relacionar unas respuestas del informante sobre una categoría con otras que van fluyendo en la entrevista y construir nuevas preguntas enlazando temas y respuestas. instrumentales o por motivos externos a la actividad misma (Lincoln, 2005)

CATEGORIA: COGNITIVA

De acuerdo con la teoría cognitiva de estrés desarrollada por Lazarus y Folkman (1984), el estrés se define como el resultado entre un ambiente que impone demandas que exceden los recursos psicológicos actuales de la persona que lo experimenta. De esta forma, el individuo puede percibir una situación específica como dañina o negativa o, por el contrario, percibirla de forma positiva como un desafío o reto. Esta interpretación varía dependiendo de los factores cognitivos de las personas que está pasando por un proceso de inmigración.

PREGUNTA	PERTINENTE	NO PERTINENTE	OBSERVACIONES
1. ¿Considera que la situación de inmigración es negativa para su vida?			
2. ¿cree que la capacidad de afrontamiento a las situaciones que pasa en Colombia son las correctas			
3. ¿Cómo considera el proceso de inmigración en su vida, un reto o una oportunidad de cambio?			
4. ¿Piensa que todos los inmigrantes pasan necesidades en Colombia?			
5. ¿Cómo se encuentran sus expectativas en cuanto a las oportunidades en este país?			
6. ¿Cómo percibe su proceso migratorio?			

CATEGORIA 2: EMOCIONAL

La emoción –afrontamiento afectivo: regulación de los aspectos emocionales e intento de mantener el equilibrio afectivo. Desde lo emocional, el inmigrante –generalmente– enfrenta un proceso crítico y complejo de elaboración de duelos, de resistencia, de discriminación, no exento de dolor y sufrimiento; así las cosas, cuando se prolongan las incertidumbres aflora la inseguridad, la nostalgia, acompañada de tristeza, sentimientos de culpa, ideas de muerte, desordenes psíquico-somáticos o ansioso-depresivos, lo cual agudiza su situación y da paso a estrategias de afrontamiento emocionales y de evitación, lo cual afecta sus habilidades para un afrontamiento positivo o más centrado en el problema. (Lazarus & Folkman, 1986; Moos & Shaefer, 1993).

PREGUNTA	PERTINENTE	NO PERTINENTE	OBSERVACIONES
7. ¿Cuáles son los sentimientos más frecuentes cuando recuerda su proceso de inmigración?			
8. ¿Se siente frustrada cada vez que vive una situación negativa en su vida? ¿Porque?			
9. ¿se siente constantemente decepcionado de lo que hace? ¿Por qué?			
10. ¿Ha presenciado situaciones de abandono, maltrato o rechazo por parte de la sociedad?			
11. ¿Cuándo siente tristeza o rabia intenta cambiar su estado de ánimo?			
12. ¿Cuáles son los cambios emocionales que ha presentado desde su inmigración?			

Anexo 5: cartilla



Síndrome de Ulises en la inmigración Colombo-Venezolana

Síndrome de Ulises en la inmigración Colombo-Venezolana
Recomendaciones prácticas.

Dirigido a inmigrantes venezolanos

Diplomado en psicología de la resolución de conflictos; una perspectiva de frontera

P.s.Mg. Luis Alberto Molano Quintero
Director

Mitchell Salome Garcia poroz
Autor

Universidad de Pamplona
Facultad de Salud
Programa de Psicología

La presente cartilla denominada "síndrome de Ulises en la inmigración Colombo-Venezolana" tiene como objetivo generar herramientas psicológicas que muestren estrategias para el manejo del síndrome de Ulises. La cartilla es propuesta mediante una investigación cualitativa por medio de un estudio de caso con dos participantes, que permite otros estudios a futuro sobre el síndrome de Ulises ya que es una problemática actual que a nivel regional ha tenido escasos estudios.

Observando la necesidad de la población inmigrante en el contexto fronterizo surgió la creación de la cartilla que busca una atención y a su vez prevención de los síntomas presentes en el síndrome de Ulises ya que en muchas ocasiones no se cuenta con red de apoyo ni recursos económicos para buscar ayuda profesional en estas situaciones.



Se realiza un aporte en cuanto a conocimiento y estrategias psicológicas pertinentes para un adecuado proceso migratorio y así mismo lograr mantener un equilibrio en la salud mental

1

¿QUE ES EL SÍNDROME DE ULISES?

El *síndrome de Ulises*, conocido como el síndrome del emigrante con estrés crónico y múltiple, es un conjunto de síntomas que afecta a los emigrantes y personas que se ven forzadas a vivir en un país que no es el suyo, estando lejos de sus familiares y seres queridos durante períodos muy prolongados de tiempo. Estos síntomas son la respuesta a los esfuerzos que realizan para adaptarse a los estresores del nuevo contexto.

Al comenzar la nueva vida surgen miedos que bloqueen y dificulten la adaptación en el país de destino:

- MIEDO A LO DESCONOCIDO**
Se pierde seguridad al no saber bien con lo que nos enfrentamos. Temor a no lograr nuestros deseos como encontrar trabajo o conocer nuevas personas.
- MIEDO A CAMBIAR NUESTRA FORMA DE SER**
Para algunas personas el cambio de contexto supone también un cambio de identidad.
- MIEDO AL RECHAZO**
La imposibilidad de integrarse en la nueva cultura.

2

Síndrome de Ulises en la inmigración Colombo-Venezolana

SÍNTOMAS DE ALARMA



Síndrome de Ulises no genera necesariamente trastornos mentales, pero aumenta el riesgo de sufrírlas. Las personas vulnerables están en riesgo de desarrollar alcoholismo, depresión y ludopatía.



DEPRESIÓN:

Llanto, tristeza, culpa, baja autoestima, ideas de muerte y suicidio, pérdida de intereses por actividades que antes generaban placer, pérdida de interés sexual y pérdida o aumento del apetito.



ANSIEDAD:

Tensión, nerviosismo, preocupaciones excesivas y recurrentes, irritabilidad, insomnio.



SOMATIZACIÓN:

Dolor de cabeza, fatiga, gastritis, úlceras, alteraciones del sueño.



CONFUSIÓN:

Sensación de fallos de la memoria, de la atención, sentirse perdido, hallarse desorientado.

CAUSAS

Se incluyen factores que causan altos niveles de estrés como:

- La separación forzada de los miembros de la familia.
- Los peligros del viaje migratorio
- Una lucha extrema por la supervivencia
- Ausencia de oportunidades
- Sensación de fracas en los objetivos de la migración
- Una bajada en el estatus social
- Aislamiento social
- Actitudes discriminatorias por parte de las personas del país de llegada

¿Cómo saber cuándo el estrés es Crónico?

Cuando el estrés es crónico y múltiple, los síntomas pueden identificarse de acuerdo a las siguientes vivencias intensas:

- 1 La Soledad. Separación forzada de la familia y los seres queridos.
- 2 Duelo por el fracaso del proyecto migratorio
- 3 Lucha por la supervivencia. En dos grandes áreas: alimentación y vivienda
- 4 El miedo. Un duelo por los peligros físicos relacionados con el viaje migratorio

Según el Psiquiatra Joseba Achotegui Loizate, estos 4 puntos conforman y dan lugar al Síndrome del Inmigrante con Estrés Crónico y Múltiple. A este cuadro psicológico se le denomina Síndrome de Ulises por la comparación realizada con este héroe griego, Ulises. El cual estando lejos de sus seres queridos padeció innumerables adversidades y peligros estando fuera de su país

Síndrome de Ulises en la inmigración Colombo-Venezolana



QUE HACER SI PRESENTAS LOS SÍNTOMAS DEL SÍNDROME DE ULISES

- Consultar con un médico. Es fundamental que un profesional de la salud se encargue de realizar los estudios correspondientes para descartar otras enfermedades asociadas.
- Consulta psicológica. Para procesar de forma adecuada el duelo que supone perder de vista a la familia. De esta forma el sentimiento de pertenencia y sentido de identidad podrían elaborarse.
- Hablar con seres queridos. Es importante contar con el Apoyo de personas en quienes confiamos
- Disminución del estrés. Realizar técnicas de respiración y relajación contribuyen a disminuir los niveles de cortisol ayudando a que el cuerpo y mente no respondan con tensión ante la situación.
- Ejercicio físico. Es importante que el cuerpo pueda liberar tensión física y mental. Ayudará a sentirse relajado.
- Hábitos alimenticios. Es importante comer cada dos o tres horas algo liviano, el proceso de adaptación a una nueva cultura y a un nuevo país implica un gasto de energía muy grande que es necesario recuperar

4 PASOS PARA REDUCIR LOS SÍNTOMAS

- 1 **RESILIENCIA:** son una serie de factores que facilitan a las personas sobreponerse de manera exitosa a la adversidad y dificultades que se presentan en sus vidas
- 2 **PRINCIPIO DE REALIDAD:** es la habilidad, capacidad, madurez y fuerza para enfrentarse con la realidad deficiente, más bien que con la realidad percibida. Este principio necesita de los llamados "procesos secundarios" o procesos como la memoria, el razonamiento, el lenguaje, con los cuales el yo toma contacto con la realidad, descubre sus mecanismos, el las relaciones causales entre las cosas y puede hacer más efectivo y menos peligroso la realización del deseo.
- 3 **PENSAMIENTOS POSITIVOS**
 - Pensar en que es una nueva posibilidad y que tomar la decisión de emigrar es una prueba de valentía para querer mejorar.
 - La mejor forma de iniciar una nueva etapa es cerrar definitivamente la anterior
 - Liberarse y comenzar a ser aquello que se desea ser es una Buena opción
 - Hablar con otras personas que hayan tenido que trasladarse puede ayudar a llevar mejor la situación.
 - Las mismas causas que producen el síndrome son las que debe empezar a realizar en el nuevo contexto porque son ellas quienes te ayudaran a eliminar los síntomas del síndrome de Ulises.
- 4 **AMOR PROPIO:** es el reflejo de cómo es la relación y los sentimientos que tenemos por nosotros mismos, hacia nuestro físico, personalidad, carácter, actitudes y comportamientos tales como la aceptación, el respeto, las percepciones, el valor, los pensamientos positivos y consideraciones que tenemos y que puede ser apreciado por quien es nos rodean

Síndrome de Ulises en la inmigración Colombo-Venezolana

2 El síndrome de Ulises es una respuesta natural a los estresores que viven, el adaptativo es un acusado malestar superior al esperable dada la naturaleza del estresor

1 Mantienen la autoestima, mantienen la actividad social y laboral.

3 Hay una parte común en relación al estrés miedo, pero no hay apatía, ni conducta de evitación ni pensamientos recurrentes desestructurantes de las situaciones traumáticas

QUE NO ES EL SÍNDROME DE ULISES

- HO ESUN Trastorno adaptativo. No hay deterioro de la actividad social y laboral.
- HO ESUN Trastorno depresivo. Ausencia de apatía y de pensamientos de muerte. El curso de trastorno mejora de manera importante al disminuir los estresores.
- HO ESUN trastorno por estrés post traumático. La autoestima es normal.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Sanchez. F.. (2016). Síndrome de Ulises: Síntomas, Causas y Tratamientos. *Líder*, 3, 10.
- Martinez. J.. (2015). Síndrome de Ulises. Cómo Superar el Estrés Crónico al Emigrar. 01/12/18, de Todo sobre Todo. Sitio web: <https://todobretodo.com/sindrome-de-ulises-como-superar-el-estres-cronico-al-emigrar/>
- Laura Lopez.. (2018). Inmigración y trastornos psicológicos.. 01/12/18, de Psicología. Sitio web: <http://lauralopez.net/el-sindrome-de-ulises/>
- Achotegui . (2015). Estrés límite y salud mental: el síndrome del inmigrante con estrés crónico múltiple (síndrome de Ulises). *Boletín de la Sociedad Española de Neuropsiquiatría*, 21, 39-53.

Universidad de Pamplona
Facultad de salud
Programa de psicología
2019

